

BAB II

TINJAUAN PUSTAKA

A. Telaah Pustaka

1. Covid-19

Covid-19 atau Corona Virus Disease merupakan golongan penyakit yang menginfeksi bagian pernafasan, penyebab penyakit ini adalah virus SARS-CoV-2. Virus tersebut pertama kali dilaporkan pada kota Wuhan, Cina tepatnya bulan Desember tahun 2019. SARS-CoV-2 merupakan virus yang sangat cepat menyebar dengan cara kontak erat dengan pasien yang terinfeksi virus tersebut. Penyebaran virus tersebut diakibatkan oleh pengeluaran droplet yang mengandung virus SARS-CoV-2 pada saat batuk dan bersin. Droplet yang keluar di udara terhirup oleh manusia-manusia lain di dekatnya melalui hidung atau mulut. Droplet yang telah terhirup tersebut masuk ke dalam paru-paru yang menyebabkan proses infeksi berlanjut.

Kasus Covid-19 di Indonesia masih sangat mengkhawatirkan. Dari data yang dihimpun oleh pemerintah pada tanggal 14 Juli 2021 total kasus Covid-19 mencapai 2.670.046 orang terhitung sejak kasus pertama yang diumumkan Presiden Joko Widodo pada tanggal 2 Maret 2020. Dari total kasus tersebut, 2.157.363 orang dinyatakan sembuh, dan 69.210 dinyatakan meninggal dunia. (Muhamad, 2021). Untuk itu Pemerintah

Indonesia mulai melarang untuk berkerumun, menerapkan protokol kesehatan, melakukan PSBB, dan yang terakhir dilaksanakannya PPKM level 1 sampai level 4 yang telah berakhir tanggal 20 September 2021.

a. Pencegahan Covid-19

Beberapa tindakan yang bisa dilakukan sebagai upaya pencegahan infeksi dan memperlambat penyebaran Covid-19 menurut (WHO, 2021):

- 1) Segera vaksin saat vaksin sudah tersedia
- 2) Jaga jarak sekitar 1 meter dari orang lain
- 3) Gunakan masker yang benar
- 4) Cuci tangan dengan sabun atau bahan berbasis alkohol
- 5) Tutup mulut dan hidung saat batuk dan bersin
- 6) Jika merasa tidak sehat, lebih baik beristirahat dirumah saja

b. Gejala Covid-19

Gejala Covid-19 menurut (WHO, 2021):

- 1) Gejala umum: demam, batuk, kelelahan, kehilangan penciuman dan perasa
- 2) Gejala yang kurang umum: sakit tenggorokan, sakit kepala, diare, ruam pada kulit, atau perubahan warna jari tangan atau kaki serta mata merah atau iritasi

3) Gejala serius: kesulitan bernapas atau sesak napas, kehilangan kemampuan berbicara atau mobilitas, kebingungan dan nyeri dada

c. Dampak Pandemi Covid-19

Pandemi Covid-19 ini menjadi pengaruh besar pada berbagai aspek, mulai dari aspek ekonomi, sosial, budaya hingga pendidikan (Kusumadewi et al., 2020).

1) Dampak covid-19 pada aspek ekonomi

Menurut (Dr. Zulkarnain Muahammad Ali et al., 2021), ada beberapa dampak pada aspek ekonomi, yaitu:

a) Perekonomian terkontraksi minus

Dampak Covid-19 mempengaruhi pertumbuhan ekonomi di Indonesia. Data yang telah diperoleh dari BPS (Badan Pusat Statistik) tahun 2021 menyatakan bahwa pertumbuhan ekonomi Indonesia sepanjang tahun 2020 terkontraksi 2,07%.

b) Daya beli masyarakat berkurang

Kenaikan harga barang dan jasa yang tidak terkendali berdampak pada kemampuan masyarakat untuk membeli barang dan jasa tersebut, dan akhirnya akan berpengaruh pada perilaku konsumsi masyarakat yang melemah disebabkan oleh adanya PSBB yang memberikan dampak pada pertumbuhan perekonomian tetangga.

c) Angka pengangguran bertambah

Data yang diperoleh dari BPS sejumlah 29,12 juta penduduk usia kerja (15 tahun keatas) terdampak Covid-19. Jumlah tersebut sama dengan 14,28% dari total penduduk usia kerja pada Agustus 2020 yang mencapai 203,97 juta orang. Dampak yang diterima setiap orang tersebut berbeda-beda. Sebanyak 2,56 juta orang diantaranya harus menganggur karena kondisi pandemi, 760 ribu orang masuk menjadi Bukan Angkatan Kerja (BAK) disebabkan Covid-19, kemudian 1,77 juta orang lainnya tidak bekerja karena pandemi dan sisanya 24,03 juta orang bekerja dengan pengurangan jam kerja karena pandemi.

2) Dampak Covid-19 pada Aspek Pendidikan

Menurut (Aji, 2020), terdapat 3 dampak covid-19 pada Aspek Pendidikan, yaitu:

- a) Proses belajar mengajar tatap muka diubah menjadi daring
- b) Kerugian siswa pada proses penilaian, karena pengumpulan tugas yang terhambat karena butuhnya dukungan jaringan internet yang kurang 19 memadai dapat mempengaruhi penginputan nilai siswa.

- c) Berdampak pada lulusan sekolah, kelulusan Sekolah Menengah Atas (SMA) ataupun Universitas. Pada pandemi Covid-19 ini siswa maupun mahasiswa mengalami gangguan pada penilaian akhir yang mestinya didapatkan, namun dengan kondisi apapun mereka tetap lulus dalam kondisi global yang memilukan.
- d) Dampak Covid-19 pada Aspek Sosial
- e) Pandemi Covid-19 berdampak pada aspek sosial yaitu peningkatan kemiskinan. Meningkatnya kemiskinan dapat berlangsung dalam periode yang cukup panjang, bahkan dapat mempengaruhi generasi mendatang (Aeni, 2021).

2. Konsep Pembelajaran Daring

a. Pengertian Pembelajaran Daring

Pembelajaran daring menurut Moore, Dickson-Deane, & Galyen (2011 dalam Ali Sadikin, 2011; Fitriyani et al., 2020) adalah pembelajaran dengan jaringan internet yang aksesibilitas, konektivitas, dan fleksibilitas.

Menurut Mustofa (2019 dalam Lubis et al., 2021) pembelajaran daring merupakan kegiatan belajar mengajar dengan memanfaatkan internet sebagai alat penyampaian materi, interaksi, fasilitasi dan didukung dengan bentuk layanan belajar lainnya.

Menurut Isman dalam (Dewi, 2020) pembelajaran daring adalah memanfaatkan jaringan internet selama proses pembelajarannya. Pelaksanaan pembelajaran daring mulai dari penyampaian materi, interaksi antara pengajar dan pelajar, serta fasilitas dilakukan dengan menggunakan internet (Hadi, 2006 dalam Fitriani, 2021).

b. Dampak Pembelajaran Daring

Menurut (Fabriza, 2020) ada dampak positif serta negative dari pembelajaran daring sebagai berikut:

- 1) Dampak positif
 - a) Waktu dan tempat belajar yang lebih fleksibel
 - b) Mengurangi penyebaran virus covid-19
 - c) Pengajar dapat dengan mudah memberikan materi berupa gambar, video dan dapat diunduh
- 2) Dampak negative
 - a) Kurangnya minat belajar sehingga minim untuk dapat memahami materi yang telah diberikan
 - b) Tugas yang menumpuk akibat sering menunda mengerjakannya sehingga memberikan tekanan yang menyebabkan stres
 - c) Pemanfaatan waktu yang salah selama pembelajaran daring.

- 3) Surat Edaran Mendikbud Nomor 36962/MPK.A/HK/2020 berisi untuk setiap proses belajar mengajar baik di sekolah maupun perguruan tinggi harus dilakukan secara daring sebagai upaya menekan penyebaran Covid-19 (Jannah & Santoso, 2021).

3. Mahasiswa

Menurut Kemendikbud RI (2020), mahasiswa adalah seseorang atau individu yang sedang menjalankan studi di perguruan tinggi, yang apabila dilihat dari struktur pendidikan di Indonesia mahasiswa memiliki status tertinggi dalam suatu jenjang pendidikan.

Mahasiswa adalah seseorang yang telah resmi terdaftar dalam perguruan tinggi dengan kusaran usia 18-30 tahun Sarwono (dalam Gafur, n.d.).

Mahasiswa terdiri dari beberapa tipe. Secara umum tipe mahasiswa menurut (H Gafur, 2015) adalah:

a. Tipe Mahasiswa Akademik

Mahasiswa akademik adalah mahasiswa yang memfokuskan diri pada kegiatan akademis tidak mengikuti kegiatan lain seperti organisasi atau kegiatan sosial.

b. Tipe Mahasiswa Organisatoris

Mahasiswa organisatoris adalah mahasiswa yang fokus pada organisasi baik internal maupun eksternal.

c. Tipe Mahasiswa Hedon

Mahasiswa hedon adalah mahasiswa yang selalu mengikuti mode dan tren terbaru dan tidak jarang mahasiswa seperti ini tidak peduli dengan kegiatan akademiknya.

d. Tipe Mahasiswa Aktivis

Mahasiswa aktivis adalah mahasiswa yang fokus pada kegiatan akademik yang mendengar rakyat melalui lembaga atau organisasi dan berusaha memperjuangkannya.

4. Konsep Stres

a. Pengertian Stres

Menurut (Barseli et al., 2020) stress adalah respon individu ketika menyesuaikan dengan adanya tuntutan yang sedang terjadi. Tuntutan tersebut bisa berupa hal yang sedang terjadi atau hal baru yang mungkin akan terjadi suatu saat, tetapi ditanggapi secara aktual. Apabila kondisi ini tidak di tangani dengan benar, maka bisa terjadi gangguan pada satu atau beberapa organ tubuh yang berakibat tubuh tidak berfungsi dengan baik.

b. Klasifikasi Stres

Klasifikasi stres menurut (Ansori & Martiana, 2017) yaitu :

- 1) Stres ringan

Stres yang terjadi pada kehidupan sehari-hari dan kondisi ini dapat menolong seseorang untuk berhati-hati, dan bagaimana mencegah suatu hal yang akan terjadi.

2) Stres sedang

Kondisi dimana seseorang lebih fokus pada hal penting saat ini dan menyampingkan hal lain dan dapat mempersempit lahan persepsinya.

3) Stres berat

Kondisi seseorang ketika mengalami penurunan persepsi dan cenderung memfokuskan perhatian pada hal-hallain. Semua perilaku ditujukan untuk mengurangi stres. Seseorang tersebut mencoba memfokuskan perhatian pada tempat lain dan membutuhkan banyak arahan

c. Jenis Stres

Selye, H (Maharani & Budiman, 2020) menyatakan bahwa ada 2 jenis stress yaitu:

1) *Distress* adalah keadaan dimana seseorang mengalami perasaan tidak baik yang dapat berpengaruh buruk terhadap aspek kehidupan.

2) *Eustress* adalah stress yang didalamnya mengandung muatan positif yang membuat manusia untuk bergerak menjadi produktif sehingga memberikan usaha terbaik yang bisa dilakukan.

d. Gejala Stress

Menurut Safarino dan Smith (dalam Oktavia, W.K, Rahmah Fitroh, 2019) yaitu:

- 1) Fisiologi, gejala yang dialami seperti gemetar, keringat dingin, pusing, jantung berdetak kencang, sesaf nafas, BAK yang terlalu sering, badan lemas, kerongkongan kering, danmual. Gejala tersebut akibat karena adanya keadaan yang membahayakan.
- 2) Psikologis emosi, gejala yang timbul seperti cemas, gampang tersinggung, pemarah, depresi, gugup, sedih dan rasa bersalah yang berlebihan.
- 3) Psikologis kognitif, gejala yang muncul seperti susah fokus, mudah lupa, susah membuat keputusan, cemas akan masa depan yang belum pasti terjadi, mersa terancam, membayangkan sesuatu yang mengerikan, kesulitan dalam berkomunikasi dan takut dengan kritikan.
- 4) Psikologis perilaku, gejala yang timbul seperti kesulitan saat bersosialisasi, absen dari kuliah, suka mengurung diri, suka menunda saat mengerjakan tugas.

e. Faktor-faktor yang mempengaruhi stres

Ada 5 faktor yang dapat mempengaruhi stress menurut (Maharani & Budiman, 2020) yaitu :

- 1) Komunikasi interpersonal
- 2) *Self efficacy*
- 3) motivasi berprestasi
- 4) *internal locus of control*
- 5) dukungan social

f. Pengukuran Stress

Pengukuran stres menggunakan Depression Anxiety Stress Scale 42 (DRS-42) yang disusun oleh (Lovibond & Lovibond, 1995) merupakan instrumen berbentuk kuesioner skala Likert yang berisi 42 pertanyaan yang berisi mengenai depresi, kecemasan, dan stres. Koefisien reliabilitas kuesioner yaitu depresi 0,91; kecemasan 0,84; stres 0,90 dan sudah dinyatakan reliabel.

5. Konsep Hardiness

a. Pengertian Hardiness

Konsep hardiness awal mula dikemukakan oleh Kobasa sebagai respon seseorang untuk menghadapi atau menerima suatu keadaan. Selain itu, Maddi (2013) mengatakan hardiness merupakan karakter seseorang yang membuat lebih tangguh, kuat, tahan, dan bisa menjadikan masalah yang sedang terjadi sebagai tantangan yang harus dihadapi. Selain itu ada konsep 3C yaitu merupakan pendekatan yang mengarah kepada aspek

hardiness yang bisa membentuk karakter tangguh pada individu. Tiga komponen 3C yaitu :

- 1) Komitmen
- 2) Kontrol
- 3) Tantangan (Mund, 2016)

b. Aspek Hardiness

- 1) Komitmen

Komitmen menggambarkan individu sejauh mana mengikuti suatu situasi yang sedang dilakukan. (Mund, 2016).

Seseorang yang memiliki rasa komitmen tinggi cenderung akan mudah menghadapi situasi rumit yang membuat stress dengan membangun hubungan bersama orang lain agar memperkecil keadaan yang penuh tekanan (Kobasa, 1979).

- 2) Kontrol

Kontrol menggambarkan individu untuk percaya diri dan bisa mengendalikan setiap keadaan sekitar yang berubah (Mund, 2016)

Selain itu komponen kontrol juga salah satu sikap individu dalam mengambil suatu keputusan (Kobasa, 1979)

- 3) Tantangan

Tantangan menggambarkan individu untuk mengambil peluang baru sebagai motivasi untuk tumbuh lebih baik lagi (Kobasa, 1979).

c. Ciri-ciri Hardiness

Kobasa (1979 dalam Yusuf & Yusuf, 2020) menjelaskan ciri-ciri seseorang yang memiliki sikap hardiness yaitu :

1) Ketahanan

Seseorang yang memiliki tingkat ketahanan tinggi akan mampu menghadapi suatu perubahan situasi.

2) Kuat

Seseorang yang memiliki rasa kuat dalam dirinya akan mampu bertahan dalam perubahan situasi.

3) Stabil

Seseorang yang stabil akan lebih mudah mengatur dirinya dalam perubahan situasi.

d. Pengukuran Hardiness

Pada penelitian ini pengukuran hardiness menggunakan skala Dispositional Resilience Scale (DRS-15). Kuesioner ini awalnya disusun oleh Kobasa (1979) sebanyak 78 item pertanyaan, lalu dikembangkan oleh Bartone, Ursano, Wright, dan Ingraham (1989) menjadi 45 item pertanyaan. Kemudian direvisi lagi oleh Bartone dan Snook (2000) menggunakan analisis item dan reliabilitas menjadi 15 item pertanyaan. Pada penelitian ini menggunakan kuesioner DRS-15 yang telah diterjemahkan oleh Khairunnisa (2020) dengan hasil validitas

0,96 dan reabilitas Cornbach's alpha kuesioner secara keseluruhan adalah 0,915 (Khairunnisa, 2020).

Penelitian lain yang menggunakan kuesioner ini yaitu yang dilakukan oleh (Jaya Jotwani, 2016) dengan judul "Hardiness and Psychological Distress among University Students Studying In Madhya Pradesh" dan penelitian yang dilakukan oleh (Mailoa & Ramdani, 2020) dengan judul "Efektivitas Pelatihan Hardiness untuk Meningkatkan Sikap Tangguh dalam Menyelesaikan Masalah".

e. Hubungan Hardiness dengan Stres

Stres adalah respon individu ketika menyesuaikan dengan adanya tuntutan yang sedang terjadi (Barseli et al., 2020). Stress yang terjadi tidak hanya dialami oleh orang dewasa, tetapi juga bisa dialami oleh mahasiswa yang masih menempuh pendidikan selama pandemic Covid-19. Stress yang terjadi pada mahasiswa saat ini adalah dikarenakan sistem pembelajaran yang menjadi daring. Stress yang dirasakan mahasiswa memberikan dampak buruk seperti terbengkalainya tugas kuliah, rasa khawatir, cemas, dan berkurangnya rasa motivasi untuk kuliah. Namun tidak semua mahasiswa mengalami stress tersebut. Hal ini dikarenakan ada beberapa faktor yang dapat memengaruhi stres mahasiswa dan Salah satunya yaitu hardiness yang berasal dari individu (Yusuf & Yusuf, 2020).

Hardiness merupakan ciri kepribadian tangguh yang bisa mampu membantu individu untuk mengatasi stress, karna individu dengan hardiness jarang merasa stress sekalipun ketika dihadapi pada situasi sulit (Menon & Yogeswarie, 2015). Berdasarkan pernyataan tersebut maka dapat dilihat bahwa ada hubungan diantara dua variabel tersebut. Hardiness memiliki 3 aspek, dimana ketika individu memiliki aspek kontrol yang baik maka ia bisa mengarahkan serta mengelola situasi yang sedang terjadi menjadi lebih baik. Lalu saat individu memiliki aspek komitmen yang tinggi, meskipun berada dalam situasi yang sulit ia akan tetap bertahandan tidak menyerah. Dan ketika individu memiliki aspek tantangan, maka hasrat individu yang melihat permasalahan tersebut sebagai kesempatan yang baik untuk maju dan berkembang (Nur Azizah, 2021). Hal ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh (Rahayu, 2021) menyatakan pengaruh yang signifikan antara hardiness dengan stress akademik di SMAN Sekabupaten Paser. Penelitian yang dilakukan oleh (Nur Azizah, 2021) juga menyatakan bahwa Ketika mahasiswa memiliki rasa hardiness yang tinggi, maka semakin rendah mereka mengalami stress selama pembelajaran, sehingga mereka semangat dalam menghadapi perkuliahan daring di masa pandemi Covid-19 ini.

B. Penelitian Terkait

1. (Jaya Jotwani, 2016) dengan judul "**Hardiness and Psychological Distress among University Students Studying In Madhya Pradesh**" tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui bagaimana sikap hardiness mahasiswa yang berkuliah di universitas M.P. untuk mengetahui hubungan hardiness dengan tekanan psikologis, dan untuk mengetahui perbedaan signifikan antar hardiness dengan tekanan psikologi. Pada penelitian ini menggunakan metode purposive sample. Populasi pada penelitian ini 100 mahasiswa aktif di universitas M.P. Analisis yang digunakan dalam penelitian ini dengan teknik statistik seperti Mean, SD, Z-test dan Pearson Correlation dengan bantuan SPSS. Alat ukur untuk distress psikologi menggunakan skala K10 , dan untuk hardiness menggunakan skala DRS-15. Hasil pada penelitian ini menunjukkan bahwa tidak terdapat tekanan yang signifikan terhadap perbedaan antara mahasiswa yang berasal dari perdesaan dan perkotaan yang sedang berkuliah di universitas M.P.
2. (Mailoa & Ramdani, 2020) dengan judul "**Efektivitas Pelatihan Hardiness Untuk Meningkatkan Sikap Tangguh Dalam Menyelesaikan Masalah**" tujuan penelitian ini untuk mengetahui efektivitas pelatihan hardiness guna meningkatkan cara pemecahan masalah. Penelitian ini merupakan penelitian *quasi-*

experiment dengan *randomized one group pretest posttest design*. Untuk mengukur evaluasi penyelesaian masalah menggunakan skala *Brief COPE* (Carver, 1997) dan untuk *hardiness* menggunakan *DRS-15* yang dikembangkan oleh Bartone. Penelitian ini tidak menggunakan kelompok pembanding karena hanya akan mengukur awal untuk mengetahui cara penyelesaian masalah sebelum dan sesudah mengikuti pelatihan. Sampel penelitian ini berjumlah 16 orang dengan usia 25-60 tahun, diambil menggunakan teknik sampling aksidental. Analisis data menggunakan SPSS versi 16.00. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa pelatihan ketangguhan bisa meningkatkan pengetahuan responden bagaimana cara menjadi seseorang yang tangguh sehingga mampu menjadi informasi untuk dilakukan. Tetapi pada aspek sikap, pelatihan ketangguhan ini tidak mempengaruhi penyelesaian masalahnya.

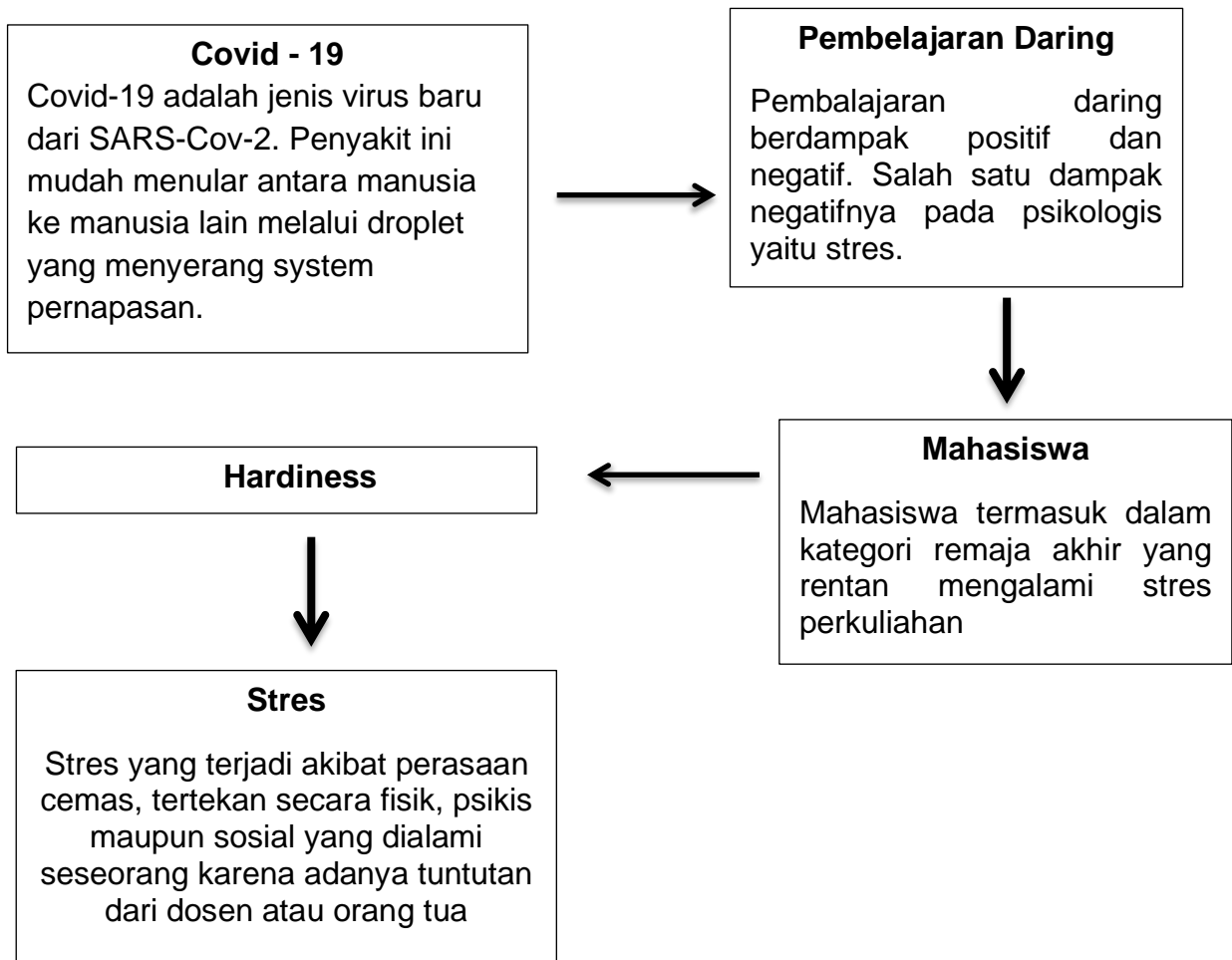
3. (Nur Azizah, 2021) dengan judul **“HUBUNGAN ANTARA HARDINESS DENGAN STRES AKADEMIK PADA MAHASISWA YANG MENGERJAKAN SKRIPSI SELAMA PANDEMI COVID 19”**

Tujuan penelitian ini yaitu untuk mengetahui hubungan antara hardiness dengan stress akademik mahasiswa yang sedang mengerjakan skripsi selama pandemi Covid-19. Metode penelitian ini adalah kuantitatif korelasional. Populasi penelitian ini berjumlah 231 mahasiswa dengan kriteria mahasiswa Psikologi Universitas

Negeri Surabaya angkatan 2016/2017 yang sedang mengerjakan skripsi. Sampel diambil menggunakan teknik stratified random sampling. Instrumen untuk hardiness menggunakan skala hardiness yang disusun berdasarkan teori Kobasa (1979) dan skala stress akademik yang diadaptasi dari teori Gadzella. Teknik analisis data dilakukan dengan product moment pearson menggunakan aplikasi SPSS 24.0 serta analisis rasional dari seseorang *professional judgement*. Hasil penelitian ini menunjukkan hubungan yang signifikan (nilai 0,000 lebih kecil dibandingkan 0,05) antara hubungan hardiness dengan stress akademik.

C. Kerangka Teori Penelitian

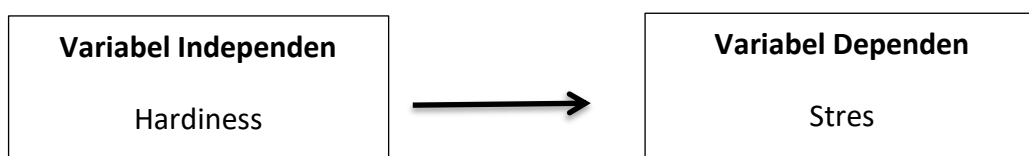
Kerangka teori adalah gambaran atau juga batasan teori terhadap teori yang digunakan sebagai landasan atau dasar masalah penelitian. Maka dari itu kerangka teori dapat menghasilkan pemikiran bagi peneliti dan memberikan dasar yang kuat dalam menjelaskan hubungan antar variabel (Hidayat, 2021). kerangka teori dalam penelitian ini adalah :



Bagan 2.1 Kerangka Teori

D. Kerangka Konsep Penelitian

Kerangka konsep merupakan gambaran dan arahan asumsi mengenai variabel yang akan diteliti, atau memiliki arti hasil dari sebuah sintesis dari proses berpikir deduktif maupun induktif, lalu dengan kemampuan kreatif serta inovatif lahirlah konsep atau ide baru Supriyanto (2008, dalam Hidayat, 2021).



Bagan 2.2 Kerangka Konsep

E. Hipotesis Penelitian

Berdasarkan kerangka konsep yang telah diajukan diatas, maka hipotesa penelitian ini adalah :

1. Hipotesa Alternatif (Ha)

Ada hubungan antara hardiness dengan stres selama pembelajaran daring.

2. Hipotesa Nol (Ho)

Tidak ada hubungan anantara hardiness dengan stres mahasiswa selama pembelajaran daring.