

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Pelaksanaan pendidikan di Indonesia dalam masa pandemi Covid-19 mengalami beberapa perubahan yang terlihat nyata. Untuk mengurangi angka penyebaran Covid-19 dan kegiatan pendidikan dapat berjalan seperti biasanya, maka pemerintah melakukan beberapa upaya untuk mengurangi penyebaran virus tersebut. Diantaranya Pelaksanaan kegiatan belajar mengajar dilaksanakan dengan sistem *online* atau sistem dalam jaringan (*daring*) sejak bulan Maret 2020. Sistem pembelajaran tersebut dilakukan tanpa tatap muka secara langsung, melainkan dilakukan dengan sistem pembelajaran jarakjauh.

Menurut Abdusshomad dalam Suriadi, (2021) pembelajaran daring merupakan suatu proses pembelajaran yang di lakukan dengan memanfaatkan berbagai situs dan perangkat keras seperti laptop, *Handphone*, dan *computer* dalam sebuah situs yang relevan dengan sekolah berupa *Zoom*, *Geogle meet*, *Geogle Clasroom* bahkan *e-learning*. Pembaharuan dalam pembelajaran daring ini menimbulkan permasalahan baru dalam Pendidikan. Proses pembelajaran yang terjadi menjadi kurang efektif dari pada pembelajaran normal pada umumnya. Dengan sistem pembelajaran jarak jauh, peserta didik tidak diharuskan untuk datang ke sekolah maupun ke kampus untuk melaksanakan pembelajaran. Banyak sarana yang pada akhirnya diterapkan oleh tenaga pendidik untuk melaksanakan kegiatan belajar mengajar secara jarak jauh. Sarana pembelajaran jarak jauh tersebut tidak dapat dihindari dari perkembangan teknologi informasi dan komunikasi.

Menurut Robandi dan Mudjiran dalam Suriadi, (2021) menjelaskan bahwa pembelajaran daring ini akan membuat peserta didik menjadi bingung, stress, kurang kreatif, kurangnya minat untuk melakukan sesuatu yang di akibatkan kurangnya pengawasan guru sebagai guru pembimbing peserta didik. Dengan pembelajaran *daring*, peserta didik di tuntut untuk mandiri dalam segala hal termasuk belajar dan memahami materi. Dengan adanya pembelajaran daring ini juga peserta didik lebih banyak menggunakan gadget dalam segala kegiatannya. Namun, dengan sistem pembelajaran jarak jauh timbul beberapa masalah selama berlangsungnya proses pembelajaran masalah yang terjadi yaitu peserta didik maupun tenaga pendidik dari semua kalangan diharuskan memiliki akses jaringan internet yang baik dan stabil. Namun, banyak daerah-daerah yang memiliki akses internet kurang baik atau tidak lancar sehingga timbul masalah baru yang mempengaruhi psikis dari peserta didik maupun tenaga pendidik yaitu stres akademik.

Stres telah menjadi bagian dari kehidupan mahasiswa dikarenakan terdapat berbagai berbagai faktor internal dan eksternal yang ada dibeban mahasiswa. Mahasiswa sangat rentan terhadap masalah yang terkait dengan stres akademik ketika transisi terjadi pada tingkat individu dan sosial. Tetapi karena perbedaan individu tersebut, seseorang dapat menilai stresor sebagai suatu hal yang negatif, (Newstrom & Davis, 1997).

Stres akademik merupakan sebuah tekanan akibat persepsi subjektif terhadap suatu kondisi akademik. Tekanan ini melahirkan respon yang dialami siswa berupa reaksi fisik, perilaku, pikiran, dan emosi negatif yang muncul akibat adanya tuntutan sekolah atau akademik. Peningkatan jumlah stres akademik

akan menurunkan kemampuan akademik yang berpengaruh terhadap indeks prestasi. Beban stres yang dirasa terlalu berat dapat memicu gangguan memori, konsentrasi, penurunan kemampuan penyelesaian masalah, dan kemampuan akademik. Selain itu stres yang dirasa berat juga dapat memicu munculnya masalah kesehatan seperti depresi dan kecemasan berlebih.

Mahasiswa menjadi kelompok rentan terhadap stres yang berasal dari kehidupan akademik. Stres yang biasanya dialami mahasiswa disebabkan adanya tuntutan kehidupan dan tanggung jawab akademik. Perubahan sistem pembelajaran online selama pandemi Covid-19 mengharuskan mahasiswa memperoleh tugas yang lebih banyak dan jadwal perkuliahan yang padat tanggung jawab dan tuntutan kehidupan akademik serta banyaknya masalah yang dihadapi mahasiswa dapat menjadi bagian stres yang biasa dialami oleh mahasiswa.

Menurut hasil wawancara yang dilakukan oleh peneliti terhadap 25 mahasiswa Universitas Yudharta Pasuruan mengaku merasa pusing, cemas dan kesulitan tidur ketika perkuliahan dilakukan secara *daring*, mereka juga lebih mudah lupa akan materi yang disampaikan dosen pada saat kuliah online dan kesulitan berkonsentrasi selama kuliah online. Hal ini menunjukkan adanya stress akademik pada mahasiswa. Sebanyak 18 mahasiswa atau 72% mahasiswa mengalami gejala stress akademik tersebut. Respon individu terhadap ketegangan yang disebabkan oleh tuntutan akademik yang harus dikerjakan individu merupakan stress akademik (Olejnik & Holschuh, 2007).

Faktor yang mempengaruhi stress akademik menurut Fauziah dan Widuri (2007) ada dua yakni faktor internal yang meliputi pola pikir, kepribadian, keyakinan dan faktor eksternal yang meliputi dorongan status sosial, pelajaran

yang padat, tekanan berprestasi, dan tekanan orang tua. Penelitian ini memilih kepribadian sebagai pengaruh dari stress akademik karena sesuai dengan keadaan subjek penelitian dan fenomena pandemi yang membatasi kegiatan mahasiswa sehingga pembelajaran dilakukan dari rumah. Dalam klasifikasinya, terdapat banyak versi kepribadian, salah satunya adalah tipe kepribadian introvert dan ekstrovert. Jung membagi tipe kepribadian menjadi tipe kepribadian introvert dan ekstrovert. Penggolongan tipe kepribadian ekstrovert- introvert didasarkan pada perbedaan respon, kebiasaan, dan sifat-sifat yang ditampilkan oleh individu dalam melakukan hubungan interpersonal. Tipe kepribadian ekstrovert memiliki unsur interpersonal yang mengacu pada seseorang untuk bersikap ramah, antusias, dominan dalam situasi sosial, sedangkan untuk tipe kepribadian introvert cenderung kurang ramah, lebih lambat untuk pengungkapan diri, tampak kurang energik, dan cenderung untuk menginternalisasi proses kognitif. Dalam sebuah rancangan penelitian mengenai perbedaan proses stres berdasarkan kepribadian, Niall Bolger dan Zuckerman (Bolger, 1995) mengungkapkan bahwa perbedaan individu dalam merespon stres mungkin saja dikarenakan oleh perbedaan pilihan dalam upaya mengatasi stres serta perbedaan efektivitas dari kedua upaya tersebut.

Pada masa pandemi, setiap individu cenderung mengalami stress setiap individu memiliki cara tersendiri dalam menanganai atau menyikapi stress di masa pandemi ini. Setiap individu memiliki cara dalam menanganai stress tersebut sesuai dengan karakter kepribadianya masing-masing. Sehingga dalam menyikapi pendidikan dengan sistim daring di masa pandemi yang membuat pemicu stress akademik, setiap mahasiswa melakukan penanganan stres dengan caranya sendiri-sendiri sesuai karakter kepribadiannya masing-masing.

Menurut Cooper (dalam Dumitru, 2012), kepribadian merupakan salah satu hal yang penting dalam menentukan tingkat stres seseorang. Faktor kepribadian juga akan mempengaruhi bagaimana individu tersebut mengelola stres yang dihadapinya, dan akan menentukan bagaimana ketahanan individu tersebut dalam menghadapi stres dan peristiwa sulit yang akan terjadi selama kehidupannya. Tipe kepribadian terbagi menjadi kepribadian introvert dan ekstrovert. Menurut McCrae & Costa (1986), individu dengan kepribadian introvert cenderung lebih mudah mengalami stres karena sifat mereka yang mudah cemas, pesimis, dan kecenderungan mereka untuk tampil sempurna.

Ross dan Altmaier (1994) mengatakan bahwa karakteristik individu dapat memberikan pengaruh positif maupun negatif terhadap stres yang dialaminya. Perbedaan individu dapat menyebabkan seseorang menilai stresor sebagai suatu hal yang positif, sehingga orang tersebut dapat termotivasi dan mengalami perasaan positif. Pada individu yang memiliki kepribadian introvert, dalam mengatasi stres cenderung menjauhkan dirinya dari kegiatan sosial atau keramaian. Sebaliknya, pada individu yang memiliki kepribadian ekstrovert, dalam mengatasi stres cenderung membutuhkan sosialisasi terhadap individu yang lain atau bisa disebut cenderung membutuhkan keramaian. Berdasarkan penelitian yang dilakukan oleh Dumitru (2012) mengenai hubungan antara kepribadian dengan stres menunjukkan bahwa individu dengan kepribadian introvert lebih rentan mengalami stres daripada individu dengan kepribadian ekstrovert. Fauziah dan Widuri, (2007) mengemukakan bahwa terdapat faktor yang dapat mempengaruhi stres akademik, salah satunya merupakan kepribadian individu. Salah satu perbedaan individu yang mempengaruhi kondisi stres adalah karakteristik kepribadian. Kepribadian dapat diartikan sebagai

keseluruhan pola pikiran, perasaan dan perilaku yang sering digunakan untuk beradaptasi secara terus menerus dalam kehidupan (Putra dan Luh, 2015).

Kepribadian meliputi segala corak perilaku manusia yang terdapat pada dirinya sendiri yang digunakan untuk beraksi serta menyesuaikan diri terhadap segala rangsang, baik yang datang dari lingkungan maupun yang datang dari dirinya sendiri (Maramis, 2005). Jadi, perbedaan kepribadian mahasiswa baik itu tipe kepribadian ekstrovert maupun kepribadian introvert berperan penting dalam proses penilaian seseorang terhadap suatu hal yang dapat menyebabkan stres Akademik. Sehingga mahasiswa yang memiliki kepribadian ekstrovert cenderung menganggap suatu hal yang negatif adanya pembelajaran daring di masa pandemi ini. Sebaliknya, mahasiswa yang memiliki kepribadian introvert cenderung menganggap suatu hal yang positif dengan adanya pembelajaran sistem *daring*.

B. Rumusan Masalah

Dari uraian latar belakang di atas maka dapat di tarik rumusan masalah sebagai berikut “Apakah pengaruh tipe kepribadian introvert dan ekstrovert terhadap stress akademik?”

C. Tujuan Penelitian

Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui pengaruh tipe kepribadian ekstrovert dan introvert terhadap tingkat stres akademik Mahasiswa Universitas Yudharta Pasuruan.

D. Manfaat Penelitian

1. Manfaat Teoritis

Dari penelitian yang akan dilakukan ini, berharap akan memberikan masukan kepada masyarakat luas di masa pandemi. membahas tentang stress akademik ditinjau dari tipe kepribadian.

2. Manfaat Praktis

- a) Bagi peneliti, di harapkan untuk bisa meningkatkan kualitas penelitian.
- b) Bagi pembaca, sebagai tambahan informasi agar bisa mempelajari bagaimana menghadapi stress di masa pandemic seperti ini.

E. Perbedaan dengan Penelitian Sebelumnya

Penelitian terdahulu yang dilakukan oleh Funsy Andriana Estri Kusumawati dengan judul "Pengaruh Pembelajaran Daring terhadap Stress Akademik Mahasiswa selama Masa Pandemi Covid-19" yang bertujuan untuk mengetahui bagaimana pengaruh pembelajaran daring terhadap stress akademik pada mahasiswa PTN umum di surabaya. Berbeda dengan peneliti sebelumnya, peneliti menggunakan tipe kepribadian ekstrovert dan introvert sebagai variabel bebas dan tempat penelitian berada di Universitas Yudharta Pasuruan.

Penelitian terdahulu yang dilakukan oleh Fetri Svetri Linasari (2017) dengan judul "Hubungan Tipe Kepribadian dengan Tingkat Stress pada Mahasiswa Baru Fakultas Kedokteran Universitas Andalas Tahun 2016". Penelitian ini dilakukan di Fakultas Kedokteran Universitas Andalas terhadap mahasiswa baru jurusan profesi dokter dan metode yang digunakan adalah cross sectional dengan teknik total sampling dengan uji analisis bivariat menggunakan

spearman. Berbeda dengan peneliti sebelumnya, peneliti melakukan penelitian di Universitas Yudharta Pasuruan pada mahasiswa Fakultas Psikologi. Metode penelitian yang digunakan yakni penelitian kuantitatif dengan teknik *non-probability sampling*. Uji analisis data menggunakan uji-t dengan bantuan program *SPSS Statistic 25 for windows*.

Penelitian sebelumnya dilakukan oleh Rani Nur Setya Ningsih (2016) dengan judul "Hubungan Tipe Kepribadian Ekstrovert, Introvert, Ambivert dengan Tingkat Stress dalam Belajar pada Mahasiswa". Tujuan penelitian ini untuk mengetahui hubungan tipe kepribadian ekstrovert, Introvert, Ambivert dengan tingkat stress belajar pada mahasiswa tingkat I DIII Kebidanan STIKes Widya Dharma Husada Pamulang Tahun 2015. Desain penelitian ini Cross Sectional dengan teknik total sampling. Berbeda dengan penelitian sebelumnya, dalam penelitian kali ini peneliti hanya menggunakan tipe kepribadian Ekstrovert dan Introvert saja. Tujuan penelitian kali ini bukan hanya untuk mengetahui hubungan antar variabel melainkan untuk mengetahui pengaruh antar variabel. Tempat dan subjek penelitian juga berbeda, tempat penelitian dilakukan di Universitas Yudharta Pasuruan pada mahasiswa psikologi dalam pembelajaran daring.