

**SKRIPSI**  
**HUBUNGAN PEMBELAJARAN JARAK JAUH DENGAN KECEMASAN**  
**MAHASISWA ANGGOTA ORGANISASI SUMBA ( HIPMASBA ) DI**  
**YOGYAKARTA**

Disusun Sebagai Salah Satu Syarat Untuk Memperoleh  
Gelar Sarjana Kesehatan Masyarakat



**Di Susun Oleh :**

**ARIKHARD ANAMILA**

**KM.18.00585**

**PEMINATAN PROMOSI KESEHATAN**  
**PROGRAM STUDI KESEHATAN MASYARAKAT (S1)**  
**SEKOLAH TINGGI ILMU KESEHATAN WIRA HUSADA YOGYAKARTA**

**2022**


**LEMBAR PERSETUJUAN**  
**HUBUNGAN PEMBELAJARAN JARAK JAUH DENGAN KECEMASAN**  
**MAHASISWA ANGGOTA ORGANISASI SUMBA (HIPMASBA) DI**  
**YOGYAKARTA**

Diajukan Oleh:  
Arikhard Anamila  
KM.18.00585

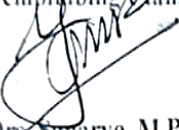
Telah Dipertahankan di depan Dewan Penguji  
Pada tanggal **26 Juli 2022**

**Susunan Dewan Penguji**

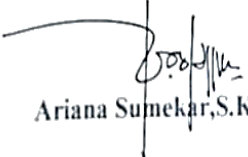
Ketua Dewan Penguji

  
Nur Anisah, S.Kep., Ns., M.Kep., Sp.Kj

Pembimbing Utama/Penguji I

  
Drs. Sunaryo, M.Pd

Pembimbing Pendamping/Penguji II

  
Ariana Sumekar, S.K.M., M.Sc

Skripsi ini telah diterima sebagai salah satu persyaratan untuk memperoleh gelar  
Sarjana Kesehatan Masyarakat  
Yogyakarta, .....Agustus, 2022

Ketua Program Studi Kesehatan Masyarakat (S1)



Dewi Ariyanti Wulandari, S.K.M., M.P.H

## PERNYATAAN KEASLIAN PENELITIAN

Yang bertanda tangan di Bawah ini,

Nama : Arikhard Anamila  
Nomor Induk Mahasiswa : KM.18.00585  
Program Studi : Ilmu Kesehatan Masyarakat  
Minat Studi : Promosi Kesehatan dan Ilmu Perilaku  
Angkatan : 2018/2022

Menyatakan bahwa saya tidak melakukan kegiatan plagiat dalam penyusunan skripsi dengan judul :

“Hubungan Pembelajaran Jarak Jauh Dengan Kecemasan Mahasiswa Anggota Organisasi Sumba ( Hipmasba ) Di Yogyakarta”

adalah hasil karya saya sendiri dan sepengetahuan saya belum pernah dipublikasikan di Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Wira Husada Yogyakarta maupun di institusi lain.

Demikian pernyataan ini saya buat dengan sesungguhnya. Apabila di kemudian hari ternyata apa yang saya nyatakan tidak benar maka saya siap menerima sanksi akademik berupa pembatalan kelulusan dan pencabutan ijazah beserta gelar yang melekat.

Mengetahui

Pembimbing Utama/Penguji I



Drs. Sunaryo, M.Pd

Yang Menyatakan



Arikhard Anamila

## KATA PENGANTAR

Puji dan syukur penulis panjatkan kepada Tuhan Yang Maha Esa yang telah melimpahkan Rahmat dan Karunia-Nya kepada penulis, sehingga penulis dapat menyelesaikan Penelitian dengan judul *“Hubungan Pembelajaran Jarak Jauh Dengan Kecemasan Mahasiswa Anggota Organisasi Sumba ( Hipmasba ) Di Yogyakarta”*.

Penelitian ini disusun dalam rangka menyelesaikan tugas akhir untuk memperoleh gelar Sarjana Kesehatan Masyarakat di Program Studi Kesehatan Masyarakat (S1) STIKES Wira Husada Yogyakarta.

Dalam proses penyelesaian penelitian ini banyak mendapatkan bantuan dari berbagai pihak, oleh sebab itu pada kesempatan ini peneliti menyampaikan ucapan terima kasih yang sebanyak- banyaknya kepada :

1. Dr. Dra. Ning Rintiswati, M.Kes selaku Ketua STIKES Wira Husada Yogyakarta.
2. Dewi Ariyani Wulandari, S.K.M., M.P.H., selaku Ketua Program studi Kesehatan Masyarakat (S1).
3. Drs. Sunaryo, M.Pd. selaku Pembimbing I yang telah banyak memberikan bimbingan dan arahan serta meluangkan waktu untuk berdiskusi hingga penelitian ini dapat terselesaikan.
4. Ariana Sumekar, S.K.M., M.Sc. selaku Pembimbing II yang telah banyak memberikan bimbingan dan arahan serta meluangkan waktu untuk berdiskusi hingga penelitian ini dapat terselesaikan.
5. Ketua Organisasi Sumba ( Hipmasba ) Di Yogyakarta yang telah memberikan ijin sebagai lokasi penelitian.
6. Teman-teman IKM (S1) yang telah saling memberi motivasi dan membantu terselesainya penelitian ini.
7. Orang Tua dan keluarga, yang telah mendukung saya selama ini, baik dukungan secara moral, finansial, ataupun melalui doa, terima kasih untuk dukungan yang saya dapatkan dari Orang Tua dan keluarga tercinta.

Penulis menyadari sepenuhnya masih banyak kekurangan dan kelemahan dalam penulisan ini, oleh karena itu kritik dan saran yang membangun untuk dijadikan sebagai bahan evaluasi.

Yogyakarta, Juli 2022

Penulis

**HUBUNGAN PEMBELAJARAN JARAK JAUH DENGAN  
KECEMASAN MAHASISWA ANGGOTA ORGANISASI SUMBA  
(HIPMASBA) DI YOGYAKARTA**

Arikhard Anamila<sup>1</sup>, Sunaryo<sup>2</sup>, Ariana Sumekar<sup>3</sup>

**INTISARI**

**Latar belakang:** Gangguan mental yang paling umum terjadi dengan angka prevalensi tinggi adalah gangguan kecemasan oleh karena itu perubahan metode pembelajaran inilah yang menjadi salah satu faktor yang memicu terjadinya perubahan psikologis pada mahasiswa yang salah satunya adalah kecemasan. Model pembelajaran ini memanfaatkan teknologi terutama dalam membantu dosen dan mahasiswa terutama pada pengelolaan kegiatan pembelajaran jarak jauh.

**Tujuan penelitian:** Mengetahui Hubungan Pembelajaran Jarak Jauh Dengan Kecemasan Mahasiswa Anggota Organisasi Sumba ( Hipmasba ) Di Yogyakarta.

**Metode penelitian:** Penelitian ini menggunakan metode analitik korelasi dengan rancangan *Non-Eksperimental*. Sampel dalam penelitian ini adalah 60 Mahasiswa Anggota Organisasi Sumba ( Hipmasba ) Di Yogyakarta. Teknik yang digunakan dalam pengambilan sampel adalah menggunakan dua teknik yaitu: *purposive sampling*, *Dan proportionate stratified random sampling*, dengan jumlah 60 mahasiswa. Alat pengumpulan data menggunakan kuesioner dan analisa data menggunakan *uji chi-square*.

**Hasil:** Berdasarkan hasil penelitian dari nilai analisis bivariat dengan rumus uji korelasi Chi-Square adalah  $p\text{-value}=0,139 > 0,05$ . Hal ini menunjukkan tidak ada hubungan yang signifikan Hubungan Pembelajaran Jarak Jauh Dengan Kecemasan Mahasiswa Anggota Organisasi Sumba ( Hipmasba ) Di Yogyakarta.

**Kesimpulan:** Tidak ada Hubungan Pembelajaran Jarak Jauh Dengan Kecemasan Mahasiswa Anggota Organisasi Sumba ( Hipmasba ) Di Yogyakarta.

**Kata kunci:** Pembelajaran jarak Jauh, Kecemasan, Mahasiswa.

<sup>1</sup>Mahasiswa Prodi Kesehatan Masyarakat (S1) STIKES Wira Husada Yogyakarta

<sup>2</sup>Dosen STIKES Wira Husada Yogyakarta

<sup>3</sup>Dosen STIKES Wira Husada Yogyakarta

**THE RELATIONSHIP OF DISTANCE LEARNING WITH  
STUDENTS' ANXIETY MEMBERS OF THE ORGANIZATION OF  
SUBBA (HIPMASBA) IN YOGYAKARTA**

Arikhard Anamila<sup>1</sup>, Sunaryo<sup>2</sup>, Ariana Sumekar<sup>3</sup>

**ABSTRACT**

**Background:** The most common mental disorder with a high prevalence rate is anxiety disorder. Therefore, this change in learning methods is one of the factors that trigger psychological changes in students, one of which is anxiety. This learning model utilizes technology, especially in helping lecturers and students. students, especially in the management of distance learning activities.

**The purpose of the study:** to determine the relationship between distance learning and the anxiety of members of the Sumba Organization (Hipmasba) in Yogyakarta.

**Research method:** This research uses correlation analytic method with non-experimental design. The sample in this study were 60 Student Members of the Sumba Organization (Hipmasba) in Yogyakarta. The technique used in sampling is using two techniques, namely: purposive sampling, and proportionate stratified random sampling, with a total of 60 students. Data collection tools using a questionnaire and data analysis using the chi-square test.

**Results:** Based on the results of the study, the value of bivariate analysis with the Chi-Square correlation test formula was  $p\text{-value} = 0.139 > 0.05$ . This shows that there is no significant relationship The Relationship between Distance Learning and Anxiety in Students of the Sumba Organization (Hipmasba) in Yogyakarta..

**Conclusion:** There is no Relationship between Distance Learning and Anxiety of Student Members of the Sumba Organization (Hipmasba) in Yogyakarta.

**Keywords:** Distance Learning, Anxiety, Students.

1Student of Public Health Study Program (S1) STIKES Wira Husada Yogyakarta

2 Lecturer of STIKES Wira Husada Yogyakarta

3 Lecturer of STIKES Wira Husada Yogyakarta

## DAFTAR ISI

Halaman

COVER DEPAN .....	i
LEMBAR PERSETUJUAN .....	ii
PERNYATAAN KEASLIAN PENELITIAN.....	iii
KATA PENGANTAR .....	iv
INTISARI.....	vi
ABSTRACT .....	vii
DAFTAR ISI .....	viii
DAFTAR TABEL .....	x
DAFTAR GAMBAR .....	xi
DAFTAR LAMPIRAN.....	xii
BAB I PENDAHULUAN .....	1
A. Latar Belakang .....	1
B. Rumusan masalah.....	5
C. Tujuan penelitian.....	5
D. Manfaat peneltian.....	6
E. Keaslian penelitian .....	6
BAB II TINJAUAN PUSTAKA .....	9
A. Tinjauan Teori.....	9
1. Belajar dan pembelajaran jarak jauh.....	9
2. Kecemasan .....	19
3. Mahasiswa.....	28
B. Kerangka Teori .....	31
C. Kerangka Konsep.....	32
D. Hipotesis .....	32



BAB III METODE PENELITIAN .....	33
A. Jenis Dan Rancangan Penelitian .....	33
B. Waktu dan tempat penelitian .....	33
C. Populasi dan sampel .....	33
D. Variabel penelitian .....	35
E. Definisi Operasional.....	36
F. Alat Penelitian.....	36
G. Uji Validitas dan Reliabilitas .....	37
H. Pelaksanaan penelitian .....	38
I. Analisis data.....	39
J. Etika penilitian .....	41
BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN .....	43
A. HASIL PENELITIAN .....	43
B. Pembahasan .....	47
BAB V KESIMPULAN DAN SARAN.....	58
A. KESIMPULAN .....	58
B. SARAN.....	58
DAFTAR PUSTAKA .....	59
LAMPIRAN .....	64

## DAFTAR TABEL

	Halaman
Tabel 3. 1 Definisi Operasional .....	36
Tabel 3. 2 Kisi-Kisi kuesioner variabel pembelajaran jarak jauh dengan kecemasan.....	37
Tabel 3. 3 Distribusi Frekuensi Berdasarkan Umur .....	44
Tabel 3. 4 Distribusi Frekuensi Berdasarkan Jenis Kelamin .....	44
Tabel 3. 5 Distribusi Frekuensi Berdasarkan Tahun angkatan Mahasiswa .....	45
Tabel 3. 6 Distribusi Pembelajaran Jarak Jauh .....	45
Tabel 3. 7 Distribusi Kecemasan .....	46
Tabel 3. 8 Hubungan Pembelajaran Jarak Jauh Dengan Kecemasan.....	46

## DAFTAR GAMBAR

	Halaman
Gambar 2. 1 Kerangka Teori Sumber (Sunaryo, 2015).....	31
Gambar 2. 2 Kerangka Teori Sumber (Sunaryo, 2015).....	32

## DAFTAR LAMPIRAN

	Halaman
Lampiran. 1 lembar penjelasan .....	65
Lampiran. 2 Lembar Persetujuan Menjadi Responden .....	67
Lampiran. 3 Surat Permohonan Menjadi Responden.....	68
Lampiran. 4 Surat Persetujuan Menjadi Responden .....	69
Lampiran. 5 Keusioner .....	70
Lampiran. 6 Hasil Olah Data .....	74
Lampiran. 7 Surat kelaikan etik .....	77
Lampiran. 8 surat ijin penelitian .....	78
Lampiran. 9 Jadwal pelaksanaa penelitian .....	79
Lampiran. 10 Rekapitulasi data penelitian .....	80

# **BAB I**

## **PENDAHULUAN**

### **A. Latar Belakang**

Pembelajaran daring atau pembelajaran jarak jauh adalah kegiatan pembelajaran dengan memanfaatkan jaringan *internet*, *local area network* sebagai metode berinteraksi dalam pembelajaran seperti penyampaian materi (Mustofa., 2019). Pembelajaran daring dapat dilakukan dengan fasilitas komputer, laptop maupun *smartphone* yang dihubungkan dengan jaringan internet. Dengan adanya fasilitas tersebut dosen dan mahasiswa dapat melakukan pembelajaran bersama di waktu yang sama menggunakan *platform* seperti *whatsApp*, *telegram*, *zoom*, *meets*, *google classroom* (Fitriah, 2020).

Pemerintah Indonesia juga menghimbau pelajar dan mahasiswa untuk belajar dari rumah dengan menggunakan sistem online berdasarkan Surat Edaran No. 4 Tahun 2020 yang telah ditandatangani oleh Menteri Pendidikan dan Kebudayaan (Mendikbud RI, 2020). Perubahan metode pembelajaran selama daring yaitu mahasiswa dituntut untuk melaksanakan pembelajaran jarak jauh menggunakan sistem daring secara menyeluruh, mulai dari penyampaian materi oleh dosen, pengerjaan dan pengumpulan tugas, bahkan sampai pada pelaksanaan praktikum itu sendiri (Nurcita & Susantiningsih, 2020).

Berawal dari kuliah daring, atau pembelajaran jarak jauh kita dapat melihat bagaimana dampak yang ditimbulkan terhadap para mahasiswa melalui kuliah daring tersebut, terutama pada mahasiswa baru. Pembelajaran daring atau jarak jauh pada awalnya ditanggapi positif oleh beberapa mahasiswa tetapi dengan berjalannya proses pembelajaran, mahasiswa mengalami beberapa kesulitan. Kesulitan tersebut antara lain sinyal yang kurang mendukung, sebagian mahasiswa kekurangan kuota, banyak gangguan ketika belajar di rumah, mahasiswa merasa kurang fokus belajar tanpa adanya

interaksi langsung dengan dosen maupun mahasiswa lain, materi yang disampaikan sulit dipahami, kurangnya kesiapan dosen dalam menyiapkan materi (Gunadha & Rahmayunita, 2020; Utami et al., 2020). Tugas yang banyak dengan deadline waktu yang singkat juga menjadikan kendala tersendiri dalam pembelajaran online (Kompas, 2020). Beban pembelajaran daring/tugas pembelajaran yang berlebih, waktu mengerjakan yang singkat mengakibatkan kesehatan mental pada peserta mahasiswa (Ph et al., 2020).

Adapun kelebihan dalam melakukan pembelajaran jarak jauh, salah satunya adalah meningkatkan kadar interaksi antara mahasiswa dengan dosen/guru, pembelajaran dapat dilakukan dimana dan kapan saja (*time and place flexibility*), Menjangkau peserta didik (mahasiswa) dalam cakupan yang luas (*potential to reach a global audience*), dan mempermudah penyempurnaan dan penyimpanan materi pembelajaran (*easy updating of content as well as archivable capabilities*) (Siahaan, 2002 dalam (Waryanto, 2006)). Model pembelajaran ini memanfaatkan teknologi terutama dalam membantu dosen dan mahasiswa terutama pada pengelolaan kegiatan pembelajaran (Basori, 2017). Keuntungan penggunaan pembelajaran online adalah pembelajaran bersifat mandiri dan interaktivitas yang tinggi, mampu meningkatkan tingkat ingatan, memberikan lebih banyak pengalaman belajar, dengan teks, audio, video dan animasi yang semuanya digunakan untuk menyampaikan informasi, dan juga memberikan kemudahan menyampaikan, memperbarui isi, mengunduh, para siswa juga bisa mengirim email kepada siswa lain, mengirim komentar pada forum diskusi, memakai ruang chat, hingga link *video conference* untuk berkomunikasi langsung (Arnesti & Hamid, 2015).

Kecemasan merupakan gangguan mental emosional dengan prevalensi kejadian paling tinggi. Menurut *World Health Organization* (WHO) gangguan mental yang paling umum terjadi dengan angka prevalensi tinggi adalah gangguan kecemasan dan depresi, dimana terdapat lebih dari 200 juta orang (3,6% dari populasi) di seluruh dunia yang menderita gangguan kecemasan

(WHO, 2017). Berdasarkan data Riskesdas 2018 menunjukkan bahwa di Indonesia prevalensi gangguan mental emosional dengan gejala kecemasan dan depresi pada usia 15 tahun ke atas mengalami peningkatan dari 6% pada tahun 2013 menjadi 9,8% pada tahun 2018. Sulawesi Selatan juga mengalami peningkatan prevalensi gangguan mental emosional seperti kecemasan dan depresi dari 9% pada tahun 2013 menjadi 12,8% pada tahun 2018 (Kemenkes, 2018). Perubahan metode pembelajaran inilah yang menjadi salah satu faktor yang memicu terjadinya perubahan psikologis pada mahasiswa salah satunya adalah kecemasan. menyebabkan stres dan dapat mengganggu aktivitas sehari-hari. Jika kecemasan yang dialami mahasiswa tidak segera ditangani maka kemungkinan besar akan menyebabkan masalah psikologis yang lebih serius, seperti depresi (Hasanah et al., 2020). Kecemasan berkepanjangan yang dirasakan oleh mahasiswa ini juga akan berdampak negatif karena mahasiswa tersebut akan mengalami tekanan psikologis yang akan membuat prestasi belajar mahasiswa menjadi lebih buruk dan mahasiswa akan lebih banyak untuk menghindari dari tugas. Hal ini dikarenakan menurunnya rentang perhatian, konsentrasi, dan daya ingat mahasiswa (Situmorang, 2017).

Himpunan Mahasiswa Sumba Barat (Hipmasba) Yogyakarta merupakan salah satu perkumpulan kekeluargaan yang peduli akan eratnya tali persaudaraan antar mahasiswa/i Sumba Barat khususnya dan Sumba umumnya di Yogyakarta. Hal tersebut itu pula yang menjadi dasar utama sehingga Hipmasba di bentuk agar lebih dikenal sebagai sebuah Komunitas yang berasaskan prinsip kekeluargaan dan persaudaraan sebagai sesama mahasiswa/i Sumba Barat yang sedang kuliah di Yogyakarta. Hipmasba dapat menjadi wadah bagi mahasiswa/i Sumba Barat untuk berkumpul, saling mengenal, membuka diri, saling membantu, berbagi cerita dan curahan hati.

Berbagai karakter bersatu, menyadari bahwa kebersamaan dalam hubungan kekeluargaan dan persaudaraan itu sangatlah penting untuk menjalin hubungan yang erat terutama bagi Mahasiswa/i yang jauh dari tanah Sumba

tercinta. Perlu kami beritahukan bahwa hingga saat ini jumlah anggota mahasiswa Hipmasba berkisar 100-150 orang yang telah terdaftar. Anggota Hipmasba adalah mahasiswa Sumba Barat secara khusus yang kuliah di Yogyakarta.

Berdasarkan studi pendahuluan yang telah dilakukan pada tanggal 11-12 Desember 2020 pada 10 mahasiswa Anggota Organisasi Sumba (Hipmasba) Di Yogyakarta. Bahwa diketahui 3 mahasiswa mengeluh kecemasan karena tugas kuliah yang menumpuk 30% sehingga mahasiswa tidak ada waktu cukup untuk istirahat, sering mengalami sakit kepala, dan nafsu makan menurun, selain itu juga yang takut indeks prestasi turun ada pembagian tugas kelompok tapi teman kelompok ada yang tidak kompak ada pun yang mengalami masalah pribadi, ada 2 (20%) mahasiswa yang mengatakan ketika mereka melakukan perkuliahan daring banyak kendala dan masalah yang mereka temui sehingga bisa berpengaruh pada pola pikir seperti kurang konsentrasi dalam mengikuti kuliah online atau daring dan berakibatkan mereka mengalami kecemasan dan sulit untuk berpikir untuk menjawab ketika dosen bertanya karena mereka mengalami cenderung kesehatan jasmani dan rohani tidak seimbang lagi dan daya ingat menurun sehingga bisa menyebabkan cemas, dan depresi. Sementara 5 (50%) mahasiswa mengatakan cenderung mengalami kecemasan karena tugas akademik yang diberikan kepada mahasiswa terlalu banyak sehingga menimbulkan kecemasan karena individu cenderung akan merasa tidak mampu menyelesaikannya sehingga sangat berpengaruh pada proses pembelajaran daring. Alasan dipilihnya mahasiswa anggota organisasi sumba ( hipmasba ) di yogyakarta dikarenakan banyaknya mahasiawa baru yang baru mengenal dunia kampus yang selama ini pembelajaran di lakukan secara jarak jauh atau daring sehingga banyak mahasiswa baru susah untuk menyesuaikan diri dan juga belum bisa mengendalikan kecemasan mahasiswa yang ada pada diri sendiri dan terdapat beberapa kendala yang dialami mahasiswa dari beberapa fakultas yang bergabung dalam organisasi sumba Hipmasba dalam menjalani



pembelajaran daring, diantaranya adalah gangguan jaringan internet, terdapat kesulitan dalam memenuhi kebutuhan kuota dan internet, kesulitan memahami materi, serta kesulitan fokus pada saat kuliah daring berlangsung (Pattaah, 2020).

Hal tersebut didukung dengan penelitian yang telah dilakukan bahwa internet yang tidak stabil, kesulitan mengerjakan tugas, kesulitan membeli kuota internet, dan kurang memahami materi merupakan faktor-faktor pencetus/pemicu kecemasan dalam menjalani pembelajaran daring (Oktawirawan, 2020).

Pat Walker Health Center (2020) juga menyebutkan bahwa cara yang dapat dilakukan untuk mengurangi gejala kecemasan akibat pembelajaran jarak jauh/daring ini yaitu dengan melakukan perawatan diri. Perawatan diri mencakup berbagai cara untuk menjaga diri secara fisik, emosional dan mental. Beberapa jenis perawatan diri yang direkomendasikan untuk semua orang yaitu tidur yang nyenyak, melakukan aktivitas fisik, dan memenuhi kebutuhan nutrisi konseling atau bantuan terkait kesehatan mental lain dari psikolog/psikiater.

## **B. Rumusan masalah**

Apakah Ada Hubungan Pembelajaran Jarak Jauh Dengan Kecemasan Mahasiswa anggota Organisasi Sumba ( Hipmasba ) Di Yogyakarta?

## **C. Tujuan penelitian**

### **1. Tujuan Umum**

Untuk mengetahui Hubungan pembelajaran Jarak Jauh Dengan Kecemasan Mahasiswa Anggota Organisasi Sumba ( Hipmasba ) Di Yogyakarta.

### **2. Tujuan Khusus**

a. Untuk mengetahui gambaran pembelajaran jarak jauh pada Mahasiswa Organisasi Sumba ( Hipmasba ) Di Yogyakarta.

- b. Untuk mengetahui tingkat kecemasan mahasiswa pada saat mengikuti pembelajaran online/ daring pada Mahasiswa Organisasi Sumba (Hipmasba) Di Yogyakarta.

#### **D. Manfaat penelitian**

Penelitian ini diharapkan dapat bermanfaat, antara lain :

1. Bagi Organisasi Sumba ( Hipmasba ) Di Yogyakarta  
Di harapkan bagi Organisasi Sumba ( Hipmasba ) dapat menambah sumber bacaan dan informasi terkait pembelajaran jarak jauh agar bisa meningkatkan kualitas pembelajaran di Organisasi Sumba ( Hipmasba ) Di Yogyakarta.
2. Bagi STIKES Wira Husada Yogyakarta  
Hasil penelitian ini diharapkan dapat menambah referensi kepustakaan terkait ilmu kesehatan masyarakat khususnya dibidang organisasi yang berhubungan dengan Hubungan Pembelajaran Jarak Jauh Dengan Kecemasan Mahasiswa Organisasi Sumba ( Hipmasba ) Di Yogyakarta.
3. Bagi peneliti selanjutnya  
Sebagai pengembangan diri dan menambah wawasan peneliti sehingga dapat dimanfaatkan sebagai acuan terhadap Pembelajaran Jarak Jauh Dengan Kecemasan Pada Mahasiswa Organisasi.

#### **E. Keaslian penelitian**

1. Studi eksploratif dampak pandemi covid-19 terhadap proses pembelajaran online di Sekolah Dasar yang dilakukan oleh Purwanto Agus (dkk) 2020. Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengidentifikasi mendapatkan informasi kendala proses belajar mengajar secara online di rumah akibat dari adanya pandemi COVID-19. Penelitian menggunakan metode studi kasus eksplorasi dan pendekatan penelitiannya menggunakan metode studi kasus kualitatif yang digunakan untuk mendapatkan informasi kendala dan akibat dari pandemi COVID-19 terhadap kegiatan proses belajar mengajar

di sekolah dasar. Dalam penelitian ini, responden sebanyak 6 orang guru dan orang tua murid di sebuah sekolah dasar di Tangerang. Untuk tujuan kerahasiaan, responden diberi inisial R1, R2, R3, R4, R5 dan R6. Wawancara semi-terstruktur dilakukan dan daftar pertanyaan disusun untuk wawancara dikembangkan berdasarkan literatur terkait. Hasil dari penelitian ini yaitu terdapat beberapa kendala yang dialami oleh murid, guru dan orang tua dalam kegiatan belajar mengajar online yaitu penguasaan teknologi masih kurang, penambahan biaya kuota internet, adanya pekerjaan tambahan bagi orang tua dalam mendampingi anak belajar, komunikasi dan sosialisasi antar siswa, guru dan orang tua menjadi berkurang dan Jam kerja yang menjadi tidak terbatas bagi guru karena harus berkomunikasi dan berkoordinasi dengan orang tua, guru lain, dan kepala sekolah.

2. Hubungan pembelajaran jarak jauh dan gangguan somatofrom dan tingkat kecemasan mahasiswa UIN Syarif Hidayatullah Jakarta Putry Rizky Maharani (dkk)2 020. Bertujuan Penelitian dilaksanakan untuk mengetahui hubungan PJJ dan gejala gangguan somatofrom terhadap tingkat stres pada mahasiswa UIN Syarif Hidayatullah Jakarta pada masa awal pandemi COVID-19. Metode Penelitian ini adalah observasional analitik dengan pendekatan kuantitatif, desain studi cross sectional. Responden adalah 470 mahasiswa aktif Strata 1 UIN Syarif Hidayatullah Jakarta. Data diperoleh dengan penyebaran kuesioner secara online pada bulan April hingga Mei 2020. Analisis multivariat dilakukan dengan menggunakan uji regresi logistik ganda. Hasil Frekuensi pelaksanaan PJJ memiliki hubungan signifikan dengan tingkat stres responden. Hasil analisis multivariat menunjukkan bahwa mahasiswa yang telah melaksanakan PJJ  $\geq 12$  kali cenderung memiliki stres tingkat rendah dibandingkan dengan mahasiswa dengan frekuensi PJJ  $< 12$  (nilai  $p = 0,039$ ). Gejala gangguan somatofrom tidak memiliki pengaruh signifikan terhadap tingkat stres mahasiswa dalam

melaksanakan PJJ (nilai  $p=0,228$ ). Persamaan dari penelitian yang saya akan teliti adalah sama-sama meneliti pembelajaran jarak jauh dan tingkat kecemasan mahasiswa, perbedaan penelitian ini adalah waktu, jumlah sampel, tahun.

3. Banyak terjadi perubahan setelah pandemi Covid-19 melanda Indonesia. Dunia pendidikan, khususnya perguruan tinggi juga mengalami perubahan. Berbagai perubahan memunculkan ketidak pastian. Ketidak pastian ini akan berdampak pada kecemasan mahasiswa. Penting untuk melihat kecemasan mahasiswa selama pandemi Covid-19. Tujuan penelitian ini adalah melihat gambaran tingkat kecemasan mahasiswa dan mengidentifikasi hal – hal yang menimbulkan kecemasan pada mahasiswa. Hasil penelitian menunjukkan bahwa secara hipotetik 74,8% mahasiswa mengalami kecemasan rendah, 20,7% mahasiswa memiliki kecemasan sedang, dan 4,5% mahasiswa memiliki kecemasan yang tinggi. Secara empirik sebagian besar subjek penelitian memiliki kecemasan sedang; persentase mahasiswa yang memiliki kecemasan tinggi lebih besar daripada yang memiliki kecemasan rendah. Hasil lain menunjukkan kuliah daring (online) dan relasi pertemanan adalah dua hal yang paling sering ditulis mahasiswa menimbulkan kecemasan.

## **BAB V**

### **KESIMPULAN DAN SARAN**

#### **A. KESIMPULAN**

1. Pembelajaran Jarak Jauh Pada Mahasiswa Anggota Organisasi Sumba ( Hipmasba ) Di Yogyakarta pada kategori Efektif ada 36 orang sebanyak 60%, sedangkan Tidak Efektif ada 24 orang 40% .
2. Kecemasan Mahasiswa Anggota Organisasi Sumba ( Hipmasba ) Di Yogyakarta pada kategori ringan ada 28 Orang sebanyak 46,6%, sedangkan kategori berat ada 32 orang sebanyak 53,4%.
3. Tidak ada hubungan yang positif antara pembelajaran jarak jauh dengan kecemasan mahasiswa dengan nilai signifikansi sebesar 0,139 p(<0,05).

#### **B. SARAN**

1. Bagi Mahasiswa Anggota Organisasi Sumba (Hipmasba) Di Yogyakarta diharapkan setiap anggota Hipmasba dapat meningkatkan atau memberikan informasi dan manfaat tentang pengetahuan pembelajaran yang lebih baik dan menarik.
2. Bagi peneliti selanjutnya  
Meneliti lebih dalam terkait faktor yang berhubungan dengan Kecemasan Mahasiswa Anggota Organisasi Sumba (Hipmasba) Di Yogyakarta.
3. Bagi STIKES Wira Husada  
Diharapkan skripsi ini dapat digunakan sebagai bahan pertimbangan dalam acuan penyusunan skripsi selanjutnya bagi mahasiswa STIKES Wira Husada Yogyakarta.

## DAFTAR PUSTAKA

- Arizona, Kurniawan, Zainal Abidin, and Rumansyah Rumansyah. 2020. "Pembelajaran Online Berbasis Proyek Salah Satu Solusi Kegiatan Belajar Mengajar Di Tengah Pandemi Covid-19." *Jurnal Ilmiah Profesi Pendidikan* 5(1): 64–70.
- Arnesti, Novita, and Abdul Hamid. 2015. "Penggunaan Media Pembelajaran Online – Offline Dan Komunikasi Interpersonal Terhadap Hasil Belajar Bahasa Inggris." *Jurnal Teknologi Informasi & Komunikasi Dalam Pendidikan* 2(1).
- Basori, Basori. 2017. "Efektifitas Komunikasi Pembelajaran Online Dengan Menggunakan Media E-Learning Pada Perkuliahan Body Otomotif." *Jurnal Ilmiah Pendidikan Teknik dan Kejuruan* 7(2): 39–45.
- Budiastuti A. 2021. "Pembelajaran Daring: Depresi Dan Kecemasan Pada Mahasiswa Selama Pandemi COVID-19." *Kjkm* 3(1): 2. <https://www.ejournal.lppmunidayan.ac.id/index.php/kesmas/article/view/356>.
- Emeralda, Gina Nadya, and Ika Febrian Kristiana. 2017. "Hubungan Antara Dukungan Sosial Orang Tua Sekolah Menengah Pertama." *Empati* 7(3): 154–59. <https://www.neliti.com/id/publications/178064/hubungan-antara-dukungan-sosial-orang-tua-dengan-motivasi-belajar-pada-siswa-sek>.
- Fauziyyah, Rifa, Rinka Citra Awinda, and Besral Besral. 2021. "Dampak Pembelajaran Jarak Jauh Terhadap Tingkat Stres Dan Kecemasan Mahasiswa Selama Pandemi COVID-19." *Jurnal Biostatistik, Kependudukan, dan Informatika Kesehatan* 1(2): 113.
- Goleman et al., 2019. 2019. "Refleksi Kecemasan Dalam Final Destination 3 Karya James Wong." *Journal of Chemical Information and Modeling* 53(9): 1689–99.
- Hartanto, Wiwin. 2016. "Penggunaan E-Learning Sebagai Media Pembelajaran." *Jurnal Pendidikan Ekonomi* 10(1): 1–18.
- Ikhtiarini, Ratih Ayu, and Abdul Wakhid. 2021. "Gambaran Tingkat Kecemasan Proses Pembelajaran Daring Pada Siswa Sekolah Dasar Selama Pandemi Covid-19." *Jurnal Ilmu Keperawatan Jiwa* 4(4): 879–88.
- Livia Prajogo, Stefany, and Ananta Yudiarso. 2021. "Metaanalisis Efektivitas Acceptance and Commitment Therapy Untuk Menangani Gangguan Kecemasan Umum." *Psikologika: Jurnal Pemikiran dan Penelitian Psikologi* 26(1): 85–100.

- Maiti, and Bidinger. 2020. "Perbedaan Tingkat Kecemasan Antara Mahasiswa Laki-Laki Dan Perempuan Terdampak Pandemi Covid 19." *Journal of Chemical Information and Modeling* 53(9): 1689–99.
- Musradinur. 2016. "Stres Dan Cara Mengatasinya Dalam Perspektif Psikologi." *JURNAL EDUKASI: Jurnal Bimbingan Konseling* 2(2): 183.
- Malfasari, Eka, Yeni Devita, Fitry Erlin, and Filer Filer. 2019. "Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Kecemasan Mahasiswa Dalam Menyelesaikan Tugas Akhir Di Stikes Payung Negeri Pekanbaru." *Jurnal Ners Indonesia* 9(1): 124.
- MAULIDINA, FIRDA. 2020. "Pembelajaran Jarak Jauh Di Era Pandemi Covid19: Studi Kasus Terhadap Pembelajaran Pai Di Kelas Viii Smpn 3 Kota Tangerang Selatan." : 1–151.
- Moesarofah. 2021. "Kecemasan Pembelajaran Jarak Jauh Ditinjau Dari Pendekatan Psikologi Positif." *Prosiding Seminar Nasional dan Call For Paper*: 165–71.
- Mustofa, Mokhamad Ikli, Muhammad Chodzirin, Lina Sayekti, and Roman Fauzan. 2019. "Formulasi Model Perkuliahan Daring Sebagai Upaya Menekan Disparitas Kualitas Perguruan Tinggi." *Walisongo Journal of Information Technology* 1(2): 151.
- Nasional, Undang-undang Sistem Pendidikan. 1982. "Introduction and Aim of the Study." *Acta Pædiatrica* 71: 6–6.
- NurCita, Boenga, and Tiwuk Susantiningsih. 2020. "Dampak Pembelajaran Jarak Jauh Dan Physical Distancing Pada Tingkat Kecemasan Mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Pembangunan Nasional 'Veteran' Jakarta." *Journal of Borneo Holistic Health* 3(1): 58–68.
- Oktawirawan, Dwi Hardani. 2020. "Faktor Pemicu Kecemasan Siswa Dalam Melakukan Pembelajaran Daring Di Masa Pandemi Covid-19." *Jurnal Ilmiah Universitas Batanghari Jambi* 20(2): 541.
- Pawicara, Ruci, and Maharani Conilie. 2020. "Analisis Pembelajaran Daring Terhadap Kejenuhan Belajar Mahasiswa Tadris Biologi IAIN Jember Di Tengah Pandemi Covid-19." *ALVEOLI: Jurnal Pendidikan Biologi* 1(1): 29–38.
- Permatasari, Indah, Ririn Isma Sundari, and Arni Nur Rahmawati. 2018. "Hubungan Kecemasan Dan Beban Keluarga Dengan Kemampuan Anggota Keluarga Merawat Pasien Perilaku Kekerasan Di Rumah Sakit Jiwa Prof. Dr. Soerojo

- Magelang.” *Jurnal Ilmu Keperawatan Komunitas* 1(2): 25.
- Purnamasari, Indah. 2019. “Hubungan Persepsi Mahasiswa Keperawatan Dengan Kecemasan Selama Mengikuti Pembelajaran Klinik Di Rumah Sakit.” *Jurnal Keperawatan Widya Gantari Indonesia* 1: 130–35.
- Purwanto, Agus et al. 2020. “Studi Eksploratif Dampak Pandemi COVID-19 Terhadap Proses Pembelajaran Online Di Sekolah Dasar.” *EduPsyCouns: Journal of Education, Psychology and Counseling* 2(1): 1–12. <https://ummaspul.e-journal.id/Edupsyscouns/article/view/397>.
- Riyana, Cepi. 2015. “Konsep Pembelajaran Online.” *Modul Pembelajaran Universitas Terbuka Tangerang Selatan*: 1–43.
- Ruskandi, Joseph Henokh. 2021. “Kecemasan Remaja Pada Masa Pandemi Covid-19.” *Jurnal Penelitian Perawat Profesional* 3(3): 483–92.
- Saleh, Umniyah. 2019. “Anxiety Disorder (Memahami Gangguan Kecemasan: Jenis-Jenis, Gejala, Perspektif Teoritis Dan Penanganan).” *Kesehatan*: 1–58.
- Sari, Dewi Ratna, and Fairuza Amrozi. 2020. “Analisis Efektivitas Pembelajaran Jarak Jauh (PJJ) Di Politeknik Penerbangan Surabaya (Studi Kasus Saat Terjadi Wabah Covid-19).” *Jurnal Penelitian Politeknik Penerbangan Surabaya* 5(2): 1–10.
- Sari, Melani Kartika. 2020. “Tingkat Stres Mahasiswa S1 Keperawatan Tingkat.” *Jurnal Ilmiah Pamenang* 19(April): 30–34.
- Slameto. 2017. “Pengaruh Minat Belajar Terhadap Prestasi Belajar Bidang Studi Ekonomi Siswa MA Al Fattah Sumbermulyo.” *Jurnal Ilmiah Pendidikan dan Ekonomi* 1(1): 21–36. <http://journal.stkipnurulhuda.ac.id/index.php/utility>.
- Solihin, Rahmat, Muhammad Tamsil Muin, and Muhammad Iqbal. 2021. “Analisis Efektivitas Pembelajaran Jarak Jauh Pada Mahasiswa Pgmi Stai Asy-Syukriyyah Tangerang.” *Jurnal Asy-Syukriyyah* 22(1): 52–59.
- Sugiyono. 2018. “Sugiyono Metode Penelitian Kuantitatif Kualitatif.” *Metode Penelitian Kuantitatif Kualitatif*: 6.
- Supradono, Bambang. 2009. “Perancangan Pengembangan Komprehensif Sistem Pembelajaran Jarak Jauh (Distance Learning) Di Institusi Perguruan Tinggi Yang Berbasis E-Learning.” *Media ElektriKa* 2(2): 31–36. <http://jurnal.unimus.ac.id/index.php/ME/article/view/485/534>.



- Suratmi, Rukman Abdullah, and M Taufik. 2017. "Hubungan Antara Tingkat Kecemasan Dengan Hasil Belajar Mahasiswa Di Program Studi Pendidikan Biologi Untirta." *Jurnal Pembelajaran Biologi* 4(1): 1,11,15.
- Susanto, Shendy, and Ade Geovania Azwar. 2020. "ANALISIS TINGKAT KELELAHAN PEMBELAJARAN DARING DALAM MASA COVID-19 DARI ASPEK BEBAN KERJA MENTAL (Studi Kasus Pada Mahasiswa Universitas Sangga Buana)." *Techno-Socio Ekonomika* 13(2): 102.
- Tauhid, Rachmatia. 2020. "Dasar-Dasar Teori Pembelajaran." *Pendas : Jurnal Ilmiah Pendidikan Dasar* 1(2): 32–38.  
<http://jurnal.stkipkieraha.ac.id/index.php/pendas/article/view/109>.
- Thahir, Andi, and Dede Rizkiyani. 2017. "Pengaruh Konseling Rational Emotif Behavioral Therapy (REBT) Dalam Mengurangi Kecemasan Peserta Didik Kelas VIII SMP Gajah Mada Bandar Lampung." *KONSELI : Jurnal Bimbingan dan Konseling (E-Journal)* 3(2): 197–206.
- Tirajoh, Carissa V, Herdy Munayang, and Bernabas H R Kairupan. 2021. "Dampak Pembelajaran Jarak Jauh Terhadap Kecemasan Orang Tua Murid Di Masa Pandemi Covid-19." *Jurnal Biomedik : Jbm* 13(1): 49–57.
- Utami, Sri, Anna Rufaidah, and Afiatin Nisa. 2020. "Kontribusi Self-Efficacy Terhadap Stres Akademik Mahasiswa Selama Pandemi Covid-19 Periode April-Mei 2020." *TERAPUTIK: Jurnal Bimbingan dan Konseling* 4(1): 20–27.  
<https://journal.unindra.ac.id/index.php/terapeutik/article/view/294%0Ahttps://journal.unindra.ac.id/index.php/terapeutik/index>.
- Utami, Yunita Ananda Pri. 2019. "Hubungan Tingkat Pengetahuan Dengan Tingkat Kecemasan Remaja Dalam Menghadapi Menarche Pada Siswi Kelas V Dan Vi Di Sd Negeri 1 Ceper Klaten." *Jurnal Keperawatan* 4(1): 1–12.  
<http://digilib.unmuhjember.ac.id/download.php?id=3456>.
- Waryanto, Nur Hadi, and Cepi Riyana. 2015. "Online Learning Sebagai Salah Satu Inovasi Pembelajaran." *Waryanto Hadi Nur* 2(1): 1–43.  
[http://staff.uny.ac.id/sites/default/files/132304807/Online Learning sebagai Salah Satu Inovasi Pembelajaran.pdf](http://staff.uny.ac.id/sites/default/files/132304807/Online%20Learning%20sebagai%20Salah%20Satu%20Inovasi%20Pembelajaran.pdf).
- Wicaksono, Soetam Rizky. 2012. "Kajian Pembelajaran Online Berbasis Wiki Di Lingkup Perguruan Tinggi." *Journal of Education and Learning (EduLearn)* 6(1): 51–58.

- Widiyono, Aan. 2020. “Efektifitas Perkuliahan Daring (Online) Pada Mahasiswa PGSD Di Saat Pandemi Covid 19.” *Jurnal Pendidikan* 8(2): 169–77.
- Yanti, Maya Primeradama, and Nurul Retno Nurwulan. 2021. “Pengaruh Pembelajaran Daring Pada Depresi, Stres, Dan Kecemasan Mahasiswa.” *Jurnal Muara Pendidikan* 6(1): 58–63.
- Yohanis, Maria Liliana, Lara Fridani, and Tjipto Sumadi. 2021. “Keterlibatan Orang Tua Dalam Pembelajaran Jarak Jauh Pada Pendidikan Anak Usia Dini.” *Jurnal Obsesi : Jurnal Pendidikan Anak Usia Dini* 5(2): 2090–2100.