

Hubungan Kuliah Daring dengan Tingkat Stres Mahasiswa Kesehatan Masyarakat Universitas Mandala Waluya

The Relationship Between Online Learning and The Stress Levels of Public Health Students at Mandala Waluya University

Ismail Nur Maulid, Titi Saparina, Noviati

Program Studi Sarjana Kesehatan Masyarakat, Fakultas Ilmu-Ilmu Kesehatan, Universitas Mandala Waluya

(mailmaulid73@gmail.com dan 085342016365)

Article Info:

- Received:
28 Juli 2022
- Accepted:
23 Agustus 2022
- Published online:
Agustus 2022

ABSTRAK

Hasil observasi awal yang dilakukan pada 10 orang mahasiswa Prodi Kesehatan Masyarakat Universitas Mandala Waluya sebanyak 6 orang (60,95%) mahasiswa mengalami stres ringan, sebanyak 3 orang (34,37%) mahasiswa mengalami stres sedang dan sebanyak 1 orang (4,68%) mahasiswa mengalami stres berat. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan metode pembelajaran kuliah daring dengan tingkat stres mahasiswa Program Studi Kesehatan Masyarakat Universitas Mandala Waluya di era *Corona Virus Disease-19*. Penelitian ini adalah penelitian survey analitik dengan menggunakan rancangan *cross sectional study*. Populasi adalah sebanyak 177 orang. Jumlah sampel sebanyak 64 responden. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa ada hubungan metode pembelajaran daring dengan tingkat stres mahasiswa ($\rho=0,000$), ada hubungan penggunaan kuota internet dengan tingkat stres mahasiswa ($\rho=0,000$). Kesimpulan penelitian yaitu terdapat hubungan antara metode pembelajaran daring dan penggunaan kuota internet dengan tingkat stres mahasiswa Prodi Kesehatan Masyarakat Universitas Mandala Waluya. Saran bagi Program Studi Kesehatan Masyarakat diantaranya metode pembelajaran daring diharapkan dimodifikasi untuk mendukung dan mempermudah mahasiswa dalam proses perkuliahan. Materi yang lebih bervariasi dan menarik untuk meningkatkan minat mahasiswa.

Kata Kunci : Stres, pembelajaran, daring

ABSTRACT

The results of initial observations made on 10 students at the Public Health Study Program of Mandala Waluya University found that 6 (60,95%) students experienced mild stress, 3 (34,37%) students experienced moderate stress, and 1 (4,68%) students experienced severe stress. This study aimed to determine the relationship between online learning methods and students stress levels at the Public Health Study Program of Mandala Waluya University in the Corona Virus Disease-19 era. Study type was analytic survey research using a cross-sectional study design. The population was 177 students. The number of samples was 64 respondents. The results of this study indicate that there was a relationship between the learning method and the stress level of the students ($\rho=0,000$) there was a relationship between the use of internet quota and the stress level of the students ($\rho=0,000$). Study conclusion is there was a relationship between the learning method and the use of internet quota with the stress level of the students of the Public Health Study Program, Mandala Waluya University. Suggestions can be given for the Public Health Study Program including online learning methods that are expected to be modified to support and facilitate students. In addition, more varied and interesting materials to increase student interest.

Keywords: Stress, learning, online

PENDAHULUAN

Pada bulan Desember 2019, kasus *pneumonia* misterius pertama kali dilaporkan di Wuhan, Provinsi Hubei. Sumber penularan kasus ini masih belum diketahui pasti, tetapi kasus pertama dikaitkan dengan pasar ikan di Wuhan. Tanggal 18 Desember hingga 29 Desember 2019, terdapat lima pasien yang dirawat dengan *Acute Respiratory Distress Syndrome* (ARDS). Sejak 31 Desember 2019 hingga 3 Januari 2020 kasus ini meningkat pesat, ditandai dengan dilaporkannya sebanyak 44 kasus. Tidak sampai satu bulan, penyakit ini telah menyebar diberbagai provinsi lain di China serta di Negara lain seperti Thailand, Jepang dan Korea Selatan (Adityo Susilo dkk, 2020).

Virus ini dapat ditularkan dari manusia ke manusia dan telah menyebar secara luas di China dan lebih dari 190 negara dan teritori lainnya. Pada 12 Maret 2020, WHO mengumumkan Covid-19 sebagai pandemik. Hingga tanggal 29 Maret 2020, terdapat 634.835 kasus dan 33.106 jumlah kematian di seluruh dunia. Berdasarkan data yang dirilis pada tanggal 30 April 2020, Covid-19 telah dikonfirmasi pada 3.096.686 orang dengan kasus baru 72.955 di seluruh dunia, sedangkan angka kematian sekitar 9.859, sehingga total kematian karena Covid-19 sebanyak 223.198 orang. Angka tersebut meningkat jauh jika dibandingkan dengan data 28 April 2020 dimana jumlah penderita Covid-19 2.957.350 orang dengan jumlah kematian 207.961 orang

(WHO, 2020).

Di Negara Indonesia, pada tanggal 15 Mei 2020 tercatat sebanyak 16.496 terkonfirmasi Covid-19 dengan kasus baru 490 orang, 11.617 orang dalam perawatan, 3.803 dinyatakan sembuh, 1.076 meninggal. Sedangkan Orang Dalam Pemantauan (ODP) sebanyak 262.919 dan Pasien Dalam Pengawasan (PDP) sebesar 34.360 orang. Sementara untuk wilayah Provinsi Sulawesi Tenggara sendiri setiap harinya terus mengalami peningkatan, hingga pada bulan Oktober 2020, telah tercatat kasus Positif sebanyak 2.398 kasus, jumlah kasus pasien yang meninggal sebanyak 33 orang, jumlah kasus suspek sebanyak 73 orang, jumlah kasus kontak erat sebanyak 1306, jumlah kasus *probable* sebanyak 115 dan jumlah kasus yang meninggal sebanyak 79 orang (Satgas Covid-19 Sultra, 2020).

Ditengah pandemi Covid-19 saat ini, seluruh kegiatan dilakukan dirumah salah satunya proses belajar mengajar. Pemerintah memutuskan untuk melakukan pembelajaran melalui daring karena ingin memutus mata rantai penyebaran Covid-19. Pembelajaran secara daring dianggap menjadi solusi terbaik terhadap kegiatan belajar mengajar ditengah pandemi Covid-19. Pembelajaran ini bertujuan untuk meningkatkan akses bagi peserta didik untuk memperoleh pembelajaran yang lebih baik dan bermutu karena dengan pembelajaran daring akan memberikan kesempatan peserta didik untuk dapat mengikuti suatu pelajaran atau mata kuliah tertentu (H. A. Maulana and M. Hamidi, 2020).

Proses pembelajaran merupakan tindakan yang dilakukan melalui proses dan interaksi kedua belah pihak baik peserta didik maupun pembimbing. Sehingga ketika menginginkan hasil yang baik dan positif tentunya dibutuhkan kerja keras dari kedua belah pihak. Tidak bisa hanya mengandalkan salah satu pihak saja. Kedua belah pihak harus memiliki tujuan yang sama dan tingkat kerja keras yang sama pula untuk mendapatkan hasil yang maksimal. Ditinjau dari pemilihan metode pembelajaran secara daring memerlukan kesiapan perangkat dan paket data internet yang masih dikelola secara mandiri. Salah satu langkah pemanfaatan teknologi jaringan dan teknologi informasi bagi pengembangan sistem pembelajaran di perguruan tinggi adalah sistem kuliah daring (dalam jaringan) antar perguruan tinggi (M. I. Mustofa dkk, 2020).

Dengan adanya pandemi *Covid-19* ini, mendorong banyak profesional di dunia pendidikan harus berpikir kreatif dalam kegiatan belajar mengajar seperti penguasaan teknologi untuk media belajar secara dalam jaringan (daring) contoh media pembelajaran antar lain *whatsapp*, *google classroom* dan aplikasi *zoom*. Perubahan media pembelajaran menjadi tantangan di dunia pendidikan dikarenakan mereka tidak mengetahui dan menggunakan aplikasi tersebut sebelum masa pandemi terjadi (Mujibul Hakim dan Aria Mulyapradana, 2020)

Berdasarkan observasi awal yang dilakukan oleh peneliti terhadap beberapa mahasiswa Program Studi Kesehatan

Masyarakat Universitas Mandala Waluya menemukan dampak yang dirasakan secara langsung oleh mahasiswa adalah metode pembelajaran yang menggunakan jaringan internet dapat mengakibatkan biaya pengeluaran pulsa internet meningkat dari sebelumnya, sulitnya berinteraksi kepada dosen ketika mereka dihadapkan dengan materi yang belum mereka pahami dan selama masa pembelajaran dalam jaringan (daring) terjadi komunikasi satu arah. Hal yang sama dirasakan oleh pendidik dalam hal ini adalah dosen, mereka tidak mengetahui secara langsung tingkat pemahaman peserta didik pada saat penyampaian materi.

Hal ini sesuai dengan hasil penelitian yang dilakukan oleh Ismail Akbar (2020) yang menyatakan bahwa mahasiswa mengalami kendala atau jaringan yang tidak stabil saat kelas daring mengaku sangat kesusahan dalam menyerap materi yang diberikan oleh dosen mengakibatkan tidak maksimalnya materi yang disampaikan oleh dosen serta beberapa mahasiswa kesulitan juga untuk mengerjakan tugas kelompok yang mengharuskan mahasiswa untuk memahami materi dengan baik ditambah lagi mahasiswa yang merasa kesulitan untuk menggunakan aplikasi meeting daring untuk mengerjakan tugas kelompok.

Selain itu, penelitian yang dilakukan oleh Agus Kusnayat (2020) menyatakan bahwa khusus di Indonesia atau beberapa perguruan tinggi yang mirip permasalahannya merasa belum siap menggunakan teknologi pembelajaran dengan sistem daring atau

daring. Bahkan dengan diterapkannya sistem ini ditemukan ada mahasiswa yang terganggu kejiwaannya, stress dan tidak dapat mengikuti proses pembelajaran dengan baik dan benar. Hal ini menjadi masalah baru yang harus dicarikan solusinya. Beberapa permasalahan yang muncul yang berkaitan dengan sistem pembelajaran via daring, baik berupa kesiapan mahasiswa, penguasaan teknologi, kendala lain yang dialami selama menggunakan sistem ini.

Berdasarkan hasil observasi awal yang penulis lakukan pada mahasiswa Prodi Kesehatan Masyarakat Universitas Mandala Waluya, diperoleh data bahwasanya mahasiswa Prodi Kesehatan Masyarakat Universitas Mandala Waluya selama masa pandemi *Covid-19* proses belajar mengajar dilaksanakan secara daring atau daring dengan media *WhatsApp group*, *Zoom*, *E-Learning*, dan *Google Meet*. Pembelajaran daring memiliki dampak yang berbeda-beda, tergantung dari segi mana dilihat. Dari segi psikologi salah satunya ialah stress. Dimana hasil dari observasi awal yang dilakukan pada 10 orang mahasiswa Prodi Kesehatan Masyarakat Universitas Mandala Waluya, sebanyak 6 orang (60,95%) mahasiswa mengalami stres ringan, sebanyak 3 orang (34,37%) mahasiswa mengalami stres sedang dan sebanyak 1 orang (4,68%) mahasiswa mengalami stres berat.

BAHAN DAN METODE

Jenis penelitian yang digunakan adalah jenis penelitian survei analitik. Menurut

Notoatmodjo (2017) survei analitik adalah penelitian yang mencoba menggali bagaimana dan mengapa fenomena kesehatan itu terjadi. Desain penelitian yang akan digunakan adalah metode *cross sectional*. Analisis univariat Dilakukan dengan menghitung frekuensi dalam bentuk persentase dari variabel yang diteliti dengan menggunakan rumus. Analisis bivariate dalam penelitian ini dengan menggunakan program komputer dan uji statistik *Chi-Square* (X^2) pada taraf kepercayaan 95%.

HASIL

Berdasarkan tabel 1 hasil penelitian menunjukkan bahwa dari 64 responden karakteristik umur terbanyak yaitu kelompok umur 18-20 tahun sebanyak 48 responden (75%) dan terkecil yaitu kelompok umur 21-23 tahun sebanyak 16 responden (25%). Pada tabel 1 menunjukkan karakteristik jenis kelamin bahwa dari 64 responden jenis kelamin terbanyak yaitu perempuan sebanyak 58 responden (90,6%) dan terkecil yaitu laki-laki sebanyak 6 responden (9,4%).

Berdasarkan penelitian yang dilakukan diketahui ditunjukkan pada table 2 bahwa dari 64 responden yang merasakan stres sebanyak 57 responden (89,1%) dan tidak merasakan stres sebanyak 7 responden (10,9%). Pada tabel 4 variabel metode pembelajaran daring menunjukkan bahwa dari 64 responden yang pembelajaran daring tinggi sebanyak 60 responden (93,8%) dan rendah sebanyak 4 responden (6,2%). Variabel penggunaan kuota

internet menunjukkan bahwa dari 64 responden yang penggunaan kuota internet cukup sebanyak 57 responden (89,1%) dan kurang sebanyak 7 responden (10,9%).

Pada tabel 3 hasil analisis data menunjukkan bahwa dari 64 responden yang merasakan stres terdapat 56 responden (87,5%) yang pembelajaran daring tinggi dan 1 responden (1,6%) yang pembelajaran daring rendah. Sedangkan dari 64 responden yang tidak merasakan stres terdapat 4 responden (6,2%) yang pembelajaran daring tinggi dan 3 responden (4,7%) yang pembelajaran daring rendah. Hasil uji statistik *Chi-Square* pada taraf kepercayaan 95% ($\alpha=0,05$) menunjukkan bahwa $0,000 < 0,05$ sehingga H_0 ditolak yang berarti ada hubungan antara metode pembelajaran daring (*online*) dengan tingkat stres mahasiswa Prodi Kesehatan Masyarakat Universitas Mandala Waluya.

Pada tabel 3 variabel kuota internet menunjukkan bahwa dari 64 responden yang merasakan stres terdapat 55 responden (85,9%) yang penggunaan kuota internet cukup dan 2 responden (3,1%) yang penggunaan kuota internet kurang. Sedangkan dari 64 responden yang tidak merasakan stres terdapat 2 responden (3,1%) yang penggunaan kuota internet cukup dan 5 responden (7,8%) yang penggunaan kuota internet kurang. Hasil uji statistik *Chi-Square* pada taraf kepercayaan 95% ($\alpha=0,05$) menunjukkan bahwa $0,000 < 0,05$ sehingga H_0 ditolak yang berarti ada hubungan antara penggunaan kuota internet dengan tingkat stres mahasiswa Universitas

Mandala Waluya.

PEMBAHASAN

Hasil penelitian menunjukkan bahwa dari 64 responden yang merasakan stres terdapat 57 responden (89,1%) dan tidak merasakan stres sebanyak 7 responden (10,9%), mahasiswa yang mengalami stres ini disebabkan karena adanya perubahan metode pembelajaran dari pembelajaran di kelas di alihkan menjadi pembelajaran daring (*online*) sehingga mempengaruhi kondisi psikologi responden dan membuat responden mengalami stress saat pembelajaran daring di masa pandemi *covid-19*, tugas perkuliahan sangat mempengaruhi tingkat stres responden pada pembelajaran daring di masa pandemi karena banyaknya tugas yang dianggap berlebih dengan tuntutan waktu pengumpulan yang tergolong cepat membuat kesehatan mental mahasiswa terganggu. Mahasiswa menjadi tidak bisa beristirahat cukup karena ada banyak tugas yang harus diprioritaskan terlebih dahulu.

Banyak dari mahasiswa merasa perkuliahan secara daring terasa lebih santai dalam belajar, tetapi perkuliahan secara daring juga membuat mereka merasakan beban tugas kuliah dua kali lipat lebih banyak dari pada bertatap muka secara langsung. Akibatnya mahasiswa banyak yang merasa stress atau memiliki tekanan dalam belajar.

Hasil ini sejalan dengan teori (Ade, 2020) Sebenarnya di era sekarang mahasiswa

dituntut untuk dapat belajar dengan mandiri. Namun pada kenyataannya tidak semua mahasiswa mampu belajar secara mandiri.

Perkuliahan secara daring dirasa kurang efektif. Hal ini dikarenakan pada umumnya dosen hanya menjelaskan secara teoritis dan tanpa adanya contoh, selain itu ada juga dosen yang hanya memberikan materi perkuliahan untuk dipelajari mandiri. Pemahaman setiap mahasiswa berbeda-beda untuk dapat memahami materi perkuliahan, dan ada juga mahasiswa yang beranggapan yang penting hadir.

Hasil penelitian ini sesuai dengan teori menurut Kusnayat (2020) yang menyatakan bahwa tugas perkuliahan yang ada membuat mahasiswa merasa dituntut untuk meraih pencapaian yang telah ditentukan baik oleh pihak universitas maupun dari mahasiswa itu sendiri. Tuntutan tersebut dapat memberikan beban yang akan mengundang stres pada mahasiswa. Cara pemberian tugas, penjelasan tugas, nilai dan pembahasan pun tidak lepas dari tekanan yang dialami oleh mahasiswa.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa dari 64 responden yang merasakan stres terdapat 55 responden (85,9%) yang penggunaan kuota internet cukup. Berdasarkan hasil wawancara yang dilakukan bahwa meskipun responden memiliki kuota internet yang cukup, karena sebelumnya sudah membeli paket data yang disiapkan untuk mengikuti proses pembelajaran daring. Namun proses interaksi secara daring membuat banyak pertanyaan responden yang kurang ditanggapi oleh dosen

mata kuliah, seperti pemberian tugas mata kuliah yang bertambah tanpa adanya sesi tanya jawab atas tugas yang di berikan, hal ini membuat responden merasakan pusing, seringkali marah yang bisa berujung pada stress akibat beban tugas yang diberikan.

Faktor lain yang membuat mahasiswa Prodi Kesehatan Masyarakat merasa stres saat pembelajaran daring adalah karena tuntutan yang harus dipenuhi oleh setiap mahasiswa dan mahasiswi seperti kurangnya fasilitas kuota yang diberikan dari pemerintah sehingga mahasiswa mengeluarkan biaya yang banyak dalam sebulan untuk membeli paket data internet agar bisa melakukan pembelajaran daring. Bukan hanya untuk melakukan pembelajaran daring, mahasiswa juga membutuhkan kuota internet untuk mengakses atau *browsing* untuk mencari artikel di internet dan menyelesaikan tugas yang diberikan dosen, sehingga dalam sebulan mahasiswa perlu mengeluarkan biaya yang banyak hanya untuk membeli paket data internet. Mahasiswa menjadi stres dan malas untuk mengikuti pembelajaran daring jika kuota internet mereka habis.

Kurangnya sinyal di daerah mereka tinggal, penyampaian materi oleh dosen yang kurang dipahami oleh mahasiswa dan mahasiswi beserta tekanan berupa seringnya perkuliahan yang diganti penugasan dengan deadline yang kurang tepat sehingga keadaan seperti ini membuat mahasiswa dan mahasiswi kebingungan dan kesulitan yang berakibat pada kelelahan fisik, psikologis maupun emosional.

Faktor kuota internet yang menjadi penunjang dimana akses internet bisa selalu tersambung, Alat elektronik seperti laptop atau *handphone android* sebagai wadah yang menjadi fasilitas media pendukung. Sinyal sebagai sarana untuk mempertemukan antara individu satu dengan individu yang lain di tempat yang terpisah, dan listrik yang menjadi sumber kekuatan untuk memenuhi kebutuhan sinyal akses internet dan kebutuhan alat elektronik seperti laptop dan *handphone android*.

Ketika tekanan stress terjadi pada diri individu maka tidak menutup kemungkinan akan muncul respon psikologis yang negatif yang diakibatkan oleh tekanan lingkungan sekitar yang menjadi sebab tidak bisa dikendalikan individu dan akan muncul seperti perasaan marah, gelisah, sedih, kebingungan hingga stress (Agus, 2020).

Keadaan tekanan stress sedang siswa pada umumnya akan menjadi pemarah dan tidak fokus, sehingga dapat mempengaruhi kapasitas dan arah latihan interaksi belajar yang diikuti siswa. Hasilnya adalah mahasiswa menjadi pusing, keterlambatan dalam menyelesaikan tugas dan mengalami gangguan tidur. Stress akademik sedang dalam jumlah besar dan terus-menerus juga dapat meningkatkan risiko penyakit bagi mahasiswa.

Pembelajaran jarak jauh menghabiskan kuota internet yang sangat sangat banyak. Hasil penelitian ini sesuai dengan teori bahwa proses belajar dan mengajar model daring membebani mahasiswa dari segi biaya dan mental.

Beberapa mahasiswa mengalami hal ini dikarenakan keterbatasan dana untuk membeli kuota internet. Kondisi tersebut diperparah dengan kondisi keuangan keluarga yang dalam beberapa kasus juga bermasalah akibat dari pandemi ini (Muslim, 2020).

KESIMPULAN DAN SARAN

Kesimpulan dalam penelitian ini adalah ada hubungan antara metode pembelajaran daring (*online*), dan kuota internet dengan tingkat stress mahasiswa Prodi Kesehatan Masyarakat Universitas Mandala Waluya.

Saran yang dikemukakan oleh penulis adalah diharapkan agar metode pembelajaran daring diharapkan dimodifikasi untuk mendukung dan mempermudah mahasiswa dalam proses perkuliahan. Materi yang lebih bervariasi dan menarik untuk meningkatkan minat mahasiswa dalam mengikuti perkuliahan.

UCAPAN TERIMA KASIH

Penulis mengucapkan terimakasih kepada Ketua Program Studi Sarjana Kesehatan Masyarakat, rektor Universitas Mandala Waluya yang telah memberikan izin penelitian, kepada dosen pembimbing dan penguji yang telah memberikan saran dan masukan kepada penulis selama proses penyusunan karya tulis ilmiah ini. Penulis juga mengucapkan termakasih kepada seluruh civitas akademika Universitas Mandala Waluya yang telah memberikan dukungan selama penulis melanjutkan studi. Serta ucapan terimakasih

yang mendalam kepada keluarga dan kerabat yang telah memberikan dukungan selama penulis melanjutkan studi.

DAFTAR PUSTAKA

- Ade Chita Putri Harahap, D. P. 2020. *Analisis Tingkat Stres Akademik Pada Mahasiswa Selama Pembelajaran Jarak Jauh Dimasa Covid-19*. Bibliocouns jurnal kajian konseling dan pendidikan.
- Agus Kusnayat, Agus Sofwan. 2020. "Komputer dan Internet: Media Percepatan Penguasaan Materi Perkuliahan". Vocational Education in IT Polytechnic To Meet The Industrial Requirement With Campus. Bandung.
- Agus Yudiawan, 2020, *Belajar Bersama Covid 19: Evaluasi Pembelajaran Daring Era Pandemi di Perguruan Tinggi Keagamaan Islam Negeri*, Papua Barat Vol.6, No.1, Juni 2020, h. 10~16 ISSN 2088-690X
- Ismail Akbar Brahma." *Penggunaan Zoom Sebagai Pembelajaran Berbasis Daring Dalam Mata Kuliah Sosiologi dan Antropologi Pada Mahasiswa PPKN di STKIP Kusumanegara Jakarta*". Jurnal Ilmu Pendidikan Nonformal. Mei 2020. Volume 06 No. 02. <http://ejurnal.pps.ung.ac.id/index.php/AKSARA/index>
- Kusnayat dkk, 2020, *Pengaruh Teknologi Pembelajaran Kuliah Daring Di Era Covid-19 Dan Dampaknya Terhadap Mental Mahasiswa: Jurnal Edukasi dan Teknologi Pembelajaran* Vol. 1 No. 2 Edisi Juni 2020. Program Pascasarjana UIN Sunan Gunung Djati Bandung Universitas Telkom Bandung, Indonesia
- Mujibul Hakim dan Aria Mulyapradana, 2020. *Pengaruh Penggunaan Media Daring dan Motivasi Belajar Terhadap Kepuasan Mahasiswa Pada Saat Pandemi Covid-19: Jurnal Sekretaria dan Manajemen* Vol. 4 No. 2 September 2020. ITS NU Pekalongan dan Politeknik Pusmanu
- Muslim, M. 2020. Moh. Muslim: *Manajemen Stress pada Masa Pandemi Covid-19* " 193. *Jurnal Manajemen Bisnis*, 23(2), 192-201.
- Notoatmodjo, 2017. *Pendidikan dan Perilaku Kesehatan*, Jakarta, PT. Rineka Cipta
- Satgas Covid-19 Sultra, 2020, *Data Covid 19 di Provinsi Sulawesi Tenggara*. Kendari
- World Health Organization. *Corona Virus Disease 2019 (Covid-19) Situation Report – 70 [Internet]. WHO; 2020 [update 2020 March 30; cited 2020 March 31] Available from: <https://www.who.int/dg/speeches/detail/who-director-generals-opening-remarks-at-the-media-briefing-0n-covid-19---11-march-2020>. Akses Januari 2020.*

Lampiran:

Tabel 1. Distribusi Responden Menurut Karakteristik Mahasiswa Prodi Kesehatan Masyarakat Universitas Mandala Waluya

Karakteristik Responden	n	%
Umur		
18-20 tahun	48	75
21-23 tahun	16	25
Jenis Kelamin		
Laki-laki	6	9,4
Perempuan	58	90,6
Jumlah	64	100

Sumber: Data Primer, 2022

Tabel 2. Distribusi Responden Menurut Tingkat Stres dan Metode Pembelajaran Daring, dan Kuota Internet Mahasiswa Prodi Kesehatan Masyarakat Universitas Mandala Waluya

Variabel	n	%
Tingkat Stres		
Ya	57	89,1
Tidak	7	10,9
Metode Pembelajaran Daring		
Tinggi	60	93,8
Rendah	4	6,2
Kuota Internet		
Cukup	57	89,1
Kurang	7	10,9
Jumlah	64	100

Sumber: Data Primer, 2022

Tabel 3 . Hubungan Metode Pembelajaran Daring dan Kuota Internet dengan Tingkat Stres Mahasiswa Prodi Kesehatan Masyarakat Universitas Mandala Waluya

Variabel Penelitian	Tingkat Stres				Jumlah		Hasil Uji Chi-Square
	Ya		Tidak		n	(%)	
	n	(%)	n	(%)	n	(%)	
Metode Pembelajaran Daring							
Tinggi	56	87,5	4	6,2	60	94	<i>p-value= 0,000</i> <i>α= 0,05</i>
Rendah	1	1,6	3	4,7	4	6,2	
Total	57	89,1	7	10,9	64	100,0	
Kuota Internet							
Cukup	55	86,0	2	3,1	57	89,1	<i>p-value= 0,000</i> <i>α= 0,05</i>
Kurang	2	3,1	5	7,8	7	10,9	
Total	57	89,0	7	10,9	64	100,0	

Sumber: Data Primer, 2022