

**GAMBARAN TINGKAT STRES MAHASISWA KEPERAWATAN DALAM MENJALANI
PEMBELAJARAN *BLENDED LEARNING* SAAT
PANDEMI DI STIKES SUAKA INSAN BANJARMASIN**

TAHUN 2022

Nakabahum¹, Ivana², Lanawati³

¹²³*Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Suaka Insan Banjarmasin, 70116, Indonesia*

E-mail : paskalmigang3@gmail.com

INTISARI

Latar Belakang : Mahasiswa adalah orang yang sedang produktif untuk beraktivitas dan mengembangkan diri sehingga paling sering mengalami banyak stresor di masa pendidikan, selain harus menghadapi masa transisi dari sekolah menengah atas ke dalam dunia pendidikan tinggi, mereka juga harus beradaptasi dengan penyesuaian proses pembelajaran di masa pandemi. Ada 4 diantara 10 mahasiswa merasa waktunya lebih banyak termakan pada saat menjalani pembelajaran *blended learning*, dan 6 mahasiswa mengatakan bahwa dampak metode pembelajaran ini yaitu lebih ke fisik karena lumayan menguras tenaga dan belum terbiasa akan metode pembelajaran yang baru di terapkan ini.

Tujuan Penelitian : mengidentifikasi tingkat stress mahasiswa keperawatan dalam pembelajaran *blended learning*.

Metode Penelitian : Penelitian metode deskriptif kuantitatif. Teknik sampling dalam penelitian ini menggunakan *total sampling*. Sampel yang di gunakan dalam penelitian ini adalah seluruh mahasiswa keperawatan semester 4 kelas B di stikes suaka insan yang bertotal ada 30 orang.

Hasil Penelitian : Hasil penelitian pada mahasiswa Semester IV Kelas B di STIKES Suaka Insan mengalami stress dalam proses belajar *blended learning* dengan hasil responden dalam kategori yaitu ringan sebanyak 5 orang (16,7 %), sedang sebanyak 14 orang (46,6 %), berat sebanyak 11 orang (36,7 %).

Kesimpulan : Berdasarkan hasil pengukuran tingkat stress mahasiswa keperawatan dalam pembelajaran *blended learning* didapatkan hasil gambaran tingkat stress mahasiswa keperawatan dalam menjalani *blended learning* saat pandemi di STIKES Suaka Insan Banjarmasin 2022 adalah banyak mahasiswa mengalami stress sedang dan stress berat.

Kata Kunci : *Blended Learning*, Stress, Pandemi,

1. Mahasiswa Program Studi Ilmu Keperawatan Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Suaka Insan Banjarmasin
2. Dosen Program Studi Ilmu Keperawatan Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Suaka Insan Banjarmasin
3. Dosen Program Studi Ilmu Keperawatan Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Suaka Insan Banjarmasin

Pendahuluan

Kasus COVID-19 ini semakin hari semakin bertambah, para ahli kesehatan melakukan tindakan seperti menyarankan masyarakat untuk melakukan *social distancing*, *physical distancing* dan *stay at home*. Sehingga pemerintah melakukan tindakan seperti karantina, isolasi sosial, penutupan perkantoran, penutupan lembaga pendidikan, pabrik dan hingga melakukan pembatasan skala besar-besaran. Dengan memberlakukannya protokol kesehatan tersebut berdampak kepada berbagai sektor kehidupan diantaranya; sektor pendidikan diliburkan sehingga sistem pembelajaran secara tatap muka berubah seluruhnya menjadi online. Akibat

perubahan tersebut salah satunya berdampak pada pelajar dan mahasiswa di seluruh perguruan tinggi (Kusnayat, 2020).

Perubahan metode belajar dari pembelajaran online menjadi pembelajaran campuran (*blended learning*) secara tiba-tiba dapat membuat mahasiswa mengalami kesulitan dalam beradaptasi sehingga berdampak pada kesehatan salah satunya stres. Mahasiswa yang mengalami kesulitan dalam menyesuaikan diri dapat menimbulkan stres tersendiri sehingga menghambat proses pembelajaran (Gunawan et al., 2017).

Dalam metode pembelajaran yang baru dapat menimbulkan respon yang kurang baik pada

mahasiswa karena perubahan sistem pembelajaran dan banyak hal yang mempengaruhi untuk itu dapat ditingkatkan lagi pembelajarannya sehingga mahasiswa dapat berpikir dengan aktif dan nyaman dalam menjalani kegiatan sehari-hari. (Muhid & Ferdiyanto, 2020).

Pembelajaran *blended learning* ini sebenarnya sangat di perlukan oleh mahasiswa terutama pada proses mahasiswa keperawatan, karena pada pelaksanaan pembelajaran *blended learning* ini, mahasiswa perawat tidak hanya mendapatkan pengalaman saat belajar saat didampingi dosen di kelas ataupun di luar kelas (praktek laboratorium nyata ataupun di tempat pelayanan kesehatan), mahasiswa juga mendapat pengalaman belajar mandiri secara luas saat pembelajaran ini dilakukan. (Dwiyogo, 2016)

Peran dosen dalam pembelajaran *blended learning* ini juga sangat penting dalam memberikan stimulus agar mahasiswa dapat melakukan pembelajaran mandiri, dan mengembangkan kreatifitas masing-masing mahasiswa. Dalam penerapan metode ini juga dapat meberikan pengalaman nyata bagi mahasiswa dalam merasakan konsep pembelajaran baru yaitu pembelajaran *blended learning* ini agar mahasiswa dapat menggali dan mencari informasi sendiri dalam setiap proses pembelajaran dengan mudah dan menemukan solusi atas permasalahan yang di hadapi mahasiswa. (Ningsih & Jayanti,2016)

Tantangan yang dihadapi saat menerapkan metode pembelajaran *blended learning* pada Pendidikan keperawatan adalah dimana peserta didik sering merasa bosan, tingkat pemahaman peserta didik terhadap materi yang disampaikan kurang optimal, dan motivaasi serta hasil belajar dalam perkuliahan menjadi rendah hal ini ditandai dengan nilai ujian tengah semester beberapa peserta didik yang masih berada dibawah rata-rata hal ini juga memberikan dampak untuk fisik dan psikologis mahasiswa (Nurdiana, 2021).

Stres yang dialami mahasiswa sangat mempengaruhi menurunnya motivasi atau minat belajar mahasiswa karena sudah terbiasa melaksanakan pembelajaran online. Mahasiswa keperawatan juga menghadapi perubahan adaptasi pembelajaran dari jenjang SMA ke perguruan tinggi, selain itu mahasiswa menjalani sistem pembelajaran jarak jauh dengan skema *E-learning*. Ketidakpastian akhir pandemi dan meningkatnya penggunaan pembelajaran online dapat berdampak negatif pada kesehatan mental siswa. Penelitian ini bertujuan untuk mengevaluasi pelaksanaan pembelajaran dari

rumah dengan *emotional resilience* dan kemampuan manajemen belajar mahasiswa (Fanani & Jainurakhma, 2020)

Dampak dari stressor perubahan metode belajar ini juga dapat mempengaruhi kondisi ketahanan psikologi atau *emotional resilience* dan berhubungan dengan kemampuan belajar remaja usia sekolah atau kuliah *Emotional resilience* yang baik dibutuhkan individu untuk bangkit kembali mengatasi stress dan gangguan psikis (Wahidah, 2019). Sebagai salah satu stressor dalam masa pandemi covid 19 ini khususnya dalam perubahan metode pembelajaran dengan kaitannya *emotional resilience* dan kemampuan manajemen khususnya pada mahasiswa keperawatan (Zulka, 2021).

Mahasiswa juga mengeluh untuk pembelajaran *blended learning* ini sedikit memakan waktu dan tenaga disisi lain juga mahasiswa juga merasa di pembelajaran ini mereka juga, dapat belajar lebih banyak hal secara nyata atau langsung namun ada juga yang belum terbiasa dengan itu karena mahasiswa tersebut sudah terbiasa dengan pembelajaran online dan kebanyakan merasa malas untuk turun ke kampus karena malu, takut dan kurang bisa bersosialisasi dengan mahasiswa lain sehingga itu bisa berdampak bagi psikologis mahasiswa tersebut. Hasil studi pendahuluan yang peneliti lakukan kepada beberapa mahasiswa diantaranya meengatakan untuk pertama kalinya merasakan metode pembelajaran *blended learning* ini (Marchini et al., 2020).

UNICEF menganjurkan dalam menghadapi stress atau kejenuhan pada mahasiswa dapat dilakukan dengan cara membuat jadwal rutin yang fleksibel misalnya membentuk kelompok belajar dengan teman menggunakan video coverance, orang tua menjadi pendengar yang baik bagi anak, memberikan motivasi atau dukungan kepada anak agar semangat dalam menjalankan pembelajaran *blended learning*, melakukan aktivitas yang membuat mahasiswa tidak merasa jenuh misalnya bermain game, bernyanyi atau segala aktivitas yang dapat membantu mengurangi rasa jenuh atau stres (UNICEF, 2020).

wawancara pada studi pendahuluan yang dilaksanakan pada tanggal 05 sampai dengan November 2021 terhadap 10 mahasiswa semester 5 STIKES Suaka Insan Banjarmasin

adalah sebagai berikut. Ada 4 diantara mahasiswa merasa waktunya lebih banyak termakan pada saat menjalani pembelajaran *blended learning*, 7 mahasiswa mengatakan bahwa dampak metode pembelajaran ini yaitu lebih ke fisik karena lumayan menguras tenaga dan belum terbiasa akan metode pembelajaran yang baru di terapkan ini. 5 mahasiswa juga mengatakan bahwa mereka sulit mengontrol emosi karena kelelahan mengerjakan tugas hingga larut malam dan kurang tidur saat menjalani pembelajaran *blended learning*.

Ada juga 6 mahasiswa mengatakan bahwa mereka merasa lumayan kesulitan untk mengatur waktu kafena jadwal pembeljaran yang lumayan padat Ada 8 mahasiswa mengatakan bahwa mereka merasa takut gagal dalam melaksanakan ujian karena terbiasa santai dengan pembelajran online Berdasarkan hal tersebut peneliti tertarik untuk melakukan studi tentang gambaran tingkat stres mahasiswa keperawatan dalam menjalani *blended learning* saat pandemi di STIKES suaka insan Banjarmasin tahun 2022 .

Pentingnya riset ini untuk di teliti yaitu untuk mengetahui tingkat stres mahasiswa keperawatan dalam menghadapi metode pembelajaran yang baru yaitu *blended learning*.

Metodologi

Penelitian ini menggunakan metode penelitian deskriptif kuantitatif metode penelitian dekriptif adalah suatu metode penelitian yang dilakukan dengan tujuan utama untuk membuat gambaran tentang suatu keadaan secara objektif. Metode ini digunakan untuk memecahkan atau menjawab permasalahan yang sedang dihadapi pada situasi sekarang atau yang sedang terjadi (Notoadmodjo, 2010). Kuantitatif adalah data yang berbentuk angka atau data yang diangkakan (Sugiyono, 2018).

Pada penelitian ini menggambarkan tingkat stres mahasiswa di Stikes Suaka Insan terhadap perubahan metode pembelajaran baru yaitu *Blended Learning* 2022.

Uji validitas merupakan suatu ukuran yang menunjukkan tingkat kevalidan suatu instrument. Untuk memperoleh instrument yang valid peneliti harus bertindak hati-hati sejak awal penyusunan (Arikunto, 2010).

Sebelum melakukan pengumpulan data, peneliti melakukan uji coba terhadap responden yang mengetahui kriteria yang mempunyai karakteristik sama dengan responden yang akan diteliti. Jumlah

responden yang di uji coba adalan 30 responden yang tidak akan diikuti dalam proses pengumpulan data. Pada penelitian ini akan dilakukan uji validitas. Responden yang akan dilibatkan dalam uji validitas penelitian ini adalah mahasiswa yang diambil sebanyak 30 mahasiswa dari Angkatan 15 semester II.

Tujuan uji coba ini adalah untuk mengetahui tingkat validitas dan reliabilitas instrument pengumpulan data.

Uji validitas penelitian ini menggunakan rumus *Pearson Product Moment* dengan rumus sebagai berikut (Hidayat, 2011).

Rumus :

$$r_{hitung} = \frac{n \cdot (\sum XY) - (\sum X) \cdot (\sum Y)}{\sqrt{\{n \cdot \sum X^2 - (\sum X)^2\} \cdot \{n \cdot \sum Y^2 - (\sum Y)^2\}}}$$

Keterangan :

r_{hitung} : Koefisien korelasi
 $\sum Xi$: Jumlah skor item
 $\sum Yi$: Jumlah skor total
 n : Jumlah responden

Perhitungan dibantu menggunakan tehnik komputerisasi dengan program software SPSS versi 25. Variabel dikatakan valid jika nilai $r_{hitung} >$ dari nilai r tabel yang di sesuaikan dengan derajat kebebasannya (). Untuk menilai korelasi tersebut signifikan atau tidak, maka nilai r_{hitung} (r_i) dibandingkan dengan nilai r *product moment* (r tabel). Untuk responden sebanyak 30 orang dengan taraf kesalahan 5% ialah 0,381. Jadi, dikatakan validnya suatu pertanyaan atau kuesioner adalah harus melebihi atau sama dengan dari taraf signifikasi yaitu 0,381, jika kurang maka kuesioner tersebut tidak valid (Arikunto, 2010).

Uji valid yang pertama dilaksanakan dengan hasil ada tiga pertanyaan yang tidak valid untuk tiga pertanyaan sebelumnya yang tidak valid maka dilakukan paraprash pada tiga pertanyaan yang tidak valid tersebut, dan dilakukan uji valid Kembali untuk yang ke dua kali dengan hasil pada 25 item pertanyaan valid semua yaitu dengan nilai terendah 0,412, dan untuk nilai tertinggi 0,438 dengan taraf signifikasi yaitu 0,381 karena hasil uji valid kedua yang dilakukan hasilnya melebihi dari taraf signifikasi 0,381 maka untuk uji valid yang kedua ini dinyatakan valid.

Berdasarkan hasil uji instrument penelitian melalui uji validitas untuk variable tingkat stres mahasiswa dengan 25 item pertanyaan terhadap 30 responden dinyatakan valid ($r_{hitung} <$ rtabel).

Uji reliabilitas merupakan indeks yang menunjukkan sejauh mana suatu alat pengukur dapat dipercaya atau dapat diandalkan (Notoatmodjo, 2010).

Pertanyaan yang sudah valid dilakukan uji reliabilitas dengan cara membandingkan r table dengan r hasil. Jika nilai r hasil adalah alpha yang terletak diawal output dengan tingkat kemaknaan 5% (0,05), maka setiap pertanyaan kuesioner dinyatakan valid jika r alpha lebih besar dari konstanta (0,6), maka pertanyaan tersebut reliabel. Teknik uji reabilitas yang digunakan dengan koefisien reliabilitas *Alpha Chronbach*. Yaitu :

Dengan rumus :

$$r_i = \frac{[k]}{[k-1]} \left(1 - \frac{\sum s_i^2}{s_t^2} \right)$$

Keterangan :

r_i = Reliabilitas instrumen

k = Banyaknya butiran soal atau pertanyaan

$\sum s_i$ = Jumlah varians butir

s_t = Varians total

Menurut Arikonto (2010), kuesioner atau angket reliabel jika memiliki nilai *Chronbach Alpha* minimal 0,6.

Untuk mengetahui reliabilitas, caranya adalah dengan membandingkan nilai *crombach's alpha* $\geq 0,6$. Dan sebaliknya pernyataan dikatakan tidak reliabel apabila nilai *crombach's alpha* $< 0,6$ (Budiman, 2013). Dari hasil uji statistik ternyata nilai r *alpha* 0,999 lebih besar dibandingkan dengan nilai 0,6 maka 25 pertanyaan tersebut reliabel dan kuesinoer boleh digunakan.

Hasil

Hasil penelitian dapat ditunjukkan sebagai berikut

Tabel 4. 1 Distribusi Responden Menurut Usia

N o	Usia	Frekuen si (orang)	Presentas e (%)
1.	17-25 tahun	29	96.7%
2.	(remaja akhir) 26-35 tahun (dewasa awal)	1	3.3%

Jumlah	30	100%
--------	----	------

Berdasarkan Tabel 4.1 data usia responden mahasiswa semester IV Prodi Sarjana Keperawatan STIKES Suaka Insan Banjarmasin tahun 2022 menunjukkan paling banyak usia 17-35 tahun dengan jumlah responden sebanyak 30 orang. Reponden terbanyak berada pada usia 17-25 tahun yaitu sebanyak 29 orang (96.7%) yang dikategorikan sebagai remaja akhir dan responden terendah berada pada usia 26-35 tahun yaitu sebanyak 1 responden (3.3%) yang dikategorikan sebagai dewasa awal. Penelitian ini jika dilihat dari usia responden memiliki usia dalam kategori yang paling banyak yaitu remaja akhir.

Fatmawaty (2017) menjelaskan perkembangan masa remaja dimana masa remaja adalah sebagai periode peralihan, sebagai masa remaja yang memasuki periode peralihan terkadang merasa memiliki status yang tidak jelas dan juga memiliki keraguan pada perannya. Status yang tidak jelas akan perannya inilah yang memberikan waktu untuk mencari jati dirinya seperti mencoba gaya hidup berbeda, pola perilaku, pikir, nilai dan sifat yang sesuai di fase remaja tersebut. Dengan semakin mendekatnya sebagai masa dewasa.

Masa dewasa awal merupakan masa transisi dari masa remaja, sehingga ciri-ciri perkembangan masa dewasa awal tidak terlalu berbeda dengan masa remaja. Masa dewasa awal merupakan masa transisi dari masa remaja akhir ke masa dewasa, masa dewasa awal menjadi masa penemuan dan pematangan jati diri. Masa dewasa awal juga adalah masa yang penuh dengan masalah emosional dan stres, masa komitmen, perubahan nilai, kreativitas dan beradaptasi dengan gaya hidup baru. Sebagai individu yang dewasa, peran dan tanggung jawabnya tentu akan berkembang. Darimana mereka mulai melepaskan diri dari ketergantungan pada orang lain, terutama orang tua secara ekonomi, sosial dan psikologis. Mereka akan berusaha lebih untuk menjadi lebih mandiri, semuanya berjalan lancar sehingga mereka tidak lagi bergantung pada orang lain (A. F. Putri, 2018).

Sebagian besar mahasiswa saat ini adalah Generasi Z, Generasi z merupakan generasi yang terlahir di abad 21 dengan kemajuan teknologi, internet dan *gadget*, karakteristik generasi ini adalah generasi yang berpikir global yang suka

mengekspresikan diri sendiri dan berkomunikasi secara digital melalui teknologi dan gadget.

Menurut observasi peneliti mahasiswa program profesi Ners STIKES Suaka Insan sudah menggunakan pemikiran rasional, pola pikir yang deduktif dan memikirkan perannya di masa yang akan datang. Akan tetapi dengan mahasiswa profesi Ners STIKES Suaka Insan sebagian besar adalah generasi Z yang tidak bisa lepas dari teknologi dapat menimbulkan terjadinya prokrastinasi pada akademik. Teknologi seperti *gadget* dan internet merupakan salah satu distraksi atau sebuah pelarian mahasiswa dari kewajiban mereka seperti mengerjakan tugas dan konsultasi bimbingan hal ini di dukung dengan studi yang dilakukan Suhadianto & Pratitis (2020) salah satunya adalah lebih melakukan hal yang disenangi seperti membuka sosial media atau pun menyalurkan hobi dan meninggalkan tugas akademik.

Tabel 4. 2 Distribusi Frekuensi Berdasarkan Jenis Kelamin

No	Jenis Kelamin	Frekuensi	Presentase %
1	Laki-laki	12	30
2	Perempuan	18	60
Jumlah		30	100%

Berdasarkan tabel 4.2 menunjukkan data bahwa mayoritas gender semester IV di prodi sarjana keperawatan adalah perempuan 60% dengan jumlah 18 orang responden, sedangkan laki-laki 30% dengan jumlah 12 responden. Berdasarkan jenis kelamin pada penelitian ini responden paling banyak yaitu jenis kelamin perempuan.

Hasil Univariat

Tabel 4. 3 Distribusi Frekuensi tingkat stress mahasiswa keperawatan dalam menjalani *blended learning* saat pandemi di STIKES Suaka Insan Banjarmasin Tahun 2022.

No	Kategori	Frekuensi	Presentase %
1.	Ringan	5 orang	16,7%
2.	Sedang	14 orang	46,6%
3.	Berat	11 orang	36,7%
Jumlah		30 orang	100%

Pada tabel 4.3 diatas dapat dilihat bahwa mahasiswa keperawatan mengalami stress dalam

menjalani proses pembelajaran *blended learning* saat pandemi.

Tingkat stress yang di alami mahasiswa keperawatan sebanyak 5 orang (16,7 %) mengalami stress ringan, sebanyak 14 orang (46,6 %) mengalami stress sedang, sebanyak 11 orang (36,7 %) mengalami stress berat.

Berdasarkan hasil analisis peneliti terhadap tingkat stress mahasiswa Semester IV mahasiswa banyak mengalami mayoritas stress sedang dengan jumlah 14 orang responden (46,6) dalam proses belajar *blended learning* hal ini dibuktikan dengan jawaban responden yang beragam dari menyukai proses belajar *blended learning* sampai kesulitan mengikuti proses belajar *blended learning* dan hal ini terlihat dari hasil jawaban pada pertanyaan *favorable* dan *unfavorable*.

Hal ini sejalan dengan Penelitian yang dilakukan oleh (Harahap dkk, 2020) pada jurnal "Analisis Tingkat Stres Akademik Pada Mahasiswa Selama Pembelajaran Jarak Jauh Dimasa Covid-19" menunjukkan berdasarkan analisis data, diperoleh hasil bahwa secara rata-rata mahasiswa mengalami stres dalam kategori sedang. Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif deskriptif. Sampel berjumlah 300 mahasiswa. Data dianalisis menggunakan rumus deskriptif. Pengumpulan data dilakukan menggunakan Skala berjenis Likert yang telah diuji validitas dan reliabilitasnya.

Hal ini didukung penelitian (Jatira & Neviyarni, 2021) stress adalah kondisi kejiwaan ketika jiwa itu mendapat beban. Stres itu sendiri bermacam-macam, stress berat, stres juga ringan, dan stress berat berkemungkinan mengakibatkan berbagai gangguan. Stres ringan dapat merangsang dan memberikan gairah nyata dalam kehidupan yang setiap harinya menjenuhkan. Stres yang berlebihan, apabila tidak ditanggulangi sejak dini, akan membahayakan Kesehatan.

Berdasarkan hasil Analisa data stress mahasiswa semester IV adalah terjadi akibat dari proses adaptasi stres mahasiswa yang berfokus pada proses menilai suatu peristiwa sebagai hal yang menantang atau membahayakan, baik dari segi psikologis maupun fisik hal ini dibuktikan dari hasil jawaban mahasiswa semester IV untuk kuesioner *favorable* dan *unfavorable* sebagai berikut :

Stress fisik yang dialami oleh 5 orang mahasiswa yaitu sebesar (16,7 %) dengan nilai yang

tinggi ada pada pertanyaan no 3 yaitu keadaan dimana mahasiswa membutuhkan waktu yang lama untuk beradaptasi dengan system pembelajaran *blended learning* dan untuk stress fisik dengan nilai terendah berada pada pertanyaan no 25 yaitu keadaan dimana mahasiswa kurang menikmati dalam proses metode pembelajaran *blended learning*, karena pertanyaan no 25 adalah pertanyaan unfavorable maka pernyataan mahasiswa adalah menikmati dan mengikuti saja proses pembelajaran *blended learning*.

Hal ini didukung konsep (Dewe O'Driscoll & Cooper, 2012) yang menjelaskan stres diartikan sebagai respons tubuh terhadap sesuatu hal, stres adalah sebagai gangguan homeostasis yang menyebabkan perubahan pada keseimbangan fisiologis yang dihasilkan dari adanya rangsangan terhadap fisik.

Stress sosial yang dialami oleh 14 orang mahasiswa yaitu sebesar (46,6 %) dengan nilai tertinggi berada pada pertanyaan no 7 yaitu keadaan dimana mahasiswa mengalami gejala otonomik (sakit kepala, sakit perut, tengkuk terasa tegang dan jantung berdebar) apabila mengerjakan tugas perkuliahan yang banyak saat menjalani pembelajaran *blended learning* dan stress sosial dengan nilai terendah berada pada pertanyaan no 22 yaitu keadaan dimana mahasiswa merasa terbebani karena harus bangun lebih pagi agar tidak terlambat mengikuti pembelajaran offline di kampus, karena pertanyaan no 22 adalah pertanyaan unfavorable maka pernyataan mahasiswa adalah tidak merasa terbebani dengan harus bangun lebih pagi untuk tidak terlambat mengikuti pembelajaran offline di kampus.

Stress psikologis yang dialami oleh 11 orang mahasiswa yaitu sebesar (36,7 %) dengan nilai tertinggi berada pada pertanyaan no 10 yaitu keadaan dimana mahasiswa mudah marah karena kurang tidur di malam hari akibat mengerjakan tugas-tugas perkuliahan saat menjalani pembelajaran *blended learning*, dan stress psikologis dengan nilai terendah berada pada pertanyaan no 18 dimana mahasiswa merasa kurang nyaman dengan adanya metode pembelajaran *blended learning*, karena pertanyaan no 18 adalah pertanyaan unfavorable maka pernyataan mahasiswa adalah merasa nyaman dengan metode pembelajaran *blended learning*.

Penelitian ini melihat Gambaran Tingkat Stres Mahasiswa Keperawatan Dalam Menjalani

Pembelajaran *Blended Learning* Saat Pandemi Di Stikes Suaka Insan Banjarmasin Tahun 2022. Dan hasilnya mahasiswa Semester IV dengan hasil sebanyak 5 orang (16,7 %) mengalami stress ringan, sebanyak 14 orang (46,6 %) mengalami stress sedang, sebanyak 11 orang (36,7 %) mengalami stress berat dalam proses pembelajaran *blended learning*.

Berdasarkan hasil penelitian ini peneliti berpendapat pengaruh metode pembelajaran *blended learning* yang menggabungkan pembelajaran tatap muka (*face-to-face*) dengan *e-learning* tersebut menyebabkan mahasiswa mengalami tingkatan stress yang beragam seperti ringan, sedang, berat dan mayoritas mahasiswa keperawatan mengalami tingkat stress sedang yaitu sebanyak 14 orang mahasiswa dengan nilai persentase (46,6 %) hal ini terjadi akibat dari ketidakmampuan beberapa mahasiswa dalam menyesuaikan dan mengatur jadwal untuk mengikuti proses pembelajaran *blended learning*.

Kesimpulan

hasil penelitian ini melihat Gambaran Tingkat Stres Mahasiswa Keperawatan Dalam Menjalani Pembelajaran *Blended Learning* Saat Pandemi Di Stikes Suaka Insan Banjarmasin Tahun 2022. dengan hasil mayoritas sebanyak 14 orang (46,6 %) mengalami stress sedang, dalam proses pembelajaran *blended learning*.

Saran

a. Bagi institusi Pendidikan

Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan gambaran tingkat stress mahasiswa terkait penggunaan metode belajar *blended learning*. Dengan mayoritas mahasiswa yang mengalami stress sedang atau stress sosial dengan presentase nilai sebanyak 14 orang mahasiswa yaitu sebesar (46,6 %) dalam Penelitian ini, institusi pendidikan dapat mengevaluasi keefektifan metode pembelajaran *blended learning* dalam pendidikan keperawatan, serta merancang metode pembelajaran yang paling tepat untuk digunakan pada pendidikan keperawatan. Sehingga, capaian pembelajaran dapat dicapai dengan maksimal.

b. Bagi mahasiswa keperawatan

Hasil penelitian ini dapat menjadi bahan evaluasi diri bagi mahasiswa keperawatan dalam mempersiapkan proses belajar setiap semester. Hasil temuan terkait tingkat stress akibat penerapan metode belajar *blended learning*, diharapkan mampu membantu mahasiswa

lebih memahami stresor dalam proses pendidikan di keperawatan. Sehingga, mahasiswa keperawatan dapat melakukan strategi koping dalam menghadapi jenis-jenis metode belajar dalam pendidikan di perguruan tinggi untuk mengurangi atau mengelola tingkat stress yang di alami mahasiswa keperawatan.

c. Bagi peneliti selanjutnya

Hasil Penelitian ini diharapkan mampu membantu peneliti selanjutnya mengembangkan konsep penelitian dengan topik serupa, terutama yang mengangkat metode belajar *blended learning* dan tingkat stres mahasiswa. Peneliti selanjutnya dapat mengeksplorasi secara mendalam menggunakan metode kualitatif terkait bagaimana mahasiswa memaknai perubahan metode belajar, ataupun menghubungkan tingkat stres mahasiswa keperawatan terhadap metode belajar dengan kesejahteraan mental emosional mahasiswa.

Daftar Pustaka

- 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. <https://doi.org/10.26699/jnk.v6i2.art.p241-250>
- Andiarna, F. (2020). *Pengaruh Pembelajaran Daring terhadap Stres Akademik Mahasiswa Selama Pandemi Covid-19. Jurnal Psikologi*, 16(2), 139. <https://doi.org/10.24014/jp.v16i2.10395>
- Bimo, W. (2004). *Pengantar Psikologis Umum*. [https://difarepositories.uin-suka.ac.id/19/1/Pengantar Psikologi Umum.pdf](https://difarepositories.uin-suka.ac.id/19/1/Pengantar_Psikologi_Umum.pdf) BINUS. (2014). *Uji Validitas dan Reliabilitas*. <https://qmc.binus.ac.id/2014/11/01/ujivaliditasdanujireliabilitas/>
- Damayanthi, A. (2020). *Efektivitas Pembelajaran Daring di Masa Pandemi Covid 19 pada Perguruan Tinggi Keagamaan Katolik. JURNAL SOSIAL : Jurnal Penelitian, Ilmu. Ilmu. Sosial*, 21(3), 5356. <http://sosial.unmermadiun.ac.id/index.php/sosial/article/view/61>
- Dan, P., Serta, P., & Pemerintah, K. (2020). *Dampak Pandemi Novel-Corona Virus Disiase (Covid-19) Terhadap*. 6(1), 39–49.
- Dhicky Zakaria. (2020). *tingkat stres mahasiswa ketika menempuh skripsi*.
- Dwivedi, D., Kaur, N., Shukla, S., Gandhi, A., & Tripathi, S. (2020). *Perception of stress among medical undergraduate during coronavirus disease-19 pandemic on exposure to online teaching. National Journal of Physiology, Pharmacy and Pharmacology*, 10(8), 1. <https://doi.org/10.5455/njppp.2020.10.05107202009052020>
- Febrian, P. A. (2019). *Blended Learning Syarah: Bagaimana Penerapan dan Persepsi Mahasiswa. Jurnal Gantang*, 4(2), 111–119. <https://doi.org/10.31629/jg.v4i2.1560>
- Febriany, Y. (2017). *blended learning in physics for eleventh grade of tkj classes smkn 1 bakauheni*. 1.
- Gamayanti, W., Mahardianisa, M., & Syafei, I. (2018). *Self Disclosure dan Tingkat Stres pada Mahasiswa yang sedang Mengerjakan Skripsi. Psychiatric : Jurnal Ilmiah Psikologi*, 5(1), 115–130. <https://doi.org/10.15575/psy.v5i1.2282>
- George Saadé, R., Kira, D., Mak, T., & Nebebe, F. (2017). *Anxiety & Performance in Online Learning. Proceedings of the 2017 InSITE Conference, January*, 147–157. <https://doi.org/10.28945/3736>
- Hafifah, N., Widiani, E., & Rahayu, W. H. (2017). *Perbedaan Stres Akademik Pada Mahasiswa Program Studi Ilmu Keperawatan Berdasarkan Jenis Kelamin Di Fakultas Kesehatan Universitas Tribhuwana Tungadewi Malang. Nursing News*, 2, 220–229.
- Hasanah, U., Ludiana, Immawati, & PH, L. (2020). *Gambaran Psikologis Mahasiswa Dalam Proses Pembelajaran Selama Pandemi Covid-19. Jurnal Keperawatan Jiwa*, 8(3), 299–306. <https://jurnal.unimus.ac.id/index.php/JKJ/article/view/5941>
- Heri, D. (2020). *Menyiapkan Pembelajaran dalam Memasuki “ New Normal ” dengan Blended Learning*. 2019, 1–9. Hidayati

- & Harsono. (2021). *Tinjauan Literatur Mengenai Stres Dalam Organisasi. Ilmu Manajemen*, 18, 20–30.
- Hulukati, W., & Djibran, M. R. (2018). Hartaji (2012), Yusuf (2012). *Jurnal Bikotetik*, 2(1), 73–80.
- Idrus, M. F. (2016). *Gangguan Terkait dengan Stres. Kedokteran Universitas Hasanudin*, 1–14.
- Ifdil, F. (2020). *Kecemasan remaja pada masa pandemi Covid -19*. 6(1), 1–4.
- Intikhani et al. (2020). *Peran pendampingan belajar blended learning di masa 84 pandemi covid – 19 untuk siswa sekolah dasar*. https://kkn.unnes.ac.id/lapknunes/32004_3308122004_6_Desa_Bumi_ayu_20200917_185238.pdf
- Irsyadul. (2017). *Perbandingan Tingkat Stres Pada Berbagai Ujian Mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Muhammadiyah Malang Angkatan 2014*. http://eprints.umm.ac.id/41126/3/jiptu_mmpg-gdl-mirsyadulf-47059-3-bab2.pdf
- Kemenkes. (2020, March 30). *Apakah yang dimaksud Stres itu? - Direktorat P2PTM*. <http://www.p2ptm.kemkes.go.id/infografic-p2ptm/stress/apakah-yang-dimaksud-stres-itu>
- Belajar Daring Bikin Stres? Ini Tiga Cara Mengatasinya* Halaman all - Kompas.com. <https://edukasi.kompas.com/read/2021/01/15/092430971/belajar-daring-bikin-stres-ini-tiga-cara-mengatasinya?page=all>
- Liviana, P. (2020). “ *tugas pembelajaran* ” penyebab stres mahasiswa selama pandemi covid-19. 3(2), 203–208.
- Mahmudah, S. R. (2020). *Pengaruh Pembelajaran Daring terhadap Psikologis Siswa Terdampak Social Distancing Akibat Covid 19*. 2(2), 1–14.
- Maryams, S. (2020, March 4). *Apa yang dimaksud dengan teori Stimulus-Respon dalam ilmu sosial? - Sosial / Tanya Ilmu Sosial - Dictio Community*. <https://www.dictio.id/t/apa-yang-dimaksud-dengan-teori-stimulus-respon-dalam-ilmu-sosial/9032>
- Muhammad Iqbal. (2018). *skripsi hubungan tingkat stres dengan kualitas tidur pada mahasiswa yang sedang menyusun skripsi di program studi matematika di stkip pgri kabupaten pacitan oleh : muhammad iqbal nim: 201402033 program studi keperawatan stikes bhakti husada mulia madiun 2018*.
- Muhid, A., & Ferdianto, F. (2020). *Stres akademik pada siswa: Menguji peranan iklim kelas dan school well-being. Persona: Jurnal Psikologi Indonesia*, 9(1), 140–156. <https://doi.org/10.30996/persona.v9i1.3523>
- Musradinur. (2016). *Stres Dan Cara Mengatasinya Dalam Perspektif Psikologi. jurnal edukasi: Jurnal Bimbingan Konseling*, 2(2), 183. <https://doi.org/10.22373/je.v2i2.815>
- Naibaho, M. (2016). *Respon Masyarakat Terhadap Pesan Komunikasi Survei Sosial Ekonomi Nasional Pada BPS Kota Pematangsiantar. Jurnal Simbolika*, 2(1).
- Ningrum. (2017). *Pengaruh Penggunaan Metode Berbasis Pemecahan Masalah (Problem Solving) Terhadap Hasil Belajar Ekonomi Siswa Kelas X Semester Genap Man 1 Metro Tahun Pelajaran 2016/2017*.
- JURNAL PROMOSI Jurnal Pendidikan Ekonomi UM Metro*, 5(1), 145–151. Nortvig, A. M., Petersen, A. K., & Balle, S. H. (2018). *A literature review of the factors influencing e-learning and blended learning in relation to learning outcome, student satisfaction and engagement. Electronic Journal of E-Learning*, 16(1), 45–55.
- Notoatmodjo, S. (2010). *Metodologi Penelitian Kesehatan*. Jakarta: Rineka Cipta.

Notoatmodjo, S. (2010). Metodologi Penelitian Kesehatan. Jakarta: Rineka Cipta.

Sevima. (2020, July 30). 6 Metode Pembelajaran Paling Efektif di Masa Pandemi Menurut Para Pakar. <https://sevima.com/6-metode-pembelajaran-paling-efektif-di-masa-pandemi-menurut-para-pakar-Sonya>. (2019).

Dutch Eating Behavior Questionnaire. 28–33.
Sulhan, M. Hamdun., M. (2010). Respon masyarakat tentang pencitraan radio