

**DAMPAK PEMBELAJARAN JARAK JAUH (PJJ) TERHADAP  
KESEHATAN MENTAL MAHASISWA FAKULTAS KEDOKTERAN  
UNIVERSITAS HASANUDDIN ANGKATAN 2018 DAN 2020**



**Disusun oleh:**

**Inaz Azzahra**

**C011181527**

**Pembimbing :**

**Prof. Dr. dr. Muh. Ramli Ahmad, Sp. An-KAP-KMN-KAO**

**PROGRAM STUDI PENDIDIKAN DOKTER UMUM  
FAKULTAS KEDOKTERAN UNIVERSITAS HASANUDDIN MAKASSAR**

**2021**

**THE IMPACT OF PJJ (DISTANCE LEARNING) FOR MENTAL  
HEALTH OF MEDICAL STUDENT IN HASANUDDIN UNIVERSITY  
BATCH IN 2018 AND 2020**



BY:

Inaz Azzahra C011181527

**SUPERVISOR :**

**Prof. Dr. dr. Muh. Ramli Ahmad, Sp. An-KAP-KMN-KAO**

**PROGRAM STUDI PENDIDIKAN DOKTER UMUM**

**FAKULTAS KEDOKTERAN UNIVERSITAS HASANUDDIN MAKASSAR**

**2021**

## HALAMAN PENGESAHAN

### HALAMAN PENGESAHAN

Telah disetujui untuk dibacakan pada seminar akhir di Bagian Ilmu Bedah Onkologi Fakultas Kedokteran Universitas Hasanuddin dengan Judul :

**"DAMPAK PEMBELAJARAN JARAK JAUH (PJJ) TERHADAP KESEHATAN  
MENTAL MAHASISWA FAKULTAS KEDOKTERAN UNIVERSITAS HASANUDDIN  
ANGKATAN 2018 DAN 2020"**

**Hari/Tanggal : Rabu, 1 Desember 2021**

**Waktu : 09.00 WITA**

**Tempat : ZOOM Meeting**

**Makassar, 1 Desember 2021**

Mengetahui,



**Prof. Dr. dr. Muh. Ramli Ahmad, Sp. An-KAP-KMN-KAO**

**NIP. 19590323 198702 1 001**

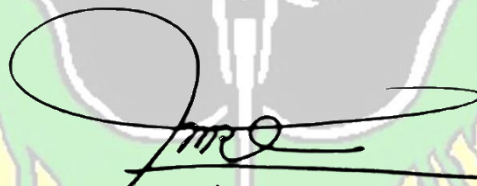
TELAH DISETUJUI UNTUK DICETAK DAN DIPERBANYAK

Skripsi dengan Judul :

**“DAMPAK PEMBELAJARAN JARAK JAUH (PJJ)  
TERHADAP KESEHATAN MENTAL MAHASISWA  
FAKULTAS KEDOKTERAN UNIVERSITAS  
HASANUDDIN ANGKATAN 2018 DAN 2020”**

Makassar, 1 Desember 2021

Pembimbing,



Prof. Dr. dr. Muh. Ramli Ahmad, Sp. An-

KAP-KMN-KAO NIP.19590323

198702 1 001

**HALAMAN PENGESAHAN**

Skripsi ini diajukan oleh

Nama : Inaz Azzahra

NIM : C011181527

Fakultas/Program Studi : Kedokteran / Pendidikan Kedokteran

Judul Skripsi : Dampak Pembelajaran Jarak Jauh (Pjj) Terhadap Kesehatan Mental Mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Hasanuddin Angkatan 2018 Dan 2020

Telah berhasil dipertahankan dihadapan dewan penguji dan diterima sebagai bahan persyaratan yang diperlukan untuk memperoleh gelar sarjana kedokteran pada Fakultas Kedokteran Universitas Hasanuddin

**DEWAN PENGUJI**

Pembimbing : Prof. Dr. dr. Muh. Ramli Ahmad, Sp. An-KAP-KMN-KAO



Penguji 1 : dr. Rusmin B Syukur, Sp. An



Penguji 2 : dr. Madonna Damyanthie Datu, Sp. An



Ditetapkan di : Makassar

Tanggal : 1 Desember 2021



## HALAMAN PENGESAHAN

## SKRIPSI

"Dampak Pembelajaran Jarak Jauh (Pjj) Terhadap Kesehatan Mental Mahasiswa  
Fakultas Kedokteran Universitas Hasanuddin Angkatan 2018 Dan 2020"

Disusun dan Diajukan Oleh :

Inaz Azzahra

C011181527

Menyetujui

Panitia Penguji

| No. | Nmaa Penguji                                           | Jabatan    | Tanda Tangan                                                                         |
|-----|--------------------------------------------------------|------------|--------------------------------------------------------------------------------------|
| 1   | Prof. Dr. dr. Muh. Ramli Ahmad, Sp. An-<br>KAP-KMN-KAO | Pembimbing |  |
| 2   | dr. Rusmin B Syukur, Sp. An                            | Penguji 1  |  |
| 3   | dr. Madonna Damyanthie Datu, Sp. An                    | Penguji 2  |  |

Mengetahui,

Wakil Dekan  
Bidang Akademik, Riset & Inovasi  
Fakultas Kedokteran  
Universitas Hasanuddin



Dr. dr. Ghan Idris M.Kes

NIP. 19671103 199802 1 0001

Ketua Program Studi  
Sarjana Kedokteran  
Fakultas Kedokteran  
Universitas Hasanuddin



Dr. dr. Siti Rafiah, M.Si

NIP. 19680530 199703 2 0001

## LEMBAR ORISINALITAS KARYA

### HALAMAN PERNYATAAN ANTI PLAGIARISME

Yang bertanda tangan di bawah ini :

Nama : Inaz Azzahra

NIM : C011181527

Program Studi : Pendidikan Dokter Umum

Dengan ini menyatakan bahwa seluruh skripsi ini adalah hasil karya saya. Apabila ada kutipan atau pemakaian hasil karya orang lain berupa tulisan, data, gambar, atau ilustrasi baik yang telah dipublikasi atau belum dipublikasi, telah direferensi sesuai dengan ketentuan akademis.

Saya menyadari plagiarisme adalah kejahatan akademik, dan melakukannya akan menyebabkan sanksi yang berat berupa pembatalan skripsi dan sanksi akademik yang lain

Makassar, 1 Desember 2021

Yang menyatakan



Inaz Azzahra

C011181527

## **KATA PENGANTAR**

Puji dan syukur kehadiran Tuhan Yang Maha Esa karena atas berkat, kasih, serta karunia-Nya, penulis dapat menyelesaikan skripsi dengan judul “Dampak Pembelajaran Jarak Jauh (PJJ) Terhadap Kesehatan Mental Mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Hasanuddin Angkatan 2018 dan 2020”. Skripsi ini disusun guna memenuhi sebagai salah satu syarat memperoleh gelar Sarjana Kedokteran (S.Ked) di Fakultas Kedokteran Universitas Hasanuddin.

Keberhasilan penyusunan skripsi ini berkat bimbingan, dan dukungan dari berbagai pihak sehingga dapat terselesaikan dengan baik. Penulis menyadari bahwa skripsi ini tidak dapat terselesaikan dengan baik tanpa adanya doa, bantuan, dorongan, dan motivasi dari berbagai pihak. Oleh karena itu, pada kesempatan ini penulis ingin menyampaikan ucapan terimakasih kepada:

1. Dekan Fakultas Kedokteran Universitas Hasanuddin Makassar Prof. dr. Budu, Ph.D., Sp. M., M.MedEd yang telah memberikan sarana dan prasarana sehingga penulis dapat menyelesaikan pendidikan ini dengan baik.
2. Penulis ingin menyampaikan rasa hormat dan terima kasih yang sebesar-besarnya kepada Prof. Dr. dr. Muh. Ramli Ahmad, Sp. An-KAP-KMN-KAO selaku pembimbing skripsi yang telah meluangkan waktunya dan telah memberikan banyak masukan selama pengerjaan skripsi penulis.
3. Penulis juga ingin menyampaikan rasa hormat dan terima kasih yang sebesar- sebesarnya kepada dr. Rusmin B Sykur, Sp. An. dan dr. Madonna



Damayanthie, Sp. An. selaku penguji atas saran dan masukan yang telah diberikan sehingga skripsi ini dapat lebih baik.

4. Seluruh dosen dan staff di Fakultas Kedokteran Universitas Hasanuddin Makassar.
5. Seluruh staff di Departemen Anestesiologi Fakultas Kedokteran Universitas Hasanuddin Makassar.
6. Dan terkhusus kepada kedua orang tua penulis H. Hermanto dan Hj. Rosdiana yang selalu memotivasi, mendukung dan mendoakan penulis yang tidak ada hentinya.
7. Saudara kandung penulis Juarda Reski Wijaya, Dwidya Pratiwi, Iin Parlina dan Ian Bambang Hermanto yang selalu mendoakan dan memberi semangat kepada penulis.
8. Kepada pacar terbaik saya Andi Muh. Yogama Bhakti yang selalu mendukung, menemani dan membantu penulis sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi.
9. Teman-teman sejawat Angkatan 2018 Fibrosa yang selalu mendukung dan memberikan semangat kepada penulis
10. Sahabat SMA penulis Fany Resinta, Ainun Putri Dwiriya, Citramaya, Kalsum Al Amudi dan Andi Eka Batari yang selalu memberikan dukungan dan motivasi agar penulis dapat menyelesaikan skripsi tepat waktu.
11. Sahabat seperjuangan kuliah penulis sejak menginjakkan kaki pertama kali di Fakultas Kedokteran, Chaerunnisa Amrin, Cheryl Maharisky, Nur Afifah Sardi, Sitti Jihan Cantika, Irda Yasir, Fajar Rifaldi, Geofray Bobby, yang selalu memberikan dukungan dan semangat kepada penulis.

12. Semua pihak yang terlibat baik secara langsung maupun tidak langsung yang telah memberikan semangat dan dukungan.

Karena itu penulis senantiasa menerima kritik dan saran demi kesempurnaan dari skripsi ini. Namun, besar harapan penulis agar penelitian ini dapat bermanfaat kepada pembaca, masyarakat dan peneliti lain. Akhir kata, saya berharap Tuhan Yang Maha Esa membalas segala kebaikan semua pihak yang telah membantu.

**Inaz Azzahra**

**Prof. Dr. dr. Muh. Ramli Ahmad, Sp.An-KAP-KMN-KAO**

**Dampak Pembelajaran Jarak Jauh terhadap Kesehatan Mental Mahasiswa**

**Fakultas Kedokteran Universitas Hasanuddin angkatan 2018 dan 2020**

### **ABSTRAK**

**Latar Belakang:** Pada tahun 2019, dunia dikejutkan dengan penemuan virus berukuran 125 nm (0,125 mikrometer), virus tersebut ditemukan pertama kali di kota Wuhan, China. Virus ini kemudian diberi nama Sars Cov-2 yang kemudian menyebabkan pandemic secara global dan dikenal saat ini sebagai COVID-19 (*Corona virus disease 2019*). Virus ini menyebabkan penyakit pernafasan akut dengan masa inkubasi aktif selama kurang lebih 14 hari dengan tingkat penyebaran yang cepat. Pada tanggal 30 januari 2020 organisasi Kesehatan dunia yaitu World Health Organization (WHO) mendeklarasikan bahwa Sars Cov-2 atau COVID-19 menjadi penyakit darurat Kesehatan masyarakat (Safitri *et al.*, no date). Menurut Charismiadi, 2020 Surat Edaran Mendikbud Nomor 36962/MPK.A/HK/2020 menganjurkan metode pembelajaran jarak jauh baik di sekolah maupun di perguruan tinggi sebagai upaya pencegahan terhadap virus COVID-19 (Hasanah *et al.*, 2020a). Perubahan metode pembelajaran dari luring menjadi daring selain mengakibatkan kecemasan juga mengakibatkan stres dan depresi.

**Tujuan Penelitian:** Penelitian ini bertujuan untuk mengukur sejauh mana dampak Pembelajaran Jarak Jauh (PJJ) terhadap Kesehatan Mental Mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Hasanuddin.

**Metode Penelitian:** Jenis penelitian yang dilakukan merupakan penelitian metode *cross sectional*. Pada penelitian ini, peneliti akan mencoba untuk melakukan analisa variable independent terhadap variable dependen. Metode pengambilan sampel menggunakan metode *quota sampling* serta memenuhi kriteria eksklusi dan inklusi.

**Hasil yang diharapkan:** Dapat menjadi informasi bagi mahasiswa dalam melakukan tindakan preventif guna mencegah gangguan mental.

**Kata Kunci:** *Depresi, Kecemasan, Stres, Mahasiswa.*

**Inaz Azzahra**

**Prof. Dr. dr. Muh. Ramli Ahmad, Sp.An-KAP-KMN-KAO**

**The Impact of Distance Learning on the Mental Health of Hasanuddin**

**University Medical Faculty Students in 2018 dan 2020**

### **ABSTRACT**

**Background:** In 2019, the world was shocked by the discovery of a virus measuring 125 nm (0.125 micrometers), the virus was first discovered in the city of Wuhan, China. This virus was later named Sars Cov-2 which later caused a global pandemic and is known today as COVID-19 (Corona virus disease 2019). This virus causes acute respiratory disease with an active incubation period of approximately 14 days with a rapid spread. On January 30, 2020, the World Health Organization, namely the World Health Organization (WHO), declared that Sars Cov-2 or COVID-19 was a public health emergency (Safitri et al., No date). According to Charismiadi, 2020 Minister of Education and Culture Circular Letter Number 36962 / MPK.A / HK / 2020 recommends distance learning methods both in schools and universities as an effort to prevent the COVID-19 virus (Hasanah et al., 2020a). Changing the learning method from offline to online in addition to causing anxiety also results in stress and *depression*.

**Objectives:** This study aims to measure the extent of the impact of Distance Learning (PJJ) on the Mental Health of Hasanuddin University Medical Faculty Students.

**Methods:** This type of research is a cross sectional study. In this study, researchers will try to analyze the independent variable on the dependent variable. The sampling method used the quota sampling method and met the exclusion and inclusion criteria.

**Expected results:** Can be information for students in taking preventive action to prevent mental disorders.

**Keywords:** *Depression, Anxiety, Stress, College students.*



## DAFTAR TABEL

|                                                                                                                        |    |
|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----|
| Tabel 1 Analisis Univariat .....                                                                                       | 45 |
| Tabel 2 Pengaruh masalah dengan pembelajaran daring terhadap <i>depression</i> .....                                   | 47 |
| Tabel 3 Pengaruh masalah dengan pembelajaran daring terhadap <i>anxiety</i> .....                                      | 48 |
| Tabel 4 Pengaruh masalah dengan pembelajaran daring terhadap <i>stress scale</i> ....                                  | 49 |
| Tabel 5 Pengaruh masalah dengan kuota internet terhadap <i>depression</i> .....                                        | 50 |
| Tabel 6 Pengaruh masalah dengan kuota internet terhadap <i>anxiety</i> .....                                           | 51 |
| Tabel 7 Pengaruh masalah dengan kuota internet terhadap <i>stress scale</i> .....                                      | 52 |
| Tabel 8 Pengaruh masalah dalam penggunaan <i>device</i> selama pembelajaran daring terhadap <i>depression</i> .....    | 53 |
| Tabel 9 Pengaruh masalah dalam penggunaan <i>device</i> selama pembelajaran daring terhadap <i>anxiety</i> .....       | 54 |
| Tabel 10 Pengaruh masalah dalam penggunaan <i>device</i> selama pembelajaran daring terhadap <i>stress scale</i> ..... | 55 |
| Tabel 11 Pengaruh efisiensi kuliah daring terhadap <i>depression</i> .....                                             | 56 |
| Tabel 12 Pengaruh efisiensi kuliah daring terhadap <i>anxiety</i> .....                                                | 57 |
| Tabel 13 Pengaruh efisiensi kuliah daring terhadap <i>stress scale</i> .....                                           | 58 |
| Tabel 14 Distribusi Data Hasil Pertanyaan .....                                                                        | 51 |
| Tabel 15 Distribusi Data <i>Depression, Anxiety, dan Stress scale</i> berdasarkan angkatan .....                       | 52 |

## DAFTAR ISI

|                                                                 |    |
|-----------------------------------------------------------------|----|
| HALAMAN PENGESAHAN.....                                         | 3  |
| LEMBAR ORISINALITAS KARYA .....                                 | 7  |
| ABSTRAK .....                                                   | 11 |
| ABSTRACT .....                                                  | 13 |
| DAFTAR TABEL .....                                              | 15 |
| 1.1 Latar belakang.....                                         | 19 |
| 1.2 Rumusan masalah.....                                        | 21 |
| 1.3. Tujuan Penelitian .....                                    | 21 |
| 1.3.1. Tujuan Umum .....                                        | 21 |
| 1.3.2. Tujuan Khusus .....                                      | 22 |
| 1.4 Manfaat penelitian.....                                     | 22 |
| 1.4.1 Bagi Mahasiswa .....                                      | 22 |
| 1.4.2 Bagi Pendidik.....                                        | 22 |
| 2.1. Coronavirus disease-2019 .....                             | 23 |
| 2.1.1. Penanggulangan wabah Pandemi Covid-19 di Indonesia ..... | 24 |
| 2.2. Pembelajaran jarak jauh (PJJ) .....                        | 26 |
| 2.3. Pengaruh PJJ terhadap status mental Mahasiswa.....         | 27 |
| 2.3.1. Stres.....                                               | 29 |
| 2.3.2. Kecemasan .....                                          | 30 |
| 2.3.3. Depresi .....                                            | 31 |

|                                          |    |
|------------------------------------------|----|
| 3.1 Kerangka Teori .....                 | 35 |
| 3.2 Kerangka Konsep .....                | 36 |
| 3.3 Hipotesis .....                      | 37 |
| BAB IV METODE PENELITIAN .....           | 38 |
| 4.1 Desain Penelitian.....               | 38 |
| 4.2. Lokasi dan Waktu Penelitian .....   | 38 |
| 4.2.1. Lokasi Penelitian.....            | 38 |
| 4.2.2. Waktu Penelitian .....            | 38 |
| 4.3. Variabel Penelitian .....           | 38 |
| 4.3.1 Variabel Independen .....          | 38 |
| 4.3.2 Variabel Dependen.....             | 38 |
| 4.4 Populasi dan Sampel Penelitian ..... | 39 |
| 4.4.1. Populasi Penelitian.....          | 39 |
| 4.4.2. Sampel Penelitian .....           | 39 |
| 4.5 Kriteria Seleksi.....                | 40 |
| 4.5.1 Kriteria inklusi .....             | 40 |
| 4.5.2 Kriteria Eksklusi.....             | 40 |
| 4.6. Teknik Pengambilan Sampel.....      | 40 |
| 4.6.1. Cara Pengambilan Sampel .....     | 40 |
| 4.7. Instrumen Penelitian.....           | 41 |
| 4.8. Pengelolaan Data.....               | 41 |
| 4.8.1 Tahap Persiapan .....              | 41 |

|                                               |    |
|-----------------------------------------------|----|
| 4.8.2 Tahap Pelaksanaan .....                 | 41 |
| 4.8.3 Tahap Pelaporan.....                    | 42 |
| 4.9. Etika Penelitian .....                   | 42 |
| 4.10. Alur Penelitian .....                   | 43 |
| BAB V.....                                    | 43 |
| BAB V HASIL PENELITIAN .....                  | 44 |
| 5.1 Gambaran Umum Populasi/Sampel.....        | 44 |
| 5.2 Gambaran Umum Lokasi Penelitian .....     | 44 |
| 5.3 Analisis.....                             | 44 |
| BAB VII KESIMPULAN DAN SARAN .....            | 69 |
| 7.1 KESIMPULAN .....                          | 69 |
| 7.2 SARAN .....                               | 69 |
| DAFTAR PUSTAKA .....                          | 71 |
| LAMPIRAN.....                                 | 73 |
| Lampiran 1 Biodata Diri Penulis .....         | 73 |
| Lampiran 2 Tabel Penelitian .....             | 75 |
| Lampiran 3 Rekomendasi Persetujuan Etik ..... | 85 |

## BAB I

### PENDAHULUAN

#### 1.1 Latar belakang

Pada tahun 2019, dunia dikejutkan dengan penemuan virus berukuran 125 nm (0,125 mikrometer), virus tersebut ditemukan pertama kali di kota Wuhan, China. Virus ini kemudian diberi nama Sars Cov-2 yang kemudian menyebabkan pandemic secara global dan dikenal saat ini sebagai COVID-19 (*Corona virus disease* 2019). Virus ini menyebabkan penyakit pernafasan akut dengan masa inkubasi aktif selama kurang lebih 14 hari dengan tingkat penyebaran yang cepat. Pada tanggal 30 januari 2020 organisasi Kesehatan dunia yaitu World Health Organization (WHO) mendeklarasikan bahwa Sars Cov-2 atau COVID-19 menjadi penyakit darurat Kesehatan masyarakat. Dibeberapa daerah kemudian diterapkan penanggulangan berupa *physical distancing* dan juga *social distancing*, penggunaan masker dan rajin cuci tangan-pun sangat dianjurkan (Safitri *et al.*, no date).

Menurut Charismiadi, 2020 Surat Edaran Mendikbud Nomor 36962/MPK.A/HK/2020 menganjurkan metode pembelajaran jarak jauh baik di sekolah maupun di perguruan tinggi sebagai upaya pencegahan terhadap virus COVID-19 . Pengaplikasian metode pembelajaran jarak jauh dilakukan dalam berbagai cara, melalui aplikasi zoom meeting, google meet dan lain-lain sebagainya (Hasanah *et al.*, 2020a).

Banyak sekolah dalam penerapannya menggunakan metode pemberian tugas sebagai upaya yang efektif dalam melaksanakan kegiatan akademik,

pengumpulan tugas pun dikumpulkan dengan menggunakan aplikasi seperti Gmail, line dan whatsapp.

Seiring berlanjutnya durasi PJJ yang diterapkan, perkembanganpun terjadi dengan pandangan pengefektifan sistim pembelajaran daring, sehingga membuat pendidik, orang tua, siswa dan mahasiswa kebingungan dalam menjalani PJJ ditambah dengan tugas yang menumpuk bisa menjadi faktor peningkatan kecemasan. Penelitian yang dilakukan oleh livana PH dkk (2020) menunjukkan bahwa tugas menjadi faktor utama pemicu stress selama pandemic COVID-19 (Ph, Mubin and Basthomi, 2020).

Menurut Kaplan dan Saddock 2005 menyatakan kecemasan dapat mempengaruhi hasil belajar mahasiswa, karena cenderung menghasilkan kebingungan serta distorsi persepsi. Distorsi tersebut dapat mengganggu metode belajar dengan menurunkan kemampuan dalam pemusatan perhatian, menurunkan daya ingat, dan mengganggu kemampuan menghubungkan satu hal dengan yang lain (Hasanah *et al.*, 2020).

Perubahan metode pembelajaran dari luring menjadi daring selain mengakibatkan kecemasan juga mengakibatkan stress. Word Health Organization (WHO) pada tahun 2019 menyebutkan sebanyak 264 juta penduduk mengalami stress atau depresi kemudian di Indonesia sendiri terdapat sekitar 10 juta penduduk Indonesia yang berusia diatas 15 tahun mengalami depresi. Sebuah penelitian yang dilakukan oleh Yikealo mendapatkan bahwa mahasiswa di *Eritrea Institute of Technology* cenderung mengalami stress tingkat sedang, hasil penelitian tersebut menyatakan bahwa 40,7% pemicu stress adalah karena fasilitas pembelajaran yang kurang memadai, 32,5% kesulitan dalam belajar dengan durasi yang lama, 23,5%

lainnya karena tugas dan beban akademik yang terlalu banyak, selain itu penelitian ini juga menunjukkan bahwa mahasiswa tidak hanya juga mengalami stress mental tetapi juga stress secara fisik. Dari hasil penelitian juga didapatkan bahwa ada 10 gejala atau gangguan kesehatan karena stress antara lain kelelahan sebesar 24,4%, nafsu makan menurun 10,6%, back pain dan masalah pencernaan 9,8%, demam 7,3%, insomnia 5,8%, sakit kepala 4,1% ('Putri et al. - 2020 - Hubungan Pembelajaran Jarak Jauh dan Gangguan Soma.pdf', no date)

Berdasarkan penelitian yang didapatkan, dapat diketahui bahwa fasilitas pembelajaran mempunyai peran yang sangat penting terhadap Kesehatan mental pada mahasiswa, mengingat perubahan yang terjadi dalam metode belajar mahasiswa dari luring menjadi during penelitian ini bermaksud untuk mengukur sejauh mana PJJ memberikan dampak terhadap Kesehatan mental Mahasiswa Kedokteran yang ada di Universitas Hasanuddin.

## **1.2 Rumusan masalah**

Bagaimana Dampak Pembelajaran Jarak Jauh (PJJ) terhadap Kesehatan Mental Mahasiswa Pendidikan Dokter Umum Fakultas Kedokteran Universitas Hasanuddin angkatan 2018 dan 2020.

## **1.3. Tujuan Penelitian**

### **1.3.1. Tujuan Umum**

Mengetahui Dampak Penerapan Sistem Pembelajaran Jarak Jauh (PJJ) terhadap Kesehatan Mental Mahasiswa Pendidikan Dokter Umum Fakultas Kedokteran Universitas Hasanuddin angkatan 2018 dan 2020.

### **1.3.2. Tujuan Khusus**

1. Mengetahui apa saja dampak yang ditimbulkan akibat dari penerapan sistem Pembelajaran Jarak Jauh (PJJ) terhadap Kesehatan Mental Mahasiswa Pendidikan Dokter Umum Fakultas Kedokteran Universitas Hasanuddin angkatan 2018 dan 2020.
2. Mengetahui dampak kesehatan mental berupa stress, kecemasan, depresi.

## **1.4 Manfaat penelitian**

### **1.4.1 Bagi Mahasiswa**

Dapat menjadi informasi bagi mahasiswa dalam melakukan tindakan preventif guna mencegah gangguan mental.

### **1.4.2 Bagi Pendidik**

Dapat menjadi sumber informasi dalam memberikan metode PJJ yang lebih efektif dan efisien.



## BAB II

### TINJAUAN PUSTAKA

#### 2.1. Coronavirus disease-2019

Penemuan kasus penyakit respirasi seperti pneumonia pertama kali ditemukan di kota Wuhan, Provinsi Hubei, Cina pada Desember 2019. Dalam kurun waktu 1 bulan virus ini menyebar dengan sangat cepat ke berbagai kota di Cina, bahkan menyebar hingga Thailand dan Korea Selatan. Pada tanggal 11 Februari 2020 Organisasi Kesehatan Dunia (WHO) mengumumkan nama penyakit ini sebagai Covid-19 (Corona virus Disease 2019) yang disebabkan oleh virus SARS-Cov-2 (Severe acute respiratory syndrome coronavirus-2) (Susilo *et al.*, 2020).

Pada awalnya transmisi virus ini tidak diketahui, seiring waktu bertambah jumlah populasi konfirmasi positif COVID-19 bertambah dan menyebar hingga ke 65 negara. Pada akhirnya beberapa bulan setelah virus ini menyebar transmisi antara manusia ke manusia pun diketahui menjadi penyebab cepatnya meningkat jumlah kasus.

Covid-19 merupakan RNA dengan strain tunggal positif, berkapsul dan bersifat tunggal. Struktur coronavirus berbentuk seperti kubus dengan Protein S berlokasi di permukaan virus. Protein S atau spike protein merupakan salah satu protein antigen utama virus dan merupakan struktur utama dalam penulisan gen. Pada tanggal 2 Maret tahun 2020, angka mortalitas diseluruh dunia mencapai 2,3 persen sedangkan di kota Wuhan sendiri mencapai 4,3 persen. Dan di provinsi Hubei sebesar 3,1 persen. Data WHO per tanggal 2 Maret 2020 jumlah pasien konfirmasi covid-19 mencapai 90.308 ('26. Corona virus diseases \_COVID-19\_', no date)

Seiring dengan bertambahnya jumlah kasus diberbagai negara, penerapan sistim penanggulangan demi memtus rantai covid-19 pun diterapkan, seperti penerapan lockdown diberbagai negara dan penerapan PSBB di Indonesia sendiri. Penerapan lockdown menyebabkan berbagai kegiatan atau aktifitas manusia terhambat, mulai dari dunia Pendidikan hingga dunia perekonomian. Penerapan lockdown membuat sekolah dan persekolahan harus menjalankan metode pembelejaraan daring, dengan memanfaatkan teknologi yang ada, aplikasi software pun digunakan sebagai media pembelajaran, mulai dari aplikasi zoom dan goggle meet. Ujian pun dilakukan secara offline dengan menggunakan berbagai metode yang disediakan oleh sekolah atau universitas.

#### **2.1.1. Penanggulangan wabah Pandemi Covid-19 di Indonesia**

Seiring dengan bertambahnya kasus konfirmasi positif Covid-19, WHO menetapkan infeksi virus covid-19 sebagai pandemi global pada tanggal 12 maret tahun 2020. Penerapan covid-19 ini sebagai wabah pandemi global kemudian di respon oleh pemerintah Indonesia pada tanggal 31 maret 2020 dengan mengeluarkan Peraturan pemerintah pengganti UU No.1 Tahun 2020 tentang Kebijakan Keuangan Negara dan Stabilitas Sistem Keuangan Untuk Penanganan Pandemi *Corona Virus Disease 2019* (Covid-19) pengeluaran peraturan ini bertujuan untuk memberikan anggaran penanggulangan wabah panemi covid-19 sebesar Rp. 405,1 trilliun. Pada tanggal 3 april 2020 presiden menerbitkan perpres No. 54 tahun 2020 tentang perubahan postur rincian serta APBN tahun 2020, perpres ini merupakan sebuah tindak lanjut dari perpu yang dikeluarkan sebelumnya dengan memotong anggaran sebesar Rp. 97,42 trilliun. Namun pada beberapa kementerian dilakukan peningkatan anggaran seperti Kementerian

Pendidikan dan Kebudayaan sebesar dari Rp 36 triliun menjadi Rp 70 triliun; dan Kementerian Kesehatan dari Rp 57 triliun menjadi 76 triliun.

Kementerian Kesehatan kemudian memusatkan penggunaan anggarannya pada hal-hal sebagai berikut ;

1. Perlindungan tenaga kesehatan, terutama pembelian APD
2. Pembelian alat-alat kesehatan yang dibutuhkan, seperti: *test kit*, *reagen*, *ventilator*, *hand sanitizer* dan lain-lain sesuai standar yang ditetapkan Kementerian Kesehatan.
3. *Upgrade* 132 rumah sakit rujukan bagi penanganan pasien Covid-19, termasuk Wisma Atlet.
4. Insentif dokter (spesialis Rp.15 juta/bulan), dokter umum (Rp.10 juta), perawat Rp.7.5 juta dan tenaga kesehatan lainnya Rp.5 juta.
5. Santunan kematian tenaga medis Rp. 300 juta
6. Dukungan tenaga medis, serta penanganan kesehatan lainnya.

Peraturan pemerintah No.21 pada tahun 2020 menyatakan tentang pembatasan social berskala besar (PSBB) sebagai rangka percepatan pemutusan rantai Covid-19 yang ditetapkan pada tanggal 31 maret tahun 2020. Peraturan Menteri Kesehatan No.9 Tahun 2020 tentang kebijakan PSBB antara lain :

1. Peliburan sekolah dan tempat kerja
2. Pembatasan kegiatan keagamaan
3. Pembatasan kegiatan di tempat/fasilitas umum
4. Pembatasan kegiatan sosial budaya
5. Pembatasan moda transportasi
6. Pembatasan kegiatan lainnya terkait aspek pertahanan dan keamanan.

## **2.2. Pembelajaran jarak jauh (PJJ)**

Akibat perbatasan sosial skala besar ini , berbagai kegiatan dan aktifitas manusia dihentikan, pemberhentian aktifitas mahasiswa ini mendesak sekolah untuk melakukan kegiatan belajar mengajar secara daring. Kementerian pendidikan dan kebudayaan (Kemendikbud) mengeluarkan surat edaran Nomor. 15 Tahun 2020 Mengenai pedoman pembelajaran dari rumah dalam masa darurat covid-19. Dalam surat edaran ini disebutkan bahwa tujuan dari pelaksanaan belajar dari rumah adalah guna memastikan pemenuhan hak peserta didik untuk mendapatkan layanan Pendidikan selama darurat covid-19, melindungi warga satuan Pendidikan dari dampak buruk Covid-19, mencegah penyebaran serta penularan Covid-19 di satuan Pendidikan dan memastikan pemenuhan dukungan psikososial bagi pendidik, peserta didik, dan orang tua.

Metode dan media pelaksanaan pembelajaran jarak jauh ini dibagi kedalam dua metode, yaitu pembelajaran jarak jauh dalam jaringan (daring) dengan menggunakan gawai (gadget) maupun laptop melalui beberapa portal dan aplikasi pembelajaran daring dan pembelajaran jarak jauh di luar jaringan (luring) menggunakan televisi, radio, modul belajar mandiri dan lembar kerja, bahan ajar cetak, alat peraga dan media belajar dari benda di lingkungan sekitar.

Prinsip-prinsip pelaksanaan belajar dari rumah sesuai dengan surat edaran No. 4 tahun 2020 adalah sebagai berikut ;

1. Keselamatan dan kesehatan lahir batin siswa, guru, kepala sekolah dan seluruh warga sekolah menjadi pertimbangan utama dalam pelaksanaan BDR

2. Kegiatan BDR dilaksanakan untuk memberikan pengalaman belajar yang bermakna bagi siswa, tanpa terbebani tuntutan menuntaskan seluruh capaian kurikulum
3. BDR dapat difokuskan pada pendidikan kecakapan hidup, antara lain mengenai pandemi COVID-19
4. Materi pembelajaran bersifat inklusif sesuai dengan usia dan jenjang pendidikan, konteks budaya, karakter dan jenis kekhususan peserta didik;
5. Aktivitas dan penugasan selama BDR dapat bervariasi antardaerah, sekolah dan Peserta Didik sesuai minat dan kondisi masing-masing, termasuk mempertimbangkan kesenjangan akses terhadap fasilitas BDR
6. Hasil belajar peserta didik selama BDR diberi umpan balik yang bersifat kualitatif dan berguna dari guru tanpa diharuskan memberi skor/nilai kuantitatif
7. Mengedepankan pola interaksi dan komunikasi yang positif antara guru dengan orang tua/ wali

### **2.3. Pengaruh PJJ terhadap status mental Mahasiswa**

Pandemi memberikan berbagai dampak terhadap Kesehatan mental manusia, mulai dari Kecemasan, stres, serta depresi. Menurut Sabir & Phill, 2016 kondisi pandemic yang datang tiba-tiba yang menyebabkan berbagai kegiatan terhenti membuat mahasiswa tidak siap dalam menghadapinya baik secara fisik ataupun psikis. Menurut American Psychological Association (APA) Kecemasan merupakan keadaan emosi yang muncul disaat seseorang sedang stress serta ditandai oleh perasaan yang tegang, pikiran yang membuat seseorang merasa khawatir. Kartini kartono mengatakan bahwa Anxiety (kecemasan) adalah sebuah

bentuk ketidakberanian ditambah dengan kerisauan terhadap sesuatu yang tidak jelas (Kartono & Andari, 1989), (Annisa & Ifdil, 2016). Sarlito juga menambahkan bahwa anxiety (kecemasan) merupakan sebuah perasaan takut yang tidak jelas bentuk dan alasannya (Fitria and Ifdil, 2020).

Dalam penelitian yang dilakukan oleh M Czeisler mengenai dampak karantina selama pandemic terhadap Kesehatan mental dan perilaku belajar mahasiswa kedokteran di amerika serikat pada tanggal 24-30 juni 2019 mendapatkan bahwa sebesar 23,5% mahasiswa mengalami depresi dan putus asa. Penelitian lain yang dilakukan oleh S.abbasi di Liaquat College of Medicine and Dentistry Pakistan dalam Perceptions of Students Regarding E-Learning During Covid19, menyatakan bahwa mahasiswa di sana lebih memilih pembelajaran tatap muka dibanding metode e-learning selama lockdown ('321-Article Text-803-1-10-20201220.pdf', no date).

Metode pembelajaran jarak jauh yang diterapkan saat ini memberikan berbagai dampak terhadap Kesehatan mental mahasiswa, terutama mahasiswa kedokteran dengan jam perkuliahan yang padat. Dampak Kesehatan mental yang diberikan dapat berupa, stres, kecemasan, dan depresi.

#### 1. Metode pembelajaran jarak jauh .

Sekarang ini metode PJJ yang diterapkan tiap universitas masih sangat bervariasi, disamping itu kemampuan adaptasi yang dimiliki oleh seorang mahasiswa menjadi faktor utama dan factor penentu akan dampak psikologis yang dialami oleh dirinya. Metode pembelajaran jarak jauh sejauh ini belum ditemukan yang paling idea untuk diterapkan, berbagai macam penelitian telah dilakukan untuk meneliti terkait dampak dari

metode PJJ ini. Fakultas kedokteran Universitas Hasanuddin menerapkan metode pembelajaran jarak jauh dengan mengikuti pola pembelajaran offline dimana pola jadwal kuliah yang padat diterapkan kembali pada perkuliahan daring, hal ini memicu atau membutuhkan kemampuan adaptasi dari mahasiswa. Ketidakmampuan adaptasi dari seorang mahasiswa terhadap paparan pembelajaran daring yang pertama mereka jalani dapat memberikan dampak terhadap Kesehatan mental Mahasiswa.

## 2. Permasalahan dengan kuota internet.

Kuota internet menjadi salah satu alat penentu dalam menjalani perkuliahan daring, kemampuan ekonomi yang dimiliki oleh seorang mahasiswa menentukan apakah mereka mampu untuk menyediakan kuota internet demi penggunaan pembelajaran daring. Kuota internet untuk pembelajaran daring itu sendiri membutuhkan jumlah yang sangat besar, terkhusus di lingkungan Fakultas kedokteran. Dengan jadwal pembelajaran yang padat, mulai pukul 07:00 WITA hingga dengan pukul 16:00 tentunya membutuhkan kuota yang cukup besar, belum lagi kuota internet untuk penggunaan ujian ataupun praktikum online. Hal ini menjadi dasar penentu bagi mahasiswa dengan kualitas ekonomi rendah apakah mampu menjalani kuliah daring atau pembelajaran daring ini. Hal ini juga menjadi salah satu stressor atau pemicu akan status Kesehatan mental mahasiswa.

### 2.3.1. Stres

Menurut Lindsay, Carrieri-Kohlman, Stres adalah “Sebuah fenomena sosiopsikofisiologik, yang merupakan gabungan dari fungsi intelektual, perilaku, metabolisme, kekebalan tubuh, dan respon fisiologis lainnya terhadap stressor (atau

stres) baik yang berasal dari dalam tubuh (endogen) ataupun dari luar tubuh (eksogen) (Idrus, no date)

Stress memiliki sebuah pemicu atau biasa disebut stressor, pemicunya dapat berupa sifat frustrasi akan sesuatu, konflik, tekanan atau beban tugas.

Metode PJJ dengan pemberian tugas yang banyak menjadi pemicu (stressor) akan stres yang dialami mahasiswa, ataupun padatnya jadwal kuliah. Metode karantina yang diterapkan akibat pandemic ini juga menjadi salah satu factor resiko yang memperberat stres yang dialami mahasiswa.

Penelitian yang dilakukan oleh Yikealo yang mendapatkan bahwa mahasiswa di *Eritrea Institute of Technology* cenderung mengalami stres tingkat sedang, hasil penelitian tersebut menyatakan bahwa 40,7% pemicu stres adalah karena fasilitas pembelajaran yang kurang memadai, 32,5% kesulitan dalam belajar dengan durasi yang lama, 23,5% lainnya karena tugas dan beban akademik yang terlalu banyak (Putri *et al.*, 2020).

### **2.3.2. Kecemasan**

Menurut Dorlan 2015, kata kecemasan atau disebut anxiety adalah keadaan emosional yang tidak menyenangkan, berupa respon-respon psikofisiologis yang timbul sebagai antisipasi bahaya yang tidak nyata atau khayalan, tampaknya disebabkan oleh intrapsikis yang tidak disadari secara langsung (Mellu, 2020).

Definisi yang paling menekankan mengenai kecemasan dipaparkan juga oleh Jeffrey S. Nevid, dkk (2005: 163) “kecemasan adalah suatu keadaan emosional yang mempunyai ciri keterangsangan fisiologis, perasaan tegang yang tidak menyenangkan, dan perasaan aprehensif bahwa sesuatu yang buruk akan terjadi”. Senada dengan pendapat sebelumnya, Gail W. Stuart (2006: 144) memaparkan



kecemasan adalah kekhawatiran yang tidak jelas dan menyebar, yang berkaitan dengan perasaan tidak pasti dan tidak berdaya” (Annisa and Ifdil, 2016).

Dadang Hawari (2006: 65-66) mengemukakan gejala kecemasan diantaranya: (Annisa and Ifdil, 2016).

1. Cemas, khawatir, tidak tenang, ragu dan bimbang
2. Memandang masa depan dengan rasa was-was (khawatir)
3. Kurang percaya diri, gugup apabila tampil di muka umum (demam panggung)
4. Sering merasa tidak bersalah, menyalahkan orang lain
5. Tidak mudah mengalah, suka ngotot
6. Gerakan sering serba salah, tidak tenang bila duduk, gelisah
7. Sering mengeluh ini dan itu (keluhan-keluhan somatik), khawatir berlebihan terhadap penyakit
8. Mudah tersinggung, suka membesar-besarkan masalah yang kecil (dramatisasi)
9. Dalam mengambil keputusan sering diliputi rasa bimbang dan ragu
10. Bila mengemukakan sesuatu atau bertanya seringkali diulang-ulang
11. Kalau sedang emosi sering kali bertindak histeris.

### **2.3.3. Depresi**

Depresi merupakan kondisi emosional yang biasanya ditandai dengan kesedihan yang amat sangat, perasaan tidak berarti dan bersalah (menarik diri, tidak dapat tidur, kehilangan selera, minat dalam aktivitas sehari-hari) (Gerald C. Davison 2004). Menurut Rice PL (1992), depresi adalah gangguan mood, kondisi

emosional berkepanjangan yang mewarnai seluruh proses mental (berpikir, berperasaan dan berperilaku) seseorang. (Dirgayunita, 2016).

#### Gejala Depresi :

Menurut Institut Kesehatan Jiwa Amerika Serikat (NIMH) dan Diagnostic and Statistical manual IV – Text Revision (DSM IV - TR) (American Psychiatric Association, 2000). Kriteria depresi dapat ditegakkan apabila setidaknya ditemukan 5 dari gejala berikut: (Dirgayunita, 2016).

#### Gejala Fisik :

1. Gangguan pola tidur; Sulit tidur (insomnia) atau tidur berlebihan (hipersomnia)
2. Menurunnya tingkat aktivitas, misalnya kehilangan minat, kesenangan atas hobi atau aktivitas yang sebelumnya disukai
3. Sulit makan atau makan berlebihan (bisa menjadi kurus atau kegemukan)
4. Gejala penyakit fisik yang tidak hilang seperti sakit kepala, masalah pencernaan (diare, sulit BAB dll), sakit lambung dan nyeri kronis
5. Terkadang merasa berat di tangan dan kaki
6. Energi lemah, kelelahan, menjadi lamban
7. Sulit berkonsentrasi, mengingat, memutuskan.

#### Gejala Psikis :

1. Rasa sedih, cemas, atau hampa yang terus – menerus.
2. Rasa putus asa dan pesimis

3. Rasa bersalah, tidak berharga, rasa terbebani dan tidak berdaya/tidak berguna
4. Tidak tenang dan gampang tersinggung
5. Berpikir ingin mati atau bunuh diri
6. Sensitive
7. Kehilangan rasa percaya diri.

### **Faktor penyebab depresi**

Menurut Kaplan (2002) dan Nolen – Hoeksema & Girgus (dalam Krenke & Stremmler, 2002), faktor – faktor yang dihubungkan dengan penyebab dapat dibagi atas : faktor biologi, faktor psikologis/kepribadian dan faktor sosial. Dimana ketiga faktor tersebut dapat saling mempengaruhi satu dengan yang lainnya (Dirgayunita, 2016).

### **Faktor Biologi**

Ada beberapa peneliti menemukan bahwa gangguan mood melibatkan patologik dan system limbiks serta ganglia basalis dan hypothalamus. Dalam penelitian biopsikologi, norepinefrin dan serotonin merupakan dua neurotransmitter yang paling berperan dalam patofisiologi gangguan mood. Pada wanita, perubahan hormon dihubungkan dengan kelahiran anak dan menopause juga dapat meningkatkan risiko terjadinya depresi. Penyakit fisik yang berkepanjangan sehingga menyebabkan stres dan juga dapat menyebabkan depresi (Dirgayunita, 2016).

### **Faktor Psikologis/Kepribadian**

Individu yang dependent, memiliki harga diri yang rendah, tidak asertif, dan menggunakan ruminative coping. Nolen – Hoeksema & Girgus

juga mengatakan bahwa ketika seseorang merasa tertekan akan cenderung fokus pada tekanan yang mereka rasa dan secara pasif merenung daripada mengalihkannya atau melakukan aktivitas untuk merubah situasi. Pemikiran irasional yaitu pemikiran yang salah dalam berpikir seperti menyalahkan diri sendiri atas ketidak beruntungan. Sehingga individu yang mengalami depresi cenderung menganggap bahwa dirinya tidak dapat mengendalikan lingkungan dan kondisi dirinya. Hal ini dapat menyebabkan pesimisme dan apatis (Dirgayunita, 2016).

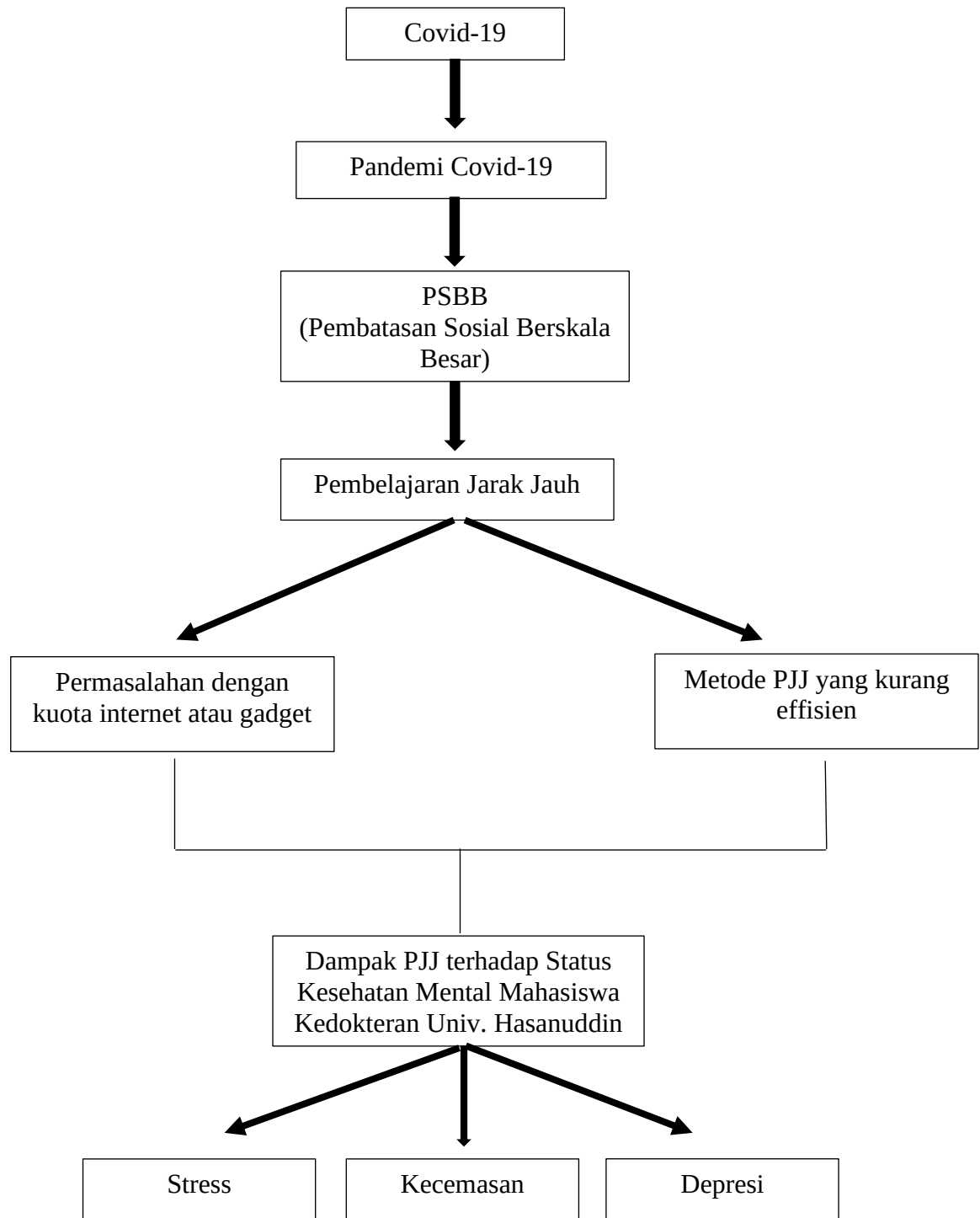
### **Faktor Sosial**

1. Kejadian tragis seperti kehilangan seseorang atau kehilangan dan kegagalan pekerjaan
  2. Paska bencana
  3. Melahirkan
  4. Masalah keuangan
  5. Ketergantungan terhadap narkoba atau alcohol
  6. Trauma masa kecil
  7. Terisolasi secara sosial
  8. Faktor usia dan gender
  9. Tuntutan dan peran sosial misalnya untuk tampil baik, menjadi juara di sekolah ataupun tempat kerja
  10. Maupun dampak situasi kehidupan sehari-hari lainnya
- (Dirgayunita, 2016).

### BAB III

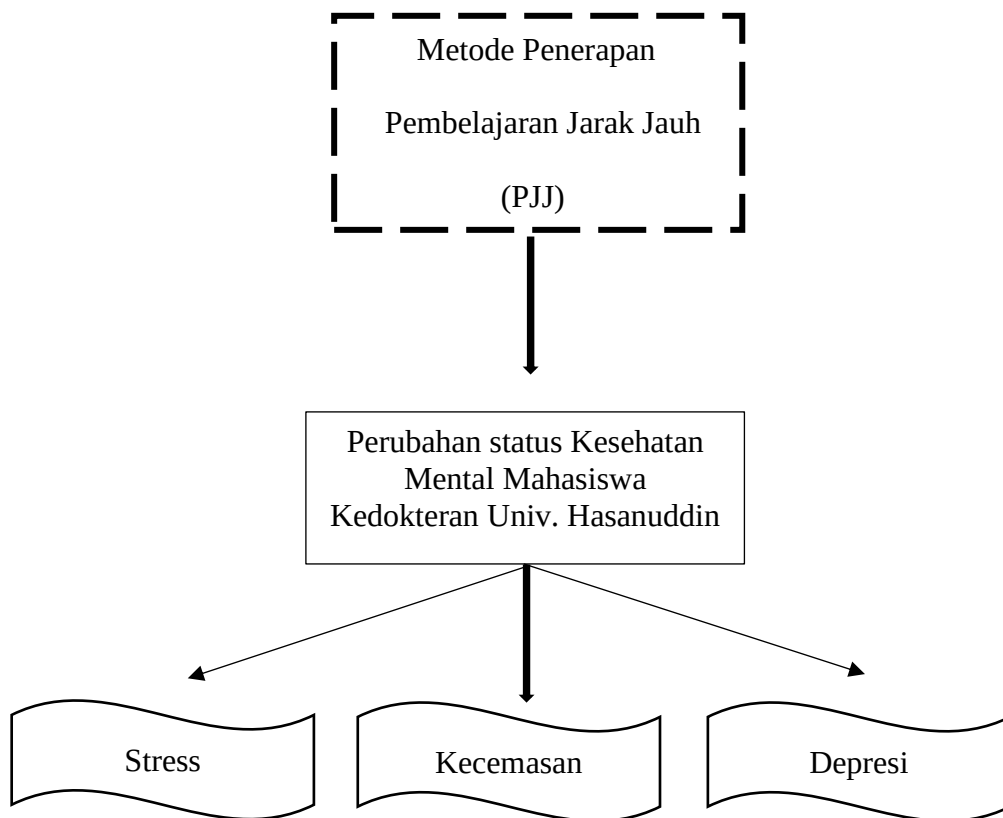
#### KERANGKA TEORI, KERANGKA KONSEP, HIPOTESIS PENELITIAN

##### 3.1 Kerangka Teori



### 3.2 Kerangka Konsep

Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui dampak Pembelajaran Jarak Jauh terhadap Kesehatan Mental Mahasiswa Pendidikan Dokter Umum Fakultas Kedokteran Universitas Hasanuddin angkatan 2018 dan 2020. Berdasarkan tujuan penelitian diatas maka kerangka konsep dalam penelitian ini adalah:



Keterangan:

 : Variabel Independen

 : Variabel Dependen

### **3.3 Hipotesis**

#### **Hipotesis Nol (H<sub>0</sub>)**

Metode Pembelajaran Jarak Jauh tidak memberikan Dampak terhadap Kesehatan Mental yang berupa stres, depresi dan kecemasan pada Mahasiswa Pendidikan Dokter Umum Fakultas Kedokteran Universitas Hasanuddin angkatan 2018 dan 2020.

#### **Hipotesis Alternatif (H<sub>1</sub>)**

Metode Pembelajaran Jarak Jauh memberikan Dampak terhadap Kesehatan Mental yang berupa stres, depresi dan kecemasan pada Mahasiswa Pendidikan Dokter Umum Fakultas Kedokteran Universitas Hasanuddin angkatan 2018 dan 2020.