

HUBUNGAN METODE PEMBELAJARAN DARING DAN PENUGASAN DENGAN TINGKAT STRES MAHASISWA PADA MASA PANDEMI COVID-19

Ai Epa Nurhasanah¹, Uu Sunarya^{*2}

¹Mahasiswa Program Studi Ilmu Keperawatan, Fakultas Ilmu Kesehatan, Universitas Sebelas April

²Program Studi Ilmu Keperawatan, Fakultas Ilmu Kesehatan, Universitas Sebelas April

Informasi Artikel

Riwayat artikel:

Diterima 12 Mei 2023

Direvisi 18 Mei 2023

Disetujui 26 Mei 2023

Kata kunci:

Pembelajaran daring

Penugasan

Stres

ABSTRAK

Stres merupakan keadaan tegang atau genting, secara harfiah stress dapat di definisikan stimulus atau situasi yang memicu emosi negatif yang menciptakan tuntutan fisik dan psikis pada individu dalam menghadapi ancaman. Faktor yang mempengaruhi stress diantaranya adanya pembelajaran daring serta penugasan. 32 responden merespon adanya stress yang cukup tinggi (berat). Tujuan penelitian ini untuk mengetahui hubungan tingkat stress dengan metode pembelajaran daring serta penugasan pada mahasiswa prodi Ilmu Keperawatan Sebelas April di masa pandemic tahun 2022. Penelitian ini menggunakan metode kuantitatif dengan rancangan cross sectional yang melibatkan 74 responden, menggunakan kuesioner melalui google form, yang diambil dengan teknik proportional random sampling. Data dianalisa dengan univariate dan bivariate, alat ukur penelitian ini analisa kolerasi rank spearman. Hasil penelitian sebagian besar menunjukkan bahwa sebagian besar responden mengalami tingkat stress berat sejumlah 32 orang 43%, rata-rata berjenis kelamin perempuan sebanyak 64 (86%). Hasil statistic bivariate *Rank Spearman* diperoleh hasil p-value 0,001 r 0,946. Terdapat hubungan yang signifikan antara pembelajaran daring dan penugasan dengan tingkat stress. Bagi dosen Ilmu Keperawatan supaya agar bisa memberikan layanan bimbingan pribadi, yang membantu para mahasiswa ini dalam mengolah fisik dan psikologis mereka untuk mengurangi stress yang dirasakan. Apabila pembelajaran daring masih di berlakukan.



Copyright © 2023 JIKSA. All rights reserved.

Korespondensi:

Uu Sunarya,
Program Studi Ilmu Keperawatan
Fakultas Ilmu Kesehatan, Universitas Sebelas April
Jalan Cipadung No 54, Kota Kaler, Sumedang Selatan
Email: uu.sunarya@unsap.ac.id

1. PENDAHULUAN

Sekitar bulan Febuari-Maret 2020 terjadi pandemi yang disebabkan oleh adanya covid-19 yang diduga berasal dari kota Wuhan Cina. Banyak orang yang terinfeksi Covid-19 dengan gejala gangguan pernafasan dari ringan sampai berat, bahkan bisa menyebabkan kematian karena kegagalan dari fungsi organ saluran pernafasan paru-paru. Transportasi lintas Negara pun di batasi untuk mengurangi laju pertumbuhan penularan covid-19 ini. Di Indonesia diberlakukan pembatasan sosial berskala besar (PSBB) terutama di kota-kota besar. Aturan PSBB tercatat dalam peraturan menteri kesehatan nomor 9 tahun 2020. Sekertaris Jendral Kementrian Kesehatan Republik Indonesia, Oscar Primadi dalam keterangan tertulisnya mengatakan PSBB melingkupi pembatasan sejumlah kegiatan penduduk tertentu dalam suatu wilayah yang diduga terinfeksi covid-19. Pembatasan tersebut meliputi peliburan sekolah, tempat kerja, pembatasan kegiatan keagamaan, pembatasan kegiatan di tempat atau fasilitas umum, pembatasan transportasi dan pembatasan kegiatan lainnya, khusus terkait aspek pertahanan dan keamanan.

Pembatasan kegiatan belajar mengajar di semua tingkat pendidikan menyebabkan kegiatan belajar dilakukan secara online menggunakan gawai dan jaringan internet. Pemberian tugas dan ujian tetap dilakukan, kegiatan tatap muka hanya dilakukan beberapa minggu sekali baik itu di sekolah maupun kampus, penerimaan mahasiswa baru pun tetap dilakukan walau secara online sehingga mahasiswa yang masuk pada ajaran 2021/2022 mengikuti kegiatan pengenalan kampus sampai kegiatan perkuliahan dilakukan di rumah saja.

Pembelajaran daring adalah kegiatan pembelajaran dengan memanfaatkan jaringan internet, local area network sebagai metode berinteraksi dalam pembelajaran seperti penyampaian materi (Mustofa dkk., 2019). Pembelajaran daring dapat dilakukan dengan fasilitas komputer, laptop maupun smartphone yang dihubungkan dengan jaringan internet. Dengan adanya fasilitas tersebut dosen dan mahasiswa dapat melakukan pembelajaran bersama di waktu yang sama menggunakan platform seperti whatsapp, telegram, zoom, meets, google classroom (Fitriah, 2020). Pada saat masih duduk di bangku SMA, kegiatan belajar mengajar masih didampingi oleh guru, namun saat duduk di bangku kuliah seseorang dituntut untuk bisa belajar secara mandiri. Para dosen juga mengajar mahasiswa supaya mahasiswa dapat mengembangkan daya nalar dan cara mengimplementasikan ilmunya kelak. Oleh karena itu para mahasiswa baru masuk angkatan 2022 kesulitan untuk menyesuaikan diri dengan cara belajar baru ini.

Mahasiswa semester satu mungkin belum mengenal teman-teman seangkatannya maupun para dosen yang mengajar. Mereka melaksanakan pembelajaran dengan tatap muka secara virtual sehingga tidak bisa saling mengenal satu sama lain secara langsung. Relasi pertemanan offline belum terbentuk, menyebabkan beberapa mahasiswa kurang motivasi dalam belajar.

Stress merupakan kondisi yang tidak menyenangkan dimana manusia melihat adanya tuntutan dalam suatu situasi sebagai beban atau diluar batas kemampuan mereka untuk memenuhi tuntutan tersebut (Nasir & Muhith, 2011). Mahasiswa perguruan tinggi memiliki resiko tinggi terjadi stres dan terpapar dengan berbagai stresor. Stres yang dialami mahasiswa yang terjadi di perguruan tinggi disebut dengan stress akademik (Barseli & Ifdil, 2017). Stres akademik pada mahasiswa tidak hanya terjadi di Indonesia, penelitian Wang menyimpulkan bahwa mahasiswa China menunjukkan kecemasan yang lebih tinggi selama pandemi covid-19 (Wang & Zhao, 2020). Perubahan kurikulum, perubahan kondisi lingkungan, iklim pembelajaran yang baru menyebabkan timbulkan stres akademik. Pembelajaran daring akibat pandemi covid-19 merupakan iklim pembelajaran yang baru yang dirasakan oleh mahasiswa. Perubahan yang terlalu singkat ini menyebabkan kebingungan pada mahasiswa dan ditambahkan dengan kendala-kendala yang ditemui mahasiswa saat proses pembelajaran daring menyebabkan mahasiswa menjadi stres.

Penelitian Agus menjelaskan, bahwa penerapan sistem pembelajaran daring mengakibatkan mahasiswa yang terganggu kejiwaannya, stres dan tidak dapat mengikuti proses pembelajaran dengan baik dan benar (Watnaya et al., 2020). Penelitian lain juga menjelaskan bahwa pandemi covid-19 menimbulkan gangguan psikologis pada mahasiswa. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa 0,9% mahasiswa mengalami kecemasan berat, 2,7% kecemasan sedang dan 21,3% kecemasan ringan (Cao et al., 2020).

Respons stress dapat berupa perilaku menghindari tugas, menarik diri, sulit tidur, tidur terus, dan sulit makan. Secara fisiologis respons stress dapat berupa jantung berdebar, tekanan darah tinggi, panas, keringat dingin, pusing, sakit perut, cepat lelah. Sedangkan pada aspek psikologis, stress dapat berbentuk frustrasi, depresi, kecewa, merasa bersalah, bingung, takut, tidak berdaya, cemas, tidak termotivasi, dan gelisah (Wahyuni, 2017)

Stress yang dialami mahasiswa bisa disebut sebagai stress akademik, stress akademik berasal dari proses kegiatan mengajar atau hal-hal yang berhubungan dengan kegiatan belajar, misalnya durasi kuliah online dalam sehari untuk beberapa mata kuliah, banyaknya tugas mandiri maupun tugas kelompok, mahasiswa semester satu mungkin belum terbiasa beda pula dengan mahasiswa semester lainnya yang sudah mulai adanya gambaran perkuliahan online, yang mungkin cara belajar mandiri ini menjadi stressor tersendiri bagi mahasiswa yang bisa menyebabkan terjadinya gejala-gejala stress yang berdampak secara fisik maupun psikologis

Penulis sempat menghubungi beberapa mahasiswa melalui aplikasi Whatsapp, penulis menanyakan seputar apa yang dirasakan dan dipikirkan saat mengikuti pembelajaran atau perkuliahan secara online ini. Ada beberapa yang memberi respons baik dan juga ada beberapa yang merespons kurang baik dalam mengikuti perkuliahan, sehingga penulis bisa menyimpulkan beberapa masalah yang dialami yaitu : kesulitan memahami materi kuliah, kurang motivasi untuk belajar karena tidak mengalami suasana atau situasi perkuliahan seperti apa yang dibayangkan sebelumnya, merasa stress karena banyak tugas mandiri maupun kelompok, merasa kesulitan mengikuti perkuliahan online karena kendala masalah gadget yang penuh dengan aplikasi belajar daring, atau jaringan internet yang tidak stabil, merasa gugup saat untuk presentasi, merasa bosan karena perkuliahan dilakukan secara melalui zoom dan google meet, merasa stress karena kesulitan mengatur waktu, merasa pusing setiap kali dikejar deadline pengumpulan tugas karena kebiasaan menunda-nunda sebagai akibat tidak bisa mengelola waktu.

2. METODE

Penelitian ini menggunakan metode kuantitatif dengan pendekatan *cross-sectional* yang bertujuan untuk mengetahui Hubungan Pembelajaran Daring dengan Tingkat Stress Mahasiswa Fakultas Ilmu Kesehatan Sebelas April Sumedang. Survey *cross sectional* adalah suatu penelitian untuk mempelajari dinamika kolerasi antara factor-faktor resiko dengan efek, dengan cara pendekatan, observasi, atau pengumpulan data sekaligus pada suatu saat (Notoatmojo, 2012). Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh mahasiswa Fakultas Ilmu Kesehatan Sebelas April Sumedang. Penelitian ini melibatkan 73 sample. Pengambilan sampel dalam penelitian ini menggunakan teknik *proportional stratified random sampling* yang artinya adalah pengambilan anggota sampel dari populasi yang dilakukan dengan cara peneliti mengambil dari wakil-wakil setiap kelompok yang ada dalam populasi yang jumlahnya disesuaikan dengan jumlah anggota subyek yang ada pada setiap kelompok tersebut (Arikunto, 2013).

3. HASIL DAN PEMBAHASAN

3.1. Hasil

Tabel 1
Karakteristik Responden Berdasarkan Jenis Kelamin

Jenis Kelamin	Frekuensi (f)	Persentase %
Perempuan	64	86 %
Laki-laki	10	14%
Jumlah	74	100%

Sumber : Data Primer 2022

Berdasarkan tabel 1 tampak bahwa sebagian besar responden berjenis kelamin perempuan yaitu berjumlah 64 orang (86%).

Tabel 2
Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Stress Dalam Metode Pembelajaran Daring Dan Penugasan

Daring dan penugasan	Frekuensi (f)	Persentase (%)
Buruk	8	10,8%
Kurang	12	16,2%
Cukup	37	50,0%
Baik	17	23,0%
Jumlah	74	100%

Sumber : Data Primer 2022

Berdasarkan tabel 2 tampak bahwa responden merespon Cukup sebanyak 37 orang (50,0%) dalam metode daring dan penugasan, atau mengatakan setuju dengan Kuliah online menyusahkan karena membutuhkan biaya yang lebih dan merasa tertekan karena tugas yang banyak.

Tabel 3
Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Tingkat Stress

Tingkat Stress	Frekuensi (f)	Persentase (%)
Ringan	9	12%
Sedang	14	19%
Berat	32	43%
Sangat berat	19	26%
Jumlah	74	100%

Sumber : Data Primer 2022

Tabel 3 menunjukkan bahwa sebagian besar responden tingkat stress berat sejumlah 32 orang 43%, yang ditandai dengan tingkat stress menjadi marah karena hal sepele, mudah kesal, mudah tersinggung dan merasa banyak menghabiskan energy karena cemas.

Tabel 4
Hubungan metode pembelajaran dan penugasan daring dengan tingkat stres mahasiswa pada masa pandemi COVID-19

Tingkat Strtes Metode Daring dan Penugasan											
	Buruk		Kurang		Cukup		Baik		Jumlah		
	F	%	F	%	F	%	F	%	F	%	
Ringan	8	11%	1	1%	0	0%	0	0%	9	12%	$P = 0,001$ $r = 0,946$
Sedang	1	1%	11	15%	2	3%	0	0%	14	19%	
Berat	0	0%	0	0%	32	43%	0	0%	32	43%	
Sangat berat	0	0%	0	0%	3	4%	16	22%	19	26%	

Sumber : Data Primer 2022

Berdasarkan data pada Tabel 4 signifikansi hubungan : variabel tingkat stress, pembelajaran daring dan penugasan. Berdasarkan output di atas diketahui nilai signifikansi atau sig (2- tailed) sebesar 0,01, karena nilai sig (2-tailed) < dari 0,05, maka artinya ada hubungan yang signifikan (berarti) antara variabel tingkat stress, pembelajaran daring dan penugasan..

3.2. Pembahasan

Berdasarkan hasil penelitian dan analisis data mengenai tingkat stress dalam metode pembelajaran daring dan penugasan di masa pandemi tahun 2022, menunjukkan hasil bahwa tingkat stress yang dialami mahasiswa sebagian besar terindikasi cenderung tinggi (berat). Hal ini bisa dilihat pada persentase tingkat tinggi (berat) sebanyak 43% atau 43 mahasiswa, tingkat sangat tinggi (sangat berat) sebanyak 26% atau 19 mahasiswa. sebanyak 18% atau 14 mahasiswa yang mengalami stress sedang, sebanyak 12% atau 9 orang mahasiswa yang mengalami stress ringan, sebanyak 19% atau 14 orang mahasiswa mengalami stress sedang.

Dengan demikian dapat disimpulkan bahwa mahasiswa mengalami stress tinggi (berat) pada pembelajaran metode daring dan penugasan yaitu sebanyak 43% atau 32 mahasiswa, 32 responden menjawab sering, dan 19 responden menjawab sangat sering. Hasil penelitian ini sesuai dengan penelitian Harahap dkk (2020) yang telah melakukan penelitian tentang analisis tingkat stress pada mahasiswa selama pembelajaran daring akibat pandemic covid-19 dengan hasil menunjukkan jika semua rata-rata mahasiswa akan mengalami stress saat pandemi covid-19 dengan model pembelajaran online jarak jauh.

Penelitian lain juga telah dilakukan oleh Jannah & Santoso (2021) tentang tingkat stress mahasiswa dalam pembelajaran secara daring di masa pandemic covid-19 dengan hasil penelitian menunjukkan jika pandemic covid-19 menyebabkan pembelajaran menjadi daring atau online yang memicu stress bagi mahasiswa. Menurut (Zuntari,2007 dalam Juniarha n.d; (Farihah 2014) dalam penelitiannya dikatakan bahwa pada hakekatnya stress adalah interaksi individu dengan lingkungan, menyebabkan adanya suatu tekanan dan mempengaruhi aspek fisik prilaku, kognitif dan emosional. Tekanan yang dialami oleh individu bisa bersumber dari factor internal, salah satu sumber stress dari factor internal adalah keyakinan dan kemampuannya.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa sebagian responden stress mahasiswa dengan metode pembelajaran daring dan penugasan berjumlah 32 orang (43%) Santrock (2009) menyebutkan bahwa faktor-faktor yang menyebabkan stress terdiri atas : beban yang terlalu berat, konflik dan frustasi, factor kepribadian, factor kognitif, Rindang (2005) menjelaskan faktor-faktor yang mempengaruhi stress tuntutan pekerjaan/tugas akademik, tugas akademik, yang dianggap berat dan tidak sesuai dengan kemampuan individu dapat menyebabkan terjadinya stress. Angka koefisien korelasi pada hasil uji statistik Spearman rank bernilai positif, yaitu 0,946. Sehingga hubungan kedua variabel tersebut bersifat searah (jenis hubungan searah). Dengan demikian dapat diartikan bahwa pembelajaran daring penugasan sangat mempengaruhi tingkat stress pada Mahasiswa.

Dengan demikian maka dapat disimpulkan bahwa H_0 ditolak dan H_a di terima, artinya ada hubungan signifikan yang sangat kuat dan searah antara tingkat stress pembelajaran daring dan penugasan.

Menurut peneliti efek dari penugasan dan rendahnya motivasi belajar siswa ini pada akhirnya muncul pada stress akademik siswa. Stres akademik berkaitan dengan kegagalan dalam akademik. Pada awal

pandemi covid-19 masuk ke negara Indonesia, dimana anjuran pemerintah mengharuskan seluruh pembelajaran dilaksana secara daring untuk mencegah penyebaran virus covid-19. Pembelajaran daring menuntut seorang siswa untuk lebih aktif belajar mandiri selama mengikuti kelas online. Banyak tugas yang diterima oleh mahasiswa dan terdapat banyak keterbatasan dalam proses pembelajaran daring. Rasa ketidakpuasan mahasiswa selama proses pembelajaran daring membuat mahasiswa merasa berat dan sulit memahami materi pembelajaran.

Beberapa penelitian diberbagai Negara dan wilayah di Indonesia menunjukkan bahwa kondisi stress mahasiswa disebabkan oleh berbagai faktor. Hal ini juga disebutkan dalam penelitian Utami, Ruffaidah, & Nisa (2020) dan PH, Mubin, & Basthomi, (2020) menjelaskan bahwa penyebab stress dikalangan mahasiswa selama masa pandemi COVID-19 disebabkan oleh stress akademik dan tugas pembelajaran. Faktor-faktor yang dapat memicu stress pada mahasiswa, yaitu: (1) Banyaknya tugas yang dianggap berlebih dengan tuntutan waktu pengumpulan yang tergolong cepat membuat kesehatan mental siswa terganggu.

(2) Lingkungan belajar yang berbeda saat melakukan pembelajaran jarak jauh. (3) Keterbatasan pemahaman terkait materi yang didapat oleh siswa juga sangat berpengaruh sehingga menyebabkan stres. (4) Tidak ada ketetapan jadwal yang jelas juga membuat siswa menjadi cemas dan akhirnya menjadi stres.

Penelitian ini selaras dengan penelitian yang dilakukan oleh Widiyono yaitu menjelaskan bahwa pembelajaran daring dalam pelaksanaannya memberikan gambaran bahwa kurang optimal dalam pemahaman materi oleh mahasiswa dan tugas yang terlalu banyak diberikan kepada mahasiswa.

Beberapa kasus penelitian di perguruan tinggi yang menyatakan bahwa banyak siswa yang merasa jika pembelajaran tatap muka bisa membuat siswa lebih mudah memahami penjelasan pendidik. Akan tetapi saat pembelajaran daring, beberapa kasus memunculkan rasa ketakutan akan kemajuan akademiknya. Rasa gagal dalam mencapai target yang diharapkan. Tekanan harus mampu belajar mandiri, konsentrasi tinggi dalam memperhatikan penjelasan dosen selampembelajaran daring yang sering terkendalasingnal sehingga tidak terdengar jelas suara dosen, lelah dengan tugas yang menumpuk sebagai evaluasi selama proses pembelajaran, tekanan dari orang tua, dan pembengkakan biaya kuota internet membuat siswa stres dengan kehidupan akademiknya. Siswa timbul rasa khawatir dengan nilai hasil akademik, sehingga terjadi stress akademik (Hasanah et al.,2020)

4. KESIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian dan analisis menunjukkan adanya stress yang dialami mahasiswa dalam mengikuti metode pembelajaran daring dan penugasan di masa pandemi ini. Tingkat stress yang dialami mahasiswa ini di tingkat cenderung tinggi (berat). Hal ini perlu menjadi perhatian penting bagi para dosen di program studi Ilmu Keperawatan supaya bisa memberikan layanan bimbingan kepada para mahasiswa untuk bisa mengolah aspek fisik dan psikologisnya dalam rangka mengurangi stress yang dialami.

DAFTAR PUSTAKA

- Adrian, F. A., Putri, V. S., & Suri, M. (2021). Hubungan Belajar Online di Masa Pandemi Covid 19 dengan Tingkat Stress Mahasiswa S1 Keperawatan STIKes Baiturrahim Jambi. *Jurnal Akademika Baiturrahim Jambi*, 10(1), 66-73.
- Agustiningsih, N. (2019). Gambaran Stress Akademik dan Strategi Koping Pada Mahasiswa Keperawatan. *Jurnal Ners dan Kebidanan (Journal of Ners and Midwifery)*, 6(2), 241-250.
- Andiarna, F., & Kusumawati, E. (2020). Pengaruh Pembelajaran Daring terhadap Stres Akademik Mahasiswa Selama Pandemi Covid-19. *Jurnal Psikologi*, 16(2), 139-149.
- Barseli, M., Ifdil, I., & Nikmarijal, N. (2017). Konsep Stres Akademik Siswa. *Jurnal konseling dan pendidikan*, 5(3), 143-148.
- Barseli, M., Ifdil, I., & Fitria, L. (2020). Stress Akademik Akibat Covid-19. *JPGI (Jurnal Penelitian Guru Indonesia)*, 5(2), 95-99
- Belawati, T. (2019). Pembelajaran Online. *Jakarta, Universitas Terbuka*.
- Firman, F., & Rahayu, S. (2020). Pembelajaran Online di Tengah Pandemi Covid-19. *Indonesian Journal of Educational Science (IJES)*, 2(2), 81-89.
- Harahap, A. C. P., Harahap, D. P., & Harahap, S. R. (2020). Analisis Tingkat Stres Akademik pada Mahasiswa Selama Pembelajaran Jarak Jauh di Masa Covid-19. *Biblio Couns: Jurnal Kajian Konseling dan Pendidikan*, 3(1), 10-14.
- Hasibuan, M. T. D., Mendrofa, H. K., Silaen, H., & Tarihoran, Y. (2020). Hubungan Motivasi Belajar terhadap Prestasi Akademik pada Mahasiswa yang Menjalani Pembelajaran Daring Selama Pandemi Covid-19. *Indonesian Trust Health Journal*, 3(2), 387-393.

- Haryadi, R., & Selviani, F. (2021). Problematika Pembelajaran Daring di Masa Pandemi Covid-19. *Academy of Education Journal*, 12(2), 254–261. <https://doi.org/10.47200/aoej.v12i2.447>.
- Jannah, M. (2021). Pengaruh Pembelajaran Via Online Selama Pandemi Covid-19 terhadap Tingkat Stress Mahasiswa Tingkat Akhir Fakultas Kedokteran Universitas Muhammadiyah Makassar. *Skripsi tidak diterbitkan*. Fakultas Kedokteran Universitas Muhammadiyah Makassar. Makassar.
- Jannah, R., & Santoso, H. (2021). Tingkat Stres Mahasiswa Mengikuti Pembelajaran Daring pada Masa Pandemi Covid-19. *Jurnal Riset dan Pengabdian Masyarakat*, 1(1), 130–146. <https://doi.org/10.22373/jrpm.v1i1.638>
- Kurnianto, B., & Rahmawati, R. D. (2020, September). Hubungan Pola Asuh Orang Tua terhadap Motivasi Belajar Siswa pada Pembelajaran Daring Masa Pandemi. In *Seminar Pendidikan Nasional (SENDIKA)* (Vol. 2, No. 1).
- Lubis, H., Ramadhani, A., & Rasyid, M. (2021). Stres Akademik Mahasiswa dalam Melaksanakan Kuliah Daring Selama Masa Pandemi Covid 19. *Psikostudia: Jurnal Psikologi*, 10(1), 31. <https://doi.org/10.30872/psikostudia.v10i1.5454>
- Musabiq, S., & Karimah, I. (2018). Gambaran Stress dan Dampaknya pada Mahasiswa. *Insight: Jurnal Ilmiah Psikologi*, 20(2), 74. <https://doi.org/10.26486/psikologi.v20i2.240>
- Nurmala, M. D., Wibowo, T. U. S. H., & Rachmayani, A. (2020). Tingkat Stres Mahasiswa dalam Pembelajaran Online pada Masa Pandemi Covid-19. *Jurnal Penelitian Bimbingan dan Konseling*, 5(2).
- Notoatmodjo. (2012). *Metodologi Penelitian Kesehatan*. Jakarta :Rineka cipta.
- Pratama, R. E., & Mulyati, S. (2020). Pembelajaran Daring dan Luring pada Masa Pandemi Covid19. *Gagasan Pendidikan Indonesia*, 1(2), 49. <https://doi.org/10.30870/gpi.v1i2.9405>
- Riinawati, R. (2021). Hubungan Konsentrasi Belajar Siswa terhadap Prestasi Belajar Peserta Didik pada Masa Pandemi Covid-19 di Sekolah Dasar. *EDUKATIF: JURNAL ILMU PENDIDIKAN*, 3(4), 2305-2312.
- Riyana, C., & Pd, M. (2020). Konsep Pembelajaran Online. *Modul Pembelajaran On-Line*, 1.
- Saifuddin, M. F. (2018). E-Learning dalam Persepsi Mahasiswa. *Jurnal VARIDIKA*, 29(2), 102–109. <https://doi.org/10.23917/varidika.v29i2.5637>
- Santika, I. W. E. (2020). Pendidikan Karakter pada Pembelajaran Daring. *Indonesian Values and Character Education Journal*, 3(1), 8–19.
- Sugiyono. (2013). Sugiyono, Metodologi Penelitian Kuantitatif, Kualitatif. In *Mode Penelitian Kualitatif* (Vol. 5, Issue January). <http://belajarpsikologi.com/metode-penelitian-kualitatif/>.
- Sugiyono. (2018). Metodologi Penelitian. *Journal of chemical Information and Modeling*, 53 (147), 1689-1699