

Dampak Negatif Psikologis Pembelajaran Daring Pada Mahasiswa Program Studi PGSD Universitas Kristen Indonesia Toraja

Irene Hendrika Ramopoly¹, Charlie Baka²
Pendidikan Guru Sekolah Dasar¹, Pendidikan Bahasa Inggris²
Universitas Kristen Indonesia Toraja
irenepgsdukit@ukitoraja.ac.id¹, charlie@ukitoraja.ac.id²

Abstrak

Proses pembelajaran daring selama pandemi covid19 menimbulkan berbagai dampak, seperti dampak fisik, sosial, dan psikologis baik positif dan negatif. Fokus penelitian ini adalah untuk mengkaji dampak negatif psikologis pembelajaran daring. Dampak negatif psikologis yang dialami oleh mahasiswa Prodi PGSD Universitas Kristen Indonesia Toraja selama mengikuti proses pembelajaran daring, yaitu motivasi belajar menurun, cemas, gelisah, khawatir, panik, stres dan bingung. Jenis penelitian ini adalah penelitian deskriptif. Jumlah subjek penelitian yaitu 135 orang, yang terdiri dari mahasiswa semester 3 dan 7 PGSD kelas Makale Universitas Kristen Indonesia Toraja. Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis dampak negatif psikologis pembelajaran daring pada mahasiswa Prodi PGSD Universitas Kristen Indonesia Toraja. Penelitian ini dilaksanakan dalam 3 tahap. **Pertama**, yaitu mengidentifikasi dampak negatif psikologis pembelajaran daring. **Kedua**, yaitu menyajikan data. **Ketiga**, yaitu memverifikasi data/ menarik kesimpulan, serta melakukan publikasi. Hasil dan luaran yang diharapkan pada penelitian ini adalah menghasilkan referensi tentang dampak psikologis pembelajaran daring.

Kata Kunci: *Dampak Negatif Psikologis, Pembelajaran Daring, Mahasiswa Prodi PGSD Universitas Kristen Indonesia Toraja*

1. PENDAHULUAN

Selama pandemi covid19, dunia pendidikan meliburkan peserta didiknya dari kegiatan belajar mengajar tatap muka secara langsung baik yang dilakukan pada jenjang Sekolah Dasar hingga di tingkat Perguruan Tinggi, dan mewajibkan peserta didiknya agar melakukan proses pembelajaran secara daring. Pembelajaran secara daring merupakan suatu pola perubahan pembelajaran yang harus diikuti dan dilakukan baik oleh dosen maupun mahasiswa untuk tetap menjaga kualitas dan

mendukung terciptanya tujuan Pendidikan Nasional di Perguruan Tinggi. Selain itu, pembelajaran daring juga memiliki tujuan agar dapat meningkatkan pemerataan akses dan perluasan dunia pendidikan. Ada berbagai dampak yang timbul dari pembelajaran daring selama pandemi covid 19, yang meliputi dampak fisik (lebih flexibel dan leluasa dalam menggunakan waktu), dampak sosial (keterbatasan dalam berinteraksi, keterbatasan dalam berkomunikasi, dan keterbatasan mobilitas), dan dampak psikologis (motivasi belajar menurun, bingung, cemas, gelisah, khawatir, panik, dan stres). Dalam penelitian ini, fokus penelitian adalah untuk mengkaji dan menganalisis dampak negatif psikologis pembelajaran daring pada mahasiswa semester 3 dan semester 7 kelas Makale Prodi PGSD Universitas Kristen Indonesia Toraja.

Pembelajaran daring adalah proses belajar yang menggunakan koneksi internet, *local area network* sebagai media komunikasi dalam belajar, misalnya penjelasan materi, (Mustofa dkk., 2019). Sependapat dengan hal tersebut, Kuntarto, E (2017) menjelaskan bahwa pembelajaran daring ialah proses belajar yang menghubungkan mahasiswa dengan dosen dalam melakukan suatu pola kegiatan belajar melalui media koneksi internet. Pembelajaran daring juga bisa dilaksanakan dengan fasilitas komputer, laptop, maupun smartphone yang dihubungkan dengan koneksi internet. Dengan tersedianya media internet, maka dosen dan mahasiswa dapat melakukan proses belajar secara bersamaan melalui beberapa jenis aplikasi online yang meliputi, *whatsapp, telegram, zoom, google meet, google classroom*, (Fitriah, 2020).

Dari hasil penelitian Argaheni (2020) diketahui bahwa, mahasiswa yang mengalami stres sedang sejumlah (38,57%), mahasiswa yang mengalami stres berat sejumlah (28,57%), dan mahasiswa yang mengalami stres ringan sejumlah (32,86%). Penyebab kondisi stres mahasiswa, yaitu kesulitan mengerti materi yang disampaikan oleh dosen secara online dan khawatir terkena wabah covid-19. Hal ini juga dialami oleh para mahasiswa Prodi PGSD Universitas Kristen Indonesia Toraja. Dari hasil survey yang dilakukan secara online melalui aplikasi *google form*, diperoleh data bahwa selama menjalani pembelajaran daring, para mahasiswa

semester 3 dan semester 7 kelas Makale Prodi PGSD Universitas Kristen Indonesia Toraja mengalami beberapa kesulitan dan kendala yaitu, kesulitan menangkap penjelasan yang diberikan dosen melalui aplikasi online pembelajaran daring, signal internet yang buruk, keterbatasan paket data, keterbatasan dalam menguasai dan menggunakan aplikasi pembelajaran daring, tugas yang sangat banyak diberikan oleh setiap dosen pengampuh mata kuliah, kurangnya interaksi tatap muka langsung dengan dosen dan teman, sehingga hal ini berdampak negatif pada kondisi psikologis mahasiswa, seperti motivasi belajar menurun, cemas, gelisah, khawatir, panik, stres, dan bingung.

2. METODE

Pendekatan dalam penelitian ini menggunakan metode kualitatif dengan jenis penelitian deskriptif. Penelitian deskriptif merupakan penelitian yang menggunakan satu variabel pada satu kelompok tanpa mengkaitkan dengan variabel lain atau mencari perbandingan dengan kelompok yang berbeda (Purwanto, 2010).

a. Populasi dan Subjek Penelitian

Populasi pada penelitian ini ialah mahasiswa aktif semester ganjil (semester 3, semester 5, dan semester 7) kelas Makale Prodi PGSD Universitas Kristen Indonesia Toraja yang mengikuti proses pembelajaran daring selama pandemi covid19. Populasi ialah daerah yang meliputi obyek/subyek yang memiliki ciri-ciri tertentu dan ditetapkan untuk diteliti dan diambil kesimpulannya (Sugiyono, 2018:130).

Jumlah subjek dalam penelitian ini adalah 135 orang dan berasal dari mahasiswa yang berstatus sebagai mahasiswa aktif semester 3 dan semester 7 kelas Makale Prodi PGSD Universitas Kristen Mahasiswa Toraja dan terdiri dari 65 orang laki-laki dan 70 orang perempuan.

Pemilihan sampel pada penelitian menggunakan teknik *purposive sampling*. Sugiyono (2016:85) mendefinisikan *purposive sampling* sebagai cara pengambilan

sampel dari pusat data dengan kriteria tertentu. Peneliti menggunakan teknik *purposive sampling* karena tidak semua sampel memiliki kriteria yang sama dengan gejala yang diteliti. Adapun kriteria sampel harus sama dengan gejala yang diteliti adalah subjek mengalami dampak negatif psikologis, seperti motivasi belajar menurun, cemas, gelisah, khawatir, panik, stres dan bingung selama mengikuti pembelajaran daring. Subjek dalam penelitian ini berjumlah 135 orang, terdiri dari 65 orang laki-laki dan 70 orang perempuan, mahasiswa aktif semester 3 dan 7 kelas Makale Prodi PGSD Universitas Kristen Indonesia Toraja yang mengalami dampak negatif psikologis selama pembelajaran daring.

Adapun teknik pengumpulan data dalam penelitian ini terdiri dari:

1. Observasi

Observasi sebagai alat untuk mengumpulkan data yang memiliki ciri khusus jika dibandingkan dengan cara pengumpulan data yang lain. Observasi dilakukan dengan mengamati langsung yang bertujuan mencari unsur kelayakan dan didukung melalui hasil wawancara, survey, dan analisis (Sugiyono, 2016: 203).

2. Wawancara

Wawancara ialah alat pengumpul data yang merupakan studi pendahuluan untuk mencari masalah yang diteliti. Selain itu, wawancara dapat digunakan jika peneliti ingin mencari masalah penting lainnya dari subjek penelitian (Sugiyono, 2016).

3. Dokumentasi

Dokumen dapat berbentuk buku harian yang sudah lewat. Dokumentasi merupakan pelengkap dari metode observasi dan wawancara, karena hasil dari observasi atau wawancara bisa dipercaya bila didukung oleh catatan pribadi hidup seseorang. Dokumen meliputi tulisan, cerita, biografi, gambar, foto dll (Sugiyono, 2016).

4. Survey

Metode survey dipakai untuk memperoleh data dari populasi yang bersifat alami, dimana pengumpulan data dilakukan melalui kuesioner, dan peneliti tidak memberikan *treatment* seperti pada penelitian eksperimen. Survey dalam penelitian ini dilakukan dengan memberikan kuesioner secara online melalui

aplikasi *google form* dan linknya disebarakan melalui aplikasi pesan *whatsapp* untuk diisi oleh subjek penelitian dan selanjutnya data hasil kuesioner yang dikumpulkan selanjutnya dianalisis kemudian dideskripsikan (Sugiyono,2014).

Penelitian ini dilaksanakan dengan menyebarkan kuesioner secara online menggunakan aplikasi *google form* kepada mahasiswa dan linknya disebarakan melalui aplikasi pesan *whatsapp*. Penelitian dilaksanakan pada tanggal 1 Desember 2020. Dari hasil pengisian kuesioner secara online, maka dilakukan analisis deskriptif untuk melihat persentase dari dampak negatif psikologis pembelajaran daring pada mahasiswa Prodi PGSD Universitas Kristen Indonesia Toraja.

Adapun indikator kuesioner yang diberikan secara online meliputi berbagai pertanyaan, yaitu: (1) Apakah Anda menyukai pembelajaran daring; (2) Alasan tidak menyukai pembelajaran daring; (3) Aplikasi pembelajaran daring yang digunakan; (4) Lokasi selama mengikuti pembelajaran daring; (5) Jenis koneksi internet yang digunakan pada saat mengikuti pembelajaran daring; (6) Hal apa yang Anda rasakan pada saat mengikuti pembelajaran daring; (7) Hal apa yang Anda pikirkan selama mengikuti pembelajaran daring; (8) Apakah Anda dapat mengerti materi yang dijelaskan dosen saat mengikuti pembelajaran daring; (9) Apakah Anda selalu mengerjakan dan mengumpulkan tugas dari dosen dengan tepat waktu; (10) Apa kesulitan/kendala yang Anda rasakan selama mengikuti pembelajaran daring; (11) Bagaimana cara Anda untuk mengatasi kesulitan saat mengikuti pembelajaran daring; (12) Menurut Anda, apakah pembelajaran daring efektif diterapkan dalam dunia pendidikan; (13) Sebutkan keluhan Anda selama mengikuti pembelajaran daring; (14) Apakah Anda pernah merasakan motivasi belajar menurun, cemas, gelisah, khawatir, panik, stres, dan bingung selama mengikuti pembelajaran daring?; (15) Apa saran Anda tentang pembelajaran daring?

b. Teknik Analisis Data

Sugiyono (2016) mendefinisikan teknik analisis data pada penelitian kualitatif meliputi tiga tahap, yakni:

1. Tahap Reduksi Data

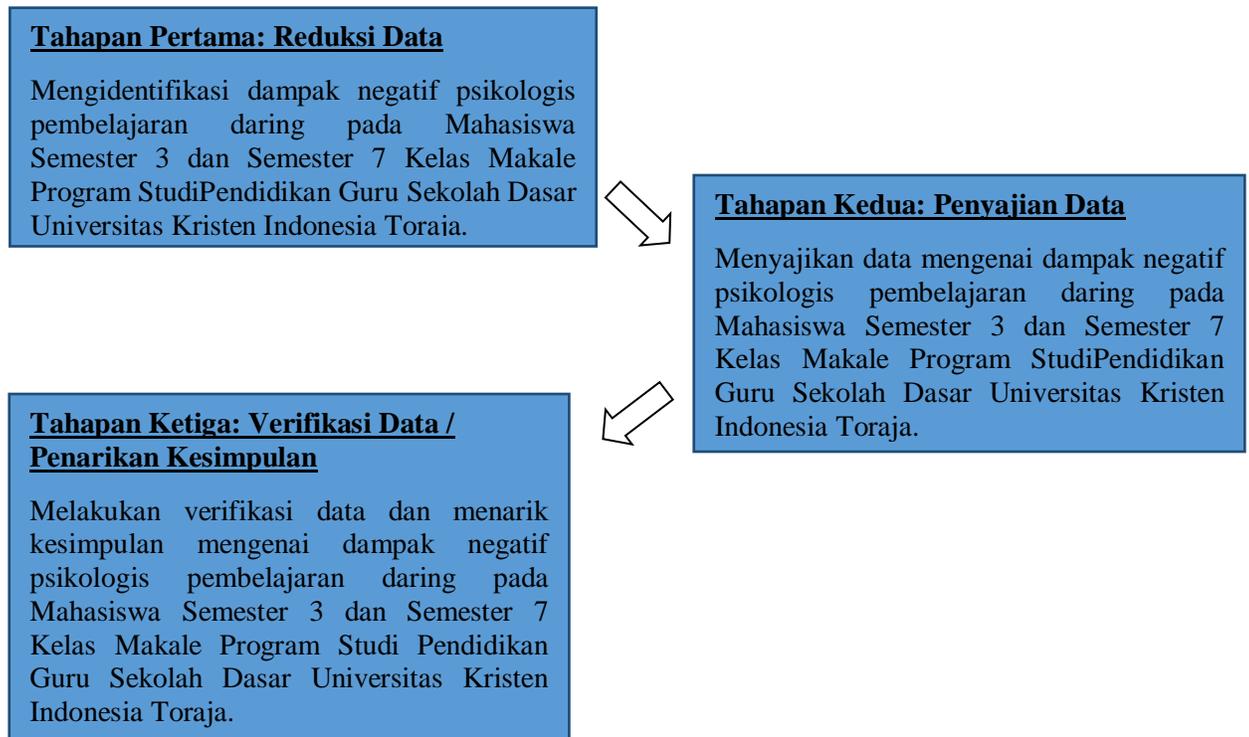
Tahap reduksi data adalah proses rangkuman, memilih, dan fokusterhadap masalah yang penting, sehingga data yang sudah direduksi dapat memberikan informasi yang akurat dan dapat memudahkan untuk mengumpulkan data dan mencari kembali jika dibutuhkan.

2. Tahap Display Data / Penyajian Data

Penyajian data dapat berupa uraian pendek, gambar, keterkaitan antar kategori, *flowchart*, dll. Penyajian data dilakukan untuk memudahkan peneliti agar dapat mengerti fenomena dan melakukan langkah sesuai dengan fenomena yang diperoleh.

3. Tahap Verifikasi / Penarikan Kesimpulan.

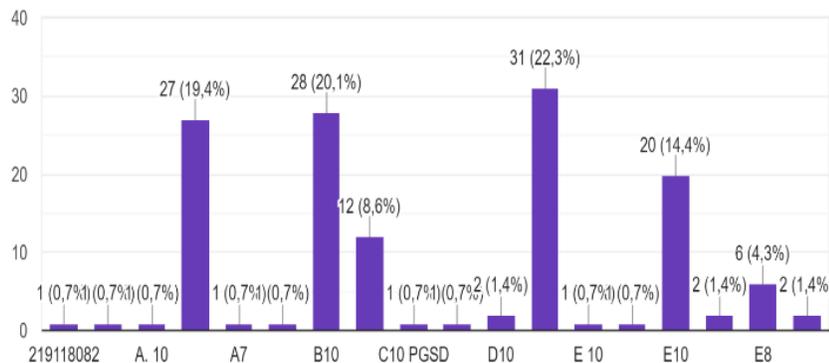
Kesimpulan meliputi deskripsi penjelasan mengenai fenomena yang terjadi di lapangan. Selain itu, dapat juga berupa hubungan sebab akibat, hipotesis atau teori.



Gambar 1. Teknik Analisis Data

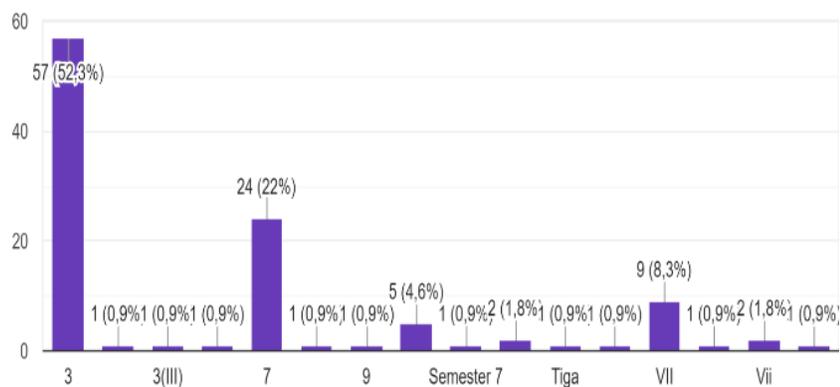
3. HASIL DAN PEMBAHASAN

Subjek dalam penelitian ini adalah mahasiswa semester 3 dan semester 7 kelas Makale Program Studi Pendidikan Guru Sekolah Dasar (PGSD) Universitas Kristen Indonesia Toraja yang berjumlah 135 orang. Adapun sebaran jumlah subjek dapat dilihat pada diagram berikut ini:



Gambar 2. Sebaran subjek penelitian berdasarkan kelas

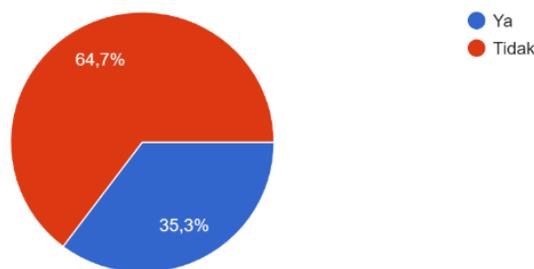
Pada gambar 2, dapat diketahui bahwa jumlah subjek yang mengisi kuesioner secara online dan memberikan tanggapan terbanyak adalah mahasiswa kelas D10, yaitu sebanyak 22,3%.



Gambar 3. Sebaran subjek penelitian berdasarkan semester

Pada gambar 3, dapat diketahui bahwa jumlah subjek yang mengisi kuesioner secara online dan memberikan tanggapan terbanyak adalah mahasiswa semester 3, yaitu sebanyak 52.3%.

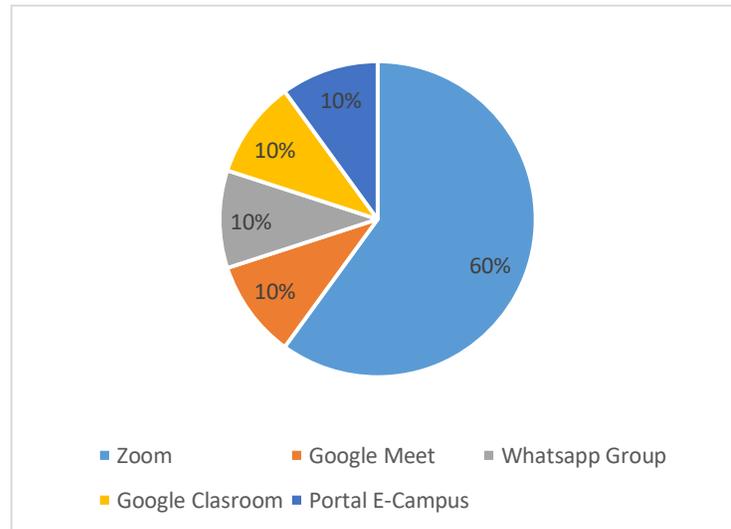
Pelaksanaan pembelajaran daring membutuhkan evaluasi persiapan dari perguruan tinggi, evaluasi dari dosen masing-masing mata kuliah dan juga mahasiswa (Rusdiana, E., & Nugroho, A. 2020). Kondisi pembelajaran daring yang dianalisis dalam penelitian ini meliputi, apakah subjek menyukai atau tidak menyukai pembelajaran daring, alasan subjek tidak menyukai pembelajaran daring, aplikasi pembelajaran daring yang digunakan oleh subjek, lokasi subjek selama mengikuti pembelajaran daring, jenis koneksi internet yang digunakan subjek selama mengikuti pembelajaran daring, hal yang dirasakan subjek selama mengikuti pembelajaran daring, hal yang dipikirkan subjek selama mengikuti pembelajaran daring, pemahaman materi yang disampaikan oleh dosen selama mengikuti pembelajaran daring, pengerjaan dan pengumpulan tugas selama mengikuti pembelajaran daring, kesulitan atau kendala yang dialami subjek selama mengikuti pembelajaran daring, cara subjek mengatasi kesulitan selama mengikuti pembelajaran daring, efektifitas pembelajaran daring, keluhan subjek tentang pembelajaran daring, saran untuk pembelajaran daring, dan dampak psikologis negatif yang dialami subjek selama mengikuti pembelajaran daring.



Gambar 4. Jumlah subjek yang menyukai dan tidak menyukai pembelajaran daring

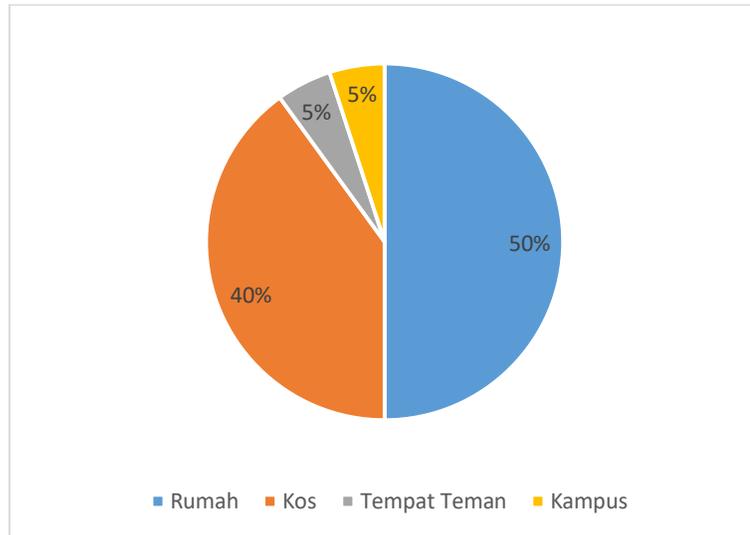
Pada gambar 4, dapat diketahui bahwa subjek yang menyukai pembelajaran daring berjumlah 35,3%, sedangkan subjek yang tidak menyukai pembelajaran daring berjumlah 64,7%. Alasan subjek tidak menyukai pembelajaran daring, yaitu sulit memahami penjelasan materi yang disampaikan dosen, koneksi jaringan internet yang tidak memadai (tidak mendukung), keterbatasan kuota data, dan pemberian tugas

yang sangat banyak dari dosen yang membuat bosan, bingung, cemas, jenuh, panik, dan stres.



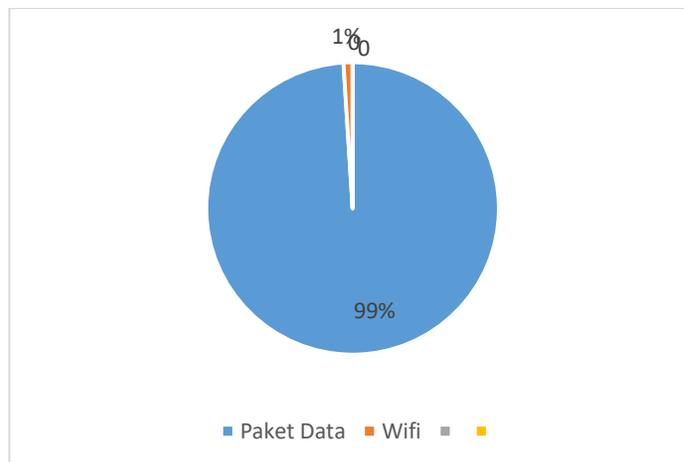
Gambar 5. Aplikasi online yang digunakan subjek selama mengikuti pembelajaran daring

Pada gambar 5, dapat diketahui bahwa aplikasi online yang digunakan subjek selama mengikuti pembelajaran daring meliputi, *Zoom* (60%), *Google Meet* (10%), *WhatsappGroup* (10%), *Portal E-Campus* (10%), *Google Classroom* (10%). Aplikasi yang paling banyak digunakan oleh subjek penelitian sebagai media pembelajaran daring adalah aplikasi *Zoom*, alasannya karena aplikasi *zoom* sangat mudah dan praktis digunakan.



Gambar 6. Lokasi subjek selama mengikuti pembelajaran daring

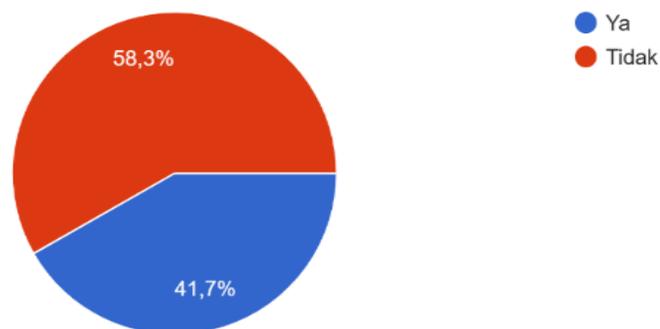
Pada gambar 6, dapat diketahui bahwa lokasi subjek selama mengikuti pembelajaran daring, meliputi Rumah (50%), Kos (40%), Tempat Teman (5%), Kampus (5%). Pada kondisi ini, terlihat bahwa lebih banyak subjek yang mengikuti pembelajaran daring dari rumah (*stay at home*). Hal ini sebagai bentuk kepatuhan terhadap protokol kesehatan dan upaya pencegahan terhadap pandemi covid19.



Gambar 7. Jenis koneksi yang digunakan subjek selama mengikuti pembelajaran daring

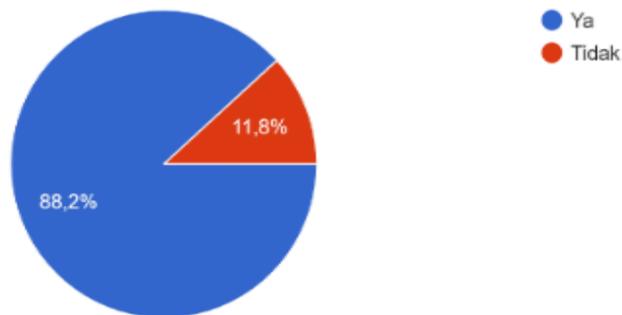
Pada gambar 7, dapat diketahui bahwa jenis koneksi internet yang digunakan subjek selama mengikuti pembelajaran daring, meliputi Paket Data sejumlah (99%), dan Wifi sejumlah (1%). Hasil ini memberikan gambaran, bahwa koneksi paket data internet lebih banyak dipilih dan digunakan oleh subjek, karena bersifat fleksibel, dibandingkan dengan wifi yang bersifat terbatas. Penggunaan paket data membuat subjek lebih mudah untuk selalu terhubung dengan koneksi internet kapanpun dan dimanapun mereka berada, sedangkan jika subjek menggunakan wifi maka mereka harus berada dalam sebuah jangkuan area yang terhubung dengan sinyal wifi, sehingga hal ini dapat membatasi aktivitas dan mobilitas mereka.

Hal yang dirasakan subjek selama pembelajaran daring adalah bosan, bingung, cemas, panik, stres, resah, gelisah, jenuh, dan tidak nyaman, sedangkan hal yang dipikirkan selama pembelajaran daring adalah jaringan yang susah (koneksi internet yang buruk), kuota data yang sangat terbatas, belajar menggunakan berbagai aplikasi online, materi kuliah yang sulit dipahami dan tugas yang menumpuk dengan batas waktu yang sangat singkat.



Gambar 8. Jumlah subjek yang memahami materi selama mengikuti pembelajaran daring

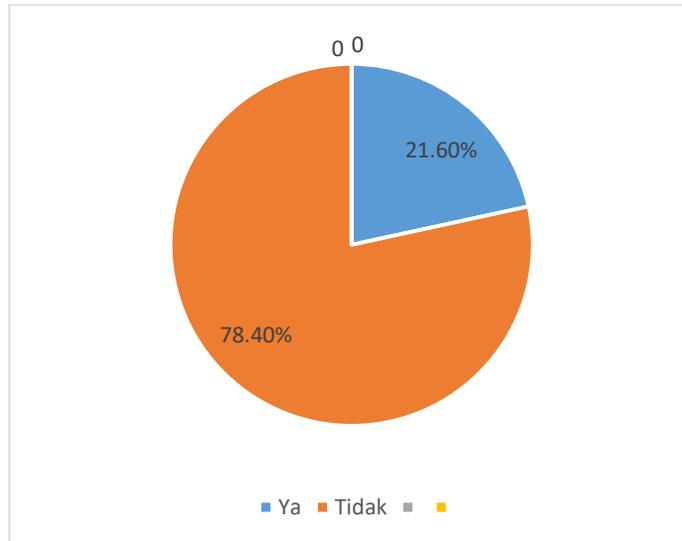
Pada gambar 8, dapat diketahui bahwa subjek yang tidak memahami materi yang disampaikan oleh dosen selama mengikuti pembelajaran daring jumlahnya lebih banyak, yaitu 58,3% dibandingkan subjek yang dapat memahami materi yang disampaikan oleh dosen selama pembelajaran daring yang berjumlah 41,7%.



Gambar 9. Jumlah subjek yang memahami materi selama mengikuti pembelajaran daring

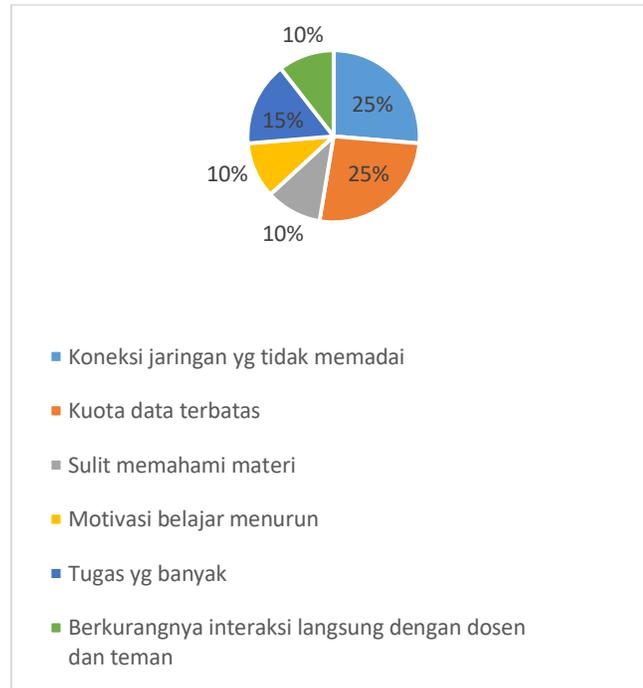
Pada gambar 9, dapat diketahui bahwa subjek yang mengerjakan dan mengumpulkan tugas dari dosen dengan tepat waktu berjumlah 88,2%, sedangkan yang tidak mengerjakan dan mengumpulkan tugas dari dosen dengan tepat waktu, yaitu berjumlah 11,8%.

Kesulitan atau kendala yang dihadapi oleh subjek selama pembelajaran daring adalah jaringan yang tidak mendukung (tidak memadai), keterbatasan kuota, kesulitan dalam menggunakan aplikasi pembelajaran daring, dan sulit memahami materi yang disampaikan oleh dosen. Cara yang dilakukan subjek untuk mengatasi kesulitan/kendala selama pembelajaran daring, yaitu mencari lokasi jaringan atau koneksi internet yang bagus, mencari jaringan wifi gratis, membaca buku, bertanya pada teman atau senior.



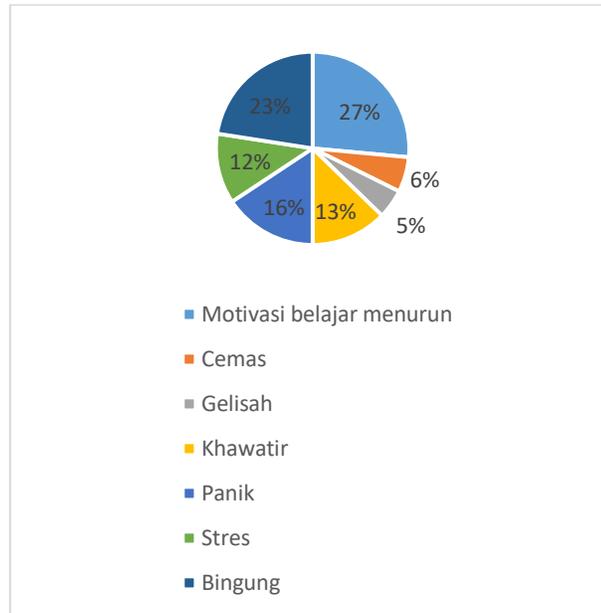
Gambar 10. Efektifitas pembelajaran daring

Pada gambar 10, dapat diketahui bahwa kegiatan pembelajaran daring dinyatakan tidak efektif sebesar 78,40% dan efektif sebesar 21,60%. Ketidakefektifan pembelajaran daring disebabkan karena subjek sulit memahami materi yang disampaikan oleh dosen, koneksi jaringan internet yang tidak memadai (tidak mendukung), kuota data yang sangat terbatas, kurangnya interaksi langsung dengan dosen dan teman-teman, stres karena dosen memberi tugas yang sangat banyak, cemas, gelisah, dan panik karena batas waktu pengerjaan, serta pengumpulan tugas yang sangat singkat, membuat malas, bosan, bingung, dan jenuh dalam belajar.



Gambar 11. Keluhan subjek selama mengikuti pembelajaran daring

Padagambar 11, dapat diketahui bahwa keluhan subjek selama mengikuti pembelajaran daring, yaitu koneksi jaringan internet yang tidak memadai (25%), kuota data terbatas (25%), sulit memahami materi yang disampaikan dosen (15%), motivasi belajar menurun (10%), stres karena terlalu banyak tugas dengan batas waktu pengumpulan tugas yang sangat singkat (15%), dan berkurangnya interaksi langsung dengan dosen dan teman-temannya (10%).



Gambar 12. Dampak negatif psikologis subjek selama mengikuti pembelajaran daring

Pada gambar 12, dapat diketahui bahwa dampak psikologis negatif yang dialami subjek selama pembelajaran daring, yaitu motivasi belajar menurun (27%), cemas (6%), gelisah (5%), khawatir (13%), panik (16%), stres (12%) dan bingung (23%) karena jaringan yang tidak mendukung, kuota data habis pada saat pembelajaran daring atau pada saat pengumpulan tugas, tidak memahami materi yang disampaikan oleh dosen, terlalu banyak tugas yang diberikan dan batas waktu pengumpulan tugas yang sangat singkat.

Saran yang diberikan subjek penelitian untuk pembelajaran daring, yaitu sebaiknya pembelajaran daring dilakukan lebih sedikit dibandingkan pembelajaran offline atau tatap muka yang diberikan lebih banyak, sebaiknya dosen lebih kreatif dalam menyampaikan materi pembelajaran dan juga menggunakan aplikasi pembelajaran daring, sebaiknya pemberian tugas dikurangi supaya tidak membuat mahasiswa merasa bosan, cemas, gelisah, khawatir, panik, stres, dan bingung,

sebaiknya dosen lebih memperhatikan waktu pada saat memberikan pembelajaran daring dan harus disesuaikan dengan jadwal kuliah tatap muka.

Pembelajaran daring pada awalnya direspon positif oleh beberapa mahasiswa, namun seiring berjalannya proses pembelajaran, banyak mahasiswa yang mengalami beberapa kesulitan yaitu, koneksi jaringan internet yang tidak memadai, kesulitan memahami materi, paket kuota data yang sangat terbatas, tugas yang diberikan oleh dosen sangat banyak dan keterbatasan lainnya. Rasa ketidakpuasan mahasiswa selama proses pembelajaran daring membuat mahasiswa merasa berat dan sulit untuk memahami materi perkuliahan. Banyak mahasiswa yang merasa jika pembelajaran daring menuntut mahasiswa untuk lebih aktif belajar secara mandiri selama mengikuti kelas online, berbeda dengan pembelajaran tatap muka yang dapat membuat mahasiswa lebih mudah untuk memahami materi yang disampaikan oleh dosen.

Kegagalan dalam mencapai target yang diharapkan dan tekanan lingkungan yang menuntut mahasiswa harus mampu belajar secara mandiri dan kreatif, harus mampu menggunakan aplikasi pembelajaran online, harus mencapai target, harus fokus dan konsentrasi tinggi dalam memperhatikan penjelasan dosen selama pembelajaran daring yang sering terkendala pada koneksi jaringan internet, sehingga suara dosen tidak terdengar dengan jelas atau terputus-putus, stres dengan tugas yang menumpuk yang diberikan sebagai evaluasi selama pembelajaran daring, jumlah pengeluaran untuk membeli pulsa kuota data membuat mahasiswa mengalami dampak psikologis negatif selama pembelajaran daring.

Salah satu kesulitan atau kendala pembelajaran daring adalah ketersediaan layanan internet. Sebagian mahasiswa mengakses internet menggunakan layanan paket data selular, dan sebagian kecil menggunakan layanan wifi. Pada saat kebijakan pembelajaran daring diterapkan, maka sebagian besar mahasiswa memilih untuk pulang kampung. Selama mengikuti pembelajaran daring di daerahnya/lokasi rumahnya masing-masing, mereka mengalami kesulitan untuk mengakses jaringan internet yang bagus, sekalipun berhasil mendapatkan signal, namun terkadang signal

yang diperoleh tidak stabil. Hal ini menjadi hambatan sekaligus tantangan tersendiri dalam penerapan pembelajaran daring. Pembelajaran daring memiliki kelemahan pada saat layanan atau koneksi internet tidak memadai (tidak mendukung) dan materi yang disampaikan oleh dosen kurang atau bahkan tidak dipahami oleh mahasiswa.

Kesulitan atau kendala pembelajaran daring lainnya adalah keterbatasan kuota data. Mahasiswa menyatakan bahwa untuk mengikuti pembelajaran daring, mereka harus mengeluarkan biaya yang cukup banyak untuk membeli kuota data internet. Menurut mereka, pembelajaran dalam bentuk *zoom* dan *video conference* lainnya dapat menghabiskan banyak kuota data, sementara diskusi online melalui aplikasi pesan instan, seperti *whatsapp* tidak membutuhkan banyak kuota. Selain itu, kesulitan atau kendala lainnya adalah banyaknya tugas yang diberikan kepada mahasiswa dengan jangka waktu yang sangat singkat, sehingga menimbulkan dampak fisik seperti bosan dan kelelahan. Selain itu, kesulitan atau kendala yang dialami oleh mahasiswa juga berdampak pada kondisi psikologisnya, seperti motivasi belajar menurun, cemas, gelisah, khawatir, panik, stres, dan bingung.

Hal ini sejalan dengan penelitian Widiyono (2020) yang menyatakan bahwa dalam pelaksanaannya, pembelajaran daring kurang memberikan dampak yang optimal terutama dalam hal pemahaman materi yang disampaikan oleh dosen dan juga tugas yang terlalu banyak diberikan kepada mahasiswa, sehingga pembelajaran daring menjadi kurang efektif. Selain itu, penelitian Firman dan Rahayu (2020) menyatakan bahwa perkuliahan daring menimbulkan kesulitan bagi mahasiswa terutama dalam memahami materi kuliah. Mahasiswa tidak bisa memahami materi kuliah secara menyeluruh, dan mahasiswa menganggap bahwa mereka tidak cukup puas hanya dengan membaca materi dan mengerjakan tugas kuliah. Mahasiswa membutuhkan tatap muka langsung, sehingga bisa mendapatkan penjelasan komunikasi secara verbal mengenai materi kuliah dari dosen seperti jika melakukan kuliah tatap muka di kelas. Diskusi yang dilakukan dalam media diskusi grup chat tidak mampu memberikan penjelasan secara menyeluruh mengenai materi kuliah yang dijelaskan.

Dabbagh (2007) ada beberapa hal yang harus disiapkan oleh mahasiswa dalam proses pembelajaran daring agar dapat mengantisipasi dampak negatif psikologis, yaitu (1) *Spirit* belajar, yaitu semangat yang tinggi untuk belajar mandiri. Mahasiswa dituntut untuk memiliki pengetahuan dan pemahaman materi secara mandiri. (2) Literasi terhadap teknologi, yaitu mahasiswa dituntut untuk menguasai teknologi sebagai media dalam melakukan pembelajaran daring/online. (3) Kemampuan berkomunikasi intrapersonal, yaitu mahasiswa dituntut untuk dapat berinteraksi dengan mahasiswa lain sebagai makhluk sosial, meskipun proses pembelajaran daring/online dilaksanakan secara mandiri. (4) Berkolaborasi, yaitu perlunya kolaborasi efektif antara mahasiswa dalam proses pembelajaran daring, kolaborasi dengan dosen dan juga lingkungan sekitarnya. (5) Keterampilan untuk belajar mandiri, yaitu mahasiswa dituntut untuk dapat belajar mandiri dan terampil. Dimana selama melakukan pembelajaran daring/online mahasiswa dituntut untuk berusaha mencari, menemukan, dan menyimpulkan materi yang dipelajarinya secara mandiri.

4. KESIMPULAN

Pembelajaran daring selama pandemi covid-19 cukup banyak memberikan dampak negatif psikologis terhadap mahasiswa. Dampak negatif psikologis terjadi karena adanya perubahan proses pembelajaran tatap muka secara instan ke pembelajaran secara daring dengan menggunakan berbagai aplikasi online. Dimana mahasiswa dituntut untuk lebih berperan secara aktif dan mandiri dalam kegiatan akademiknya untuk mencapai hasil yang optimal. Banyak kesulitan dan kendala yang dihadapi oleh mahasiswa selama melakukan pembelajaran daring yaitu gangguan koneksi internet, keterbatasan paket data internet, kurang memahami materi yang disampaikan oleh dosen, tugas yang menumpuk dan juga batas waktu pengumpulan tugas yang sangat singkat. Hal inilah yang menimbulkan dampak negatif psikologis yang meliputi, motivasi belajar menurun (27%), cemas (6%), gelisah (5%), khawatir

(13%), panik (16%), stres (12%) dan bingung (23%) yang dialami oleh mahasiswa semester 3 dan semester 7 kelas Makale Prodi PGSD Universitas Kristen Indonesia Toraja.

Selain itu, pembelajaran daring juga menuntut keterampilan mahasiswa terutama dalam menggunakan berbagai aplikasi pembelajaran online sebagai tolak ukur untuk mencapai target keberhasilan akademiknya. Tujuan pendidikan nasional dapat dilaksanakan melalui proses pembelajaran secara daring, namun masih diperlukan berbagai kesiapan dan perbaikan sistem operasional untuk menunjang terlaksananya proses pembelajaran daring yang optimal, terutama agar pembelajaran daring tidak menimbulkan dampak negatif terhadap kondisi psikologis mahasiswa. Keberhasilan pembelajaran daring tidak hanya berfokus pada aspek mahasiswa, namun juga harus memperhatikan beberapa aspek, yaitu aspek sarana, aspek prasarana, dan aspek keterampilan dosen sebagai fasilitator dalam mendukung berjalannya proses pembelajaran daring.

DAFTAR PUSTAKA

- Argaheni, Niken Bayu (2020). Dampak Perkuliahan Daring Saat Pandemi Covid 19 Terhadap Mahasiswa Indonesia. Surakarta: *Jurnal Ilmiah Kesehatan dan Aplikasinya*, Sekolah Vokasi, Universitas Sebelas Maret, Vol.8 (2).
- Cao, W., Fang, Z., Hou, G., Han, M., Xu, X., Dong, J., & Zheng, J. (2020). The psychological impact of the COVID-19 epidemic on college students in China. *Psychiatry Research*, 287, 112934. <https://doi.org/10.1016/j.psychres.2020.112934>.
- Dabbagh, N. (2007). The Online Learner: Characteristics and Pedagogical Implications. *Contemporary Issues in Technology and Teacher Education*, 7(3), 217–226.
- Firman, F., & Rahayu, S. (2020). Pembelajaran Online di Tengah Pandemi Covid-19. *Indonesian Journal of Educational Science (IJES)*, 2(2), 81–89. <https://doi.org/10.31605/ijes.v2i2.659>.

- Funsu Andiarna, Estri Kusumawati (2020). Pengaruh Pembelajaran Daring terhadap Stres Akademik Mahasiswa. Surabaya: *Fakultas Psikologi dan Kesehatan*, Universitas Islam Negeri Sunan, Vol.16 No (2).
- Ilpaj, S. M., & Nurwati, N. (2020). Analisis Pengaruh Tingkat Kematian COVID 19 terhadap Kesehatan Mental Masyarakat di Indonesia. 3, 16–28.
- Jusmawati, Satriawati, dkk(2020). Pengaruh Pembelajaran Berbasis Daring Terhadap Minat Belajar Mahasiswa PGSD Unimerz Pada Mata Kuliah Pendidikan Matematika. *Jurnal Kajian Pendidikan Dasar, Pendidikan Guru Sekolah Dasar*, Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan, Universitas Megarezky. Vol. 5 No (2).
- Kemenkes RI. (2020). Pedoman Dukungan Kesehatan Jiwa dan Psikososial pada Pandemi COVID 19.
- Kuntarto, E. (2017). Keefektifan Model Pembelajaran Daring dalam Perkuliahan Bahasa Indonesia di Perguruan Tinggi. *Indonesian Language Education and Literature*, 3(1), 99-110. 10.24235/ileal.v3i1.1820.
- Mustofa, M. I., Chodzirin, M., Sayekti, L., & Fauzan, R. (2019). Formulasi Model Perkuliahan Daring sebagai Upaya Menekan Disparitas Kualitas Perguruan Tinggi. *Walisongo Journal of Information Technology*, 1(2), 151. <https://doi.org/10.21580/wjit.2019.1.2.4067>.
- Nila Dameria & Happy Fitria(2019). Pergeseran Nilai: *Tinjauan Psikologis Sebagai Akibat Teknologi Internet Dalam Pembelajaran*: Palembang: Universitas PGRI Palembang.
- Watnaya, A. kusnayat, Muiz, M. hifzul, Nani Sumarni, Mansyur, A. salim, & Zaqiah, Q. yulianti. (2020). Pengaruh Teknologi Pembelajaran Kuliah Online di Era Covid-19 dan Dampak terhadap Mental Mahasiswa. *EduTeach: Jurnal Edukasi Dan Teknologi Pembelajaran*, 1(2), 153– 165. <https://doi.org/10.37859/eduteach.v1i2.1987>.
- WHO. (2020). Mental health & COVID-19. <https://www.who.int/teams/mentalhealth-and-substance-use/covid-19>.
- Wikipedia. "Penyakit Koronavirus". <https://en.wikipedia.org/wiki/Im.2019>.
- Purwanto. *Metodologi Penelitian Kuantitatif*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar, 2010.

- Siregar, Sofyan. 2016. *Statistika Deskriptif untuk Penelitian Dilengkapi Perhitungan Manual dan Aplikasi SPSS Versi 17*. Jakarta: PT Raja Grafindo Persada.
- Sofia, N. A. (2020). Pakar UGM Berikan Tips Cegah Psikosomatis di Tengah Pandemi Covid-19. <https://www.ugm.ac.id/id/berita/19937-pakar-ugm-berikan-tips-cegahpsikosomatis-di-tengah-pandemi>.
- Sugiyono. 2014. *Metode Penelitian Kombinasi (Mix Methods)*. Bandung: Alfabeta.
- Sugiyono. *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, R&D*. Bandung : Alfabet, 2016.
- Widiyono, A. (2020). Efektifitas Perkuliahan Daring (Online) pada Mahasiswa PGSD di Saat Pandemi Covid 19. *Jurnal Pendidikan*, 8(2), 169–177. <https://doi.org/10.36232/pendidikan.v8i2.458>.