



**PENGARUH PEMBELAJARAN *ONLINE* PADA
MASA PANDEMI TERHADAP TINGKAT
STRES MAHASISWA PROGRAM STUDI
BIMBINGAN PENYULUHAN ISLAM
IAI MUHAMMADIYAH SINJAI**



SKRIPSI

Sebagai Syarat Untuk Menyusun Skripsi
Program Studi Bimbingan dan Penyuluhan Islam (BPI)

Diajukan Oleh:

KHAIRUNNISA
NIM. 180202048

Pembimbing :

1. Dr. Suriati, M.Sos.I.
2. Sitti Aminah, M.Hum

**PROGRAM STUDI BIMBINGAN DAN PENYULUHAN ISLAM
FAKULTAS USHULUDDIN DAN KOMUNIKASI ISLAM
INSTITUT AGAMA ISLAM (IAI)
MUHAMMADIYAH SINJAI
TAHUN 2022**

PERNYATAAN KEASLIAN

Saya yang bertanda tangan dibawah ini:

Nama : Khairunnisa

NIM : 180202048

Program Studi : Bimbingan dan Penyuluhan

Islam (BPI)

Menyatakan dengan sebenarnya bahwa:

1. Skripsi ini benar-benar merupakan hasil karya saya sendiri, bukan plagiasi atau diduplikasi dari tulisan/karya orang lain yang saya akui sebagai hasil tulisan atau pikiran saya sendiri.
2. Seluruh bagian dari skripsi ini adalah karya saya sendiri selain kutipan yang ditunjukkan sumbernya. Segala kekeliruan yang ada di dalamnya adalah tanggung jawab saya.

Demikian pernyataan ini dibuat sebagaimana mestinya. Bila mana dikemudian hari ternyata pernyataan ini tidak benar, maka saya bersedia menerima sanksi atas perbuatan tersebut sesuai ketentuan perundang-undangan yang berlaku.

Sinjai,.....2021

Yang membuat pernyataan

Khairunnisa

NIM: 180202048

PENGESAHAN SKRIPSI

Skrripsi berjudul Pengaruh Pembelajaran Online pada masa Pandemi terhadap Tingkat Stres Mahasiswa Program Studi Bimbingan dan Penyuluhan Islam IAI Muhammadiyah Sinjai, yang ditulis oleh Khairunnisa Nomor Induk Mahasiswa (NIM) 180202048, Mahasiswa Program Studi Bimbingan dan Penyuluhan Islam Fakultas Ushuluddin dan Komunikasi Islam IAI Muhammadiyah Sinjai, yang diuji dan disetujui pada hari Rabu, tanggal 5 Agustus 2022 M bertepatan dengan 9 Muharram 1444 H, telah diperbaiki sesuai catatan dan permintaan Tim Penguji, dan diterima sebagai syarat memperoleh gelar Sarjana Sosial.

Dewan Penguji

Dr. Firdaus, M.Ag.	Ketua	(.....)
Dr. Ismail, M.Pd.	Sekretaris	(.....)
Dr. Burhanuddin, M.Ag.	Penguji I	(.....)
Faridah S.Kom.I., M.Sos.I.	Penguji II	(.....)
Dr. Suriati, M.Sos.I.	Pembimbing I	(.....)
Sitti Aminah, M.Hum	Pembimbing II	(.....)

Mengetahui,
Dekan FUKIS IAIM Sinjai

Dr. Suriati, M.Sos.I.
NIM 1948 500



ABSTRAK

KHAIRUNNISA: *Pengaruh Pembelajaran Online Pada Masa Pandemi Terhadap Tingkat Stres Mahasiswa Prodi Bimbingan Penyuluhan Islam Iai Muhammadiyah Sinjai.* Skripsi, Sinjai: Program Studi Bimbingan dan Penyuluhan Islam, Fakultas Ushuluddin dan Komunikasi Islam IAI Muhammadiyah Sinjai, 2022.

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui Pengaruh Pembelajaran Online Pada Masa Pandemi Terhadap Tingkat Stres Mahasiswa Program Studi Bimbingan dan Penyuluhan Islam IAI Muhammadiyah Sinjai. Jenis penelitian yang digunakan yaitu *Ex Post Facto* dan menggunakan pendekatan kuantitatif. Responden dari penelitian ini adalah mahasiswa program studi Bimbingan dan Penyuluhan Islam angkatan 2019 yang berjumlah 70 orang. Adapun variabel dalam penelitian ini adalah pembelajaran *online* (Variabel X) dan tingkat stres (Variabel Y) metode pengumpulan data yaitu metode kuesioner dan dokumentasi. Sedangkan analisis datanya menggunakan regresi linear sederhana.

Berdasarkan data yang telah diolah dengan analisis regresi sederhana yang telah dilakukan melalui program SPSS 25, maka dapat disimpulkan bahwa pembelajaran online pada masa pandemi memberikan pengaruh terhadap tingkat stres mahasiswa program studi Bimbingan dan Penyuluhan Islam IAI Muhammadiyah sinjai dengan nilai $coefficient_{hitung} 10.242 > t_{tabel} 1.668$ maka H_a diterima dan H_0 ditolak. Jadi sesuai hasil yang diperoleh dapat disimpulkan bahwa H_a diterima, artinya pembelajaran online pada masa pandemi berpengaruh terhadap tingkat stres mahasiswa program studi bimbingan dan penyuluhan islam iai muhammadiyah sinjai. Nilai koefisien determinasi pada tabel *model summary* dengan melihat $R Square = 0,707$ atau 70,7% maka dapat diartikan bahwa variabel pembelajaran *online* (X) berpengaruh terhadap

variabel tingkat stres mahasiswa (Y) program studi Bimbingan dan Penyuluhan Islam IAI Muhammadiyah Sinjai sebesar 70,7% (tinggi).

Kata Kunci: Pembelajaran Online, Tingkat Stres

ABSTRACT

KHAIRUNNISA: The Effect of Online Learning During the Pandemic Period on the Stress Level of Students of IAI Muhammadiyah Sinjai Islamic Counseling Study Program. Thesis, Sinjai: Islamic Guidance and Counseling Study Program, Faculty of Ushuluddin and Islamic Communication IAI Muhammadiyah Sinjai, 2022.

This study aims to determine the effect of online learning during the pandemic on the stress level of students of the IAI Muhammadiyah Sinjai Islamic Guidance and Counseling Study Program.

The type of research used is Ex Post Facto and uses a quantitative approach. Respondents from this study were students of the 2019 Islamic Guidance and Counseling Study Program, a total of 70 people. The variables in this study are online learning (Variable X) and stress levels (Variable Y). Methods of data collection using questionnaires and documentation, while the data analysis using simple linear regression.

Based on the data that has been processed with a simple regression analysis that has been carried out through the SPSS 25 program, it can be concluded that online learning during the pandemic had an influence on the stress level of students in the Islamic Guidance and Counseling study program IAI Muhammadiyah Sinjai with a coefficients value of $t_{count} 10,242 > t_{table} 1,668$, so H_a is accepted and H_o is rejected. So according to the results obtained it can be concluded that H_a was accepted, meaning that online learning during the pandemic had an effect on the stress level of students in the Islamic guidance and counseling study program IAI Muhammadiyah Sinjai. The coefficient of determination in the model summary table by looking at R Square = 0.707 or 70.7% means that the online learning variable (X) influences the student stress level variable (Y) Islamic Guidance and Counseling study program IAI Muhammadiyah Sinjai of 70.7 % (tall).

Keywords: Online Learning, Stress Level

المستخلص

خير النساء: تأثير التعلم عبر الإنترنت خلال فترة الوباء على مستوى الإجهاد لدى طلاب قسم الإرشاد و
توعية الإسلامية بجامعة الإسلامية بالمحمدية سنجائي. بحث جامعي، سنجائي: برنامج دراسة الإرشاد
والإرشاد الإسلامي، كلية أصول الدين والاتصالات الإسلامية جامعة الإسلامية بالمحمدية سنجائي،
٢٠٢٢.

تهدف هذه الدراسة إلى تحديد تأثير التعلم عبر الإنترنت أثناء الوباء على مستوى الإجهاد لدى طلاب
قسم الإرشاد و توعية الإسلامية بجامعة الإسلامية بالمحمدية سنجائي .

نوع البحث المستخدم هو Ex Post Facto ويستخدم نمجًا كميًا. كان المشاركون في هذه الدراسة من
طلاب برنامج دراسة الإرشاد والإرشاد الإسلامي لعام ٢٠١٩، بإجمالي ٧٠ شخصًا. المتغيرات في هذه
الدراسة هي التعلم عبر الإنترنت (متغير X) ومستويات التوتر (متغير ص). طرق جمع البيانات باستخدام
الاستبيانات والتوثيق، بينما يتم تحليل البيانات باستخدام الانحدار الخطي البسيط.

استنادًا إلى البيانات التي تمت معالجتها من خلال تحليل الانحدار البسيط الذي تم إجراؤه من خلال برنامج
SPSS 25، يمكن استنتاج أن التعلم عبر الإنترنت أثناء الوباء كان له تأثير على مستوى الإجهاد لدى
الطلاب في قسم الإرشاد و توعية الإسلامية بجامعة الإسلامية بالمحمدية سنجائي بقيمة معاملات تساوي
١٠،٢٤٢ > جدول ١،٦٦٨٤، لذلك تم قبول H_a ورفض H_o . لذلك وفقًا للنتائج التي تم الحصول
عليها، يمكن استنتاج أن H_a قد تم قبوله، مما يعني أن التعلم عبر الإنترنت أثناء الوباء كان له تأثير على
مستوى الإجهاد لدى الطلاب في قسم الإرشاد و توعية الإسلامية بجامعة الإسلامية بالمحمدية سنجائي.
معامل التحديد في جدول ملخص النموذج من خلال النظر إلى مربع $R = ٠.٧٠٧$ أو ٧٠.٧% يعني أن
متغير التعلم عبر الإنترنت (X) يؤثر على متغير مستوى إجهاد الطالب (Y) قسم الإرشاد و توعية
الإسلامية بجامعة الإسلامية بالمحمدية سنجائي بنسبة ٧٠.٧% (طويل).

الكلمات الأساسية: التعلم عبر الإنترنت، مستوى الإجهاد

KATA PENGANTAR

بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ

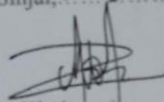
الْحَمْدُ لِلَّهِ رَبِّ الْعَالَمِينَ وَالصَّلَاةُ وَالسَّلَامُ عَلَى أَشْرَفِ الْأَنْبِيَاءِ وَالْمُرْسَلِينَ سَيِّدِنَا مُحَمَّدٍ وَ
عَلَى آلِهِ وَاصْحَابِهِ أَخْمَعِينَ أَمَّا بَعْدُ

Dalam kesempatan ini, penulis ingin menyampaikan rasa terima kasih sedalam-dalamnya kepada semua pihak, yang telah memberikan bantuan berupa arahan dan dorongan selama penulisan proposal skripsi. Oleh karena itu, penulis menyampaikan terima kasih dan penghargaan kepada :

1. Kedua Orang Tua tercinta yang telah mendidik dan membesarkan;
2. Rektor IAI Muhammadiyah Sinjai selaku Pimpinan Institut Agama Islam Muhammadiyah Sinjai;
3. Wakil Rektor I, Wakil Rektor II, dan Wakil Rektor III selaku unsur pimpinan Institut Agama Islam Muhammadiyah Sinjai;
4. Dekan Fakultas Ushuluddin dan Komunikasi Islam, selaku Pimpinan pada Tingkat Fakultas;
5. Dr. Suriati, M.Sos.I. selaku Pembimbing I dan Siti Aminah, M.Hum selaku Pembimbing II;
6. Mulkiyan, S.Sos.,M.A selaku Ketua Program Studi Bimbingan Penyuluhan Islam;
7. Seluruh Dosen yang telah membimbing dan mengajar selama studi di Institut Agama Islam Muhammadiyah Sinjai;
8. Seluruh Pegawai dan Jajaran IAI Muhammadiyah Sinjai yang telah membantu kelancaran Akademik;
9. Kepala dan Staff Perpustakaan Institut Agama Islam Muhammadiyah Sinjai;
10. Teman-teman mahasiswa IAI Muhammadiyah Sinjai dan berbagai pihak yang tidak dapat disebut satu persatu, yang telah memberikan dukungan moral sehingga penulis selesai studi.

Teriring do'a semoga amal kebaikan dari berbagai pihak tersebut mendapat pahala yang berlipat ganda dari Allah Swt., dan semoga karya ilmiah ini bermanfaat bagi siapa saja yang membacanya. Amin.

Sinjai, 30 Juni 2022



Khairunnisa

NIM: 180202048

DAFTAR ISI

SAMPUL	i
HALAMAN JUDUL	ii
PERNYATAAN KEASLIAN	iii
HALAMAN PENGESAHAN	iv
ABSTRAK	v
ABSTRACT	vii
KATA PENGANTAR	ix
DAFTAR ISI	xi
DAFTAR TABEL	xiii
DAFTAR LAMPIRAN	xiv
BAB I PENDAHULUAN	1
A. Latar Belakang Masalah	1
B. Rumusan Masalah	10
C. Tujuan Penelitian	10
D. Manfaat Penelitian	11
BAB II KAJIAN TEORI	13
A. Kajian Pustaka	13
B. Hasil Penelitian yang Relevan	41
C. Hipotesis	47
BAB III METODE PENELITIAN	48
A. Jenis dan Pendekatan Penelitian	48
B. Definisi Variabel	49
C. Tempat dan Waktu Penelitian	51
D. Populasi dan Sampel	52
E. Teknik Pengumpulan Data	54
F. Instrumen penelitian	56
G. Teknik Analisis Data	58

BAB IV HASIL PENELITIAN.....	60
A. Hasil Penelitian.....	60
B. Pembahasan.....	73
BAB V PENUTUP.....	99
A. Kesimpulan.....	99
B. Saran	100
DAFTAR PUSTAKA.....	101
LAMPIRAN-LAMPIRAN	

DAFTAR TABEL

Tabel 4.1 Daftar Nama Mahasiswa Prodi Bpi Angkatan 2019.....	74
Tabel 4.2 Tabulasi Hasil Angket variabel X.....	78
Tabel 4.3 Tabulasi Hasil Angket variabel Y.....	81
Tabel 4.4 Hasil Uji Validitas variabel X.....	84
Tabel 4.5 Hasil Uji Validitas variabel Y.....	85
Tabel 4.6 Uji Realibilitas	87
Tabel 4.7 Uji Normaitas Data	89
Tabel 4.8 Hasil Keputusan Uji Normalitas Data.....	89
Tabel 4.9Deskriptif Statistik	90
Tabel 4.10 Model Summary.....	91
Tabel 4.11 Anova	92
Tabel 4.12Correlations.....	94
Tabel 4.13Coefficients	95

DAFTAR LAMPIRAN

Kisi-Kisi Instrumen Penelitian

Instrumen Penelitian

Hasil Instrumen Penelitian

Surat izin Penelitian

Surat Keterangan Telah Melakukan Penelitian

Surat keterangan Bebas Plagiasi (*turnitin*)

SK. Pembimbing Penelitian

Biodata Penulis

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Pada pertengahan tahun 2019, dunia dikejutkan dengan hadirnya virus baru yang menyerang sistem pernapasan manusia yang dikenal dengan Corona Virus (Covid-19). Virus ini awalnya diketahui menyerang China tepatnya di kota Wuhan pada November 2019 silam. Covid-19 yang diprediksi hanya bagian virus normal ternyata memiliki efek mematikan dan penyebaran yang sangat cepat. *World Health Organization* (WHO) melalui websitenya telah menyampaikan jumlah kasus yang terkonfirmasi virus corona sebanyak 6.881.352 orang, kematian terkonfirmasi 399.895 orang, yang mana tersebar di 216 wilayah diseluruh negara di dunia. Banyak orang yang terinfeksi virus Covid-19 dan menyebabkan gangguan pernapasan dari ringan sampai berat, bahkan bisa menyebabkan kematian karena kegagalan fungsi organ paru-paru pada manusia. Transportasi lintas negara pun dibatasi untuk mengurangi laju pertambahan keramaian orang yang terinfeksi dan terpapar virus corona yang semakin meningkat. Melihat dari jumlah yang

terkonfirmasi positif Covid-19 yang terus mengalami peningkatan dan penyebaran yang sangat mudah terjadi, WHO merekomendasikan untuk menghentikan sementara kegiatan yang berpotensi menimbulkan kerumunan massa. Pemerintah Indonesia dalam menghentikan laju Covid-19 juga telah mengeluarkan kebijakan serta statement berupa *Work From Home* (WFH), *sosial distancing*, dan Pembatasan Sosial Berskala Besar (PSBB). (Putra & Kasmiarno, 2020)

Di negara Indonesia pun diberlakukan Pembatasan Sosial Berskala Besar (PSBB) terutama di kota-kota besar seperti Jakarta, Semarang, Surabaya, Medan, dan Yogyakarta. Aturan PSBB tercatat dalam Peraturan Menteri Kesehatan Nomor 9 Tahun 2020.

Sekretaris Jendral Kementerian Kesehatan, menurut Oscar Primadi di dalam keterangan mengatakan bahwa PSBB melingkupi pembatasan sejumlah kegiatan penduduk tertentu dalam suatu wilayah yang diduga terinfeksi Covid-19.

Pada masa penyebaran virus corona (Covid-19) tersebut, ternyata menimbulkan dampak tersendiri pada sektor pendidikan di Indonesia. Penyebaran Covid-19 yang begitu cepat menciptakan kekhawatiran bagi Pemerintah, khususnya Kementerian Pendidikan dan Kebudayaan, baik kalangan orang tua dan peserta didik, serta para tenaga

pengajar,yaitu dengan keluarnya Surat Edaran Dirjen Dikti Kementerian Pendidikan dan Kebudayaan Nomor 1 Tahun 2020 Tentang Pencegahan Penyebaran *Corona Virus Disease* (Covid-19) di Perguruan Tinggi.

Dengan adanya masa pandemi di Indonesia, hal ini menyebabkan pemerintah mengeluarkan kebijakan dengan memberlakukan belajar dari rumah yaitu pembelajaran secara *online*. Dalam pengembangan sistem informasi dan teknologi, pembelajaran secara *online* dianggap lebih mudah dalam mengakses informasi. Selain itu tersedianya fasilitas e-moderating dimana pengajar dan pelajar dapat berkomunikasi secara mudah melalui fasilitas internet secara reguler atau kapan saja kegiatan berkomunikasi itu dilakukan tanpa dibatasi oleh jarak, tempat dan waktu. Selain itu pelajar dapat mereview bahan ajar setiap saat dan dimana saja apabila diperlukan mengingat bahan ajar tersimpan di komputer. Dan pembelajaran online dianggap relatif dan lebih efisien, misalnya bagi siswa atau mahasiswa yang tinggal jauh dari jarak perguruan tinggi karena tidak perlu ke sekolah atau kekampus lagi. (Suhery et al., 2020)

Kesulitan belajar peserta didik khususnya pada dunia pendidikan mulai dari sistem pembelajaran *online*

hingga penghapusan ujian nasional bagi para pelajar adanya proses pembelajaran secara online ini tak lepas dari pesatnya perkembangan teknologi informasi. Pasca mewabahnya pandemic covid-19 di Indonesia pada pertengahan maret 2020 membuat pemerintah meniadakan sementara pembelajaran secara tatap muka.

Dalam hal ini Pembelajaran secara *online* dianggap menjadi solusi terbaik terhadap proses kegiatan belajar mengajar di tengah pandemi Covid-19.(Maulana & Iswari, 2020)

Meski telah disepakati, pembelajaran online masih menimbulkan kontroversi. Bagi tenaga pengajar, pembelajaran online hanya efektif untuk penugasan, sedangkan untuk para pelajar dalam memahami materi pembelajaran secara *online* dinilai sulit. Selain itu, kemampuan teknologi dan ekonomi setiap pelajar atau peserta didik berbeda-beda. Tidak semua peserta didik memiliki fasilitas yang menunjang selama kegiatan pembelajaran online. Koneksi internet yang tidak memadai, perangkat yang tidak mendukung, dan kuota internet yang mahal menjadi salah satu penghambat pembelajaran online. Namun, pembelajaran harus terus berlanjut. Setiap penyelenggara pendidikan memiliki kebijakan masing-

masing dalam menyikapi aturan ini. Beberapa institusi pendidikan tinggi memberikan subsidi kuota internet kepada mahasiswa demi terselenggaranya pembelajaran online. Selain itu, tidak sedikit jumlah pendidik yang masih kesulitan menggunakan teknologi pembelajaran online baik itu menggunakan e-learning ataupun platform lain dari pihak ketiga seperti *Zoom*, *Google Classroom*, dan *WhatsApp*. Hal ini membuat pembelajaran *online* berlangsung hanya memberikan tugas secara jarak jauh tanpa ada umpan balik maupun interaksi dengan peserta didik. Hal inilah yang kemudian membuat sejumlah perguruan tinggi harus menghentikan proses kegiatan belajar mengajar (KBM) secara tatap muka di dalam ruangan dan menyelenggarakan pembelajaran jarak jauh. Pembelajaran *online* merupakan penerapan dari pendidikan jarak jauh. Pembelajaran ini bertujuan untuk menjaga kesehatan dan keselamatan para peserta pelajar.

Banyak kelebihan dari proses pembelajaran secara *online*, diantaranya adalah materi pembelajaran *online* disajikan dalam bentuk audio, video, simulasi tutorial, teks dan gambar. Lebih mudah mengakses materi melalui media digital, mudahnya memperoleh materi dari *google scholar*, artikel, jurnal dan *Youtube*. Sedangkan kelemahan

dari sistem pembelajaran *online* yaitu masih banyak pelajar yang belum terlalu menguasai aplikasi yang digunakan, kurangnya perangkat teknologi dan ketersediaan jaringan internet, adanya pelanggaran etika yang dilakukan mahasiswa seperti tidak menuliskan sumber kutipan dalam penulisan tugas dan menyalin pekerjaan orang lain. (Arosyd & Usman, 2020)

Pembelajaran via *online* sendiri dapat mempengaruhi kesehatan mental para mahasiswa, misalnya dapat terjadi stres. Berdasarkan pendapat para ahli bahwa stres adalah respon non-spesifik dari tubuh terhadap segala tuntutan atau stressor, baik respon positif maupun respon negative. Kehidupan yang penuh stres pada saat ini, karena merebaknya pandemi yang menyebabkan oleh virus Corona di Indonesia, banyak cara yang dilakukan oleh pemerintah untuk mencegah penyebarannya. Salah satunya adalah melalui surat edaran Kementerian Pendidikan dan Kebudayaan tentang pembelajaran secara *online*.

Banyak peristiwa dalam hidup yang dapat menyebabkan stres, semua ini diacu sebagai peristiwa-peristiwa kehidupan yang sebagian besar tidak bisa dihindarkan dan harus mampu beradaptasi untuk

menghadapinya. Peristiwa-peristiwa tersebut misalnya kurang sehat, masalah keuangan, dan salah satunya adalah menghadapi perubahan belajar yang biasanya dilakukan secara tatap muka beralih kepada pembelajaran secara *online* dimasa pandemi. Saat adanya virus corona, beberapa kampus mengeluarkan kebijakan tentang pembatasan kegiatan perkuliahan secara langsung. Perubahan kurikulum atau metode pembelajaran secara online saat pandemi Covid-19 dapat menyebabkan timbulnya stres pada diri mahasiswa. Stres yang dialami oleh seseorang merupakan sebuah kondisi yang tidak menyenangkan karena terdapat sebuah tuntutan dalam suatu kondisi yang sedang dialami sehingga menyebabkan beban dalam kehidupan sehari-hari. Selain itu pada kondisi pandemi saat ini semua kegiatan perkuliahan mahasiswa dilakukan di dalam rumah secara terus-menerus sehingga menimbulkan kejenuhan, pada saat pandemi tugas-tugas dari dosen juga semakin banyak diberikan sehingga dapat memicu adanya stres dalam diri mahasiswa yang pada akhirnya akan membuat mahasiswa sulit untuk mengerjakan tugas-tugasnya serta dapat berdampak terhadap kemampuan mahasiswa melakukan interaksi dengan orang lain. (Noviyanti, 2021)

Padahal mahasiswa pun butuh istirahat walaupun perkuliahan diadakan secara *online* dan dapat dilakukan di rumah masing-masing. Stres dalam proses belajar ini adalah perasaan yang dihadapi oleh seseorang ketika terdapat tekanan-tekanan. (Rofiah, 2021)

Stres merupakan kondisi natural dari kehidupan manusia, terkadang sering muncul ungkapan “*Saya stres*” “*saya stres dengan masalah keuangan*” atau “*bekerja membuatku memiliki tekanan besar dalam hidupku*”, dan lain sebagainya. Hal ini menjadikan sulit untuk mendefinisikan stres secara langsung. Karena sebab-akibat stres itu sendiri menjadi hal yang berbeda untuk orang yang berbeda. Namun, jelas bahwa sebagian besar orang mendefinisikan stres adalah perasaan negatif bukan perasaan positif. (Saleh et al., 2020)

Sebelum penelitian ini dilakukan, peneliti terlebih dahulu melakukan observasi kepada beberapa mahasiswa Program Studi Bimbingan Penyuluhan Islam Fakultas Ushuluddin Dan Komunikasi Islam, tentang apa pengaruh pembelajaran online terhadap tingkat stres mahasiswa selama proses kegiatan perkuliahan. Mahasiswa yang dimintai keterangan terkait dengan masalah ini mengatakan bahwa selama adanya virus corona di Indonesia kami

banyak mengeluh dan sedikit stres akibat banyaknya hambatan-hambatan yang dirasakan, kami belum terbiasa dengan adanya sistem pembelajaran secara online, kami juga mulai bosan dengan pembelajaran yang dilakukan secara online karena diberikan banyak tugas, kurangnya jaringan di setiap tempat, minimnya pembeli kuota, terkadang laptop dan handphone yang digunakan tiba-tiba eror dan tidak efektifnya penjelasan materi dari dosen.(Ridwan, 2018)

Stres yang dimaksud oleh responden dari hasil observasi adalah stres tingkat sedang, artinya stres ini masih bisa diatasi dengan kontrol diri.

Melihat fakta yang terjadi di kampus IAI Muhammadiyah Sinjai khususnya pada Program Studi Bimbingan Penyuluhan Islam, peneliti tertarik untuk melakukan penelitian tentang apakah pengaruh pembelajaran *online* pada masa pandemi terhadap tingkat stres yang dihadapi oleh mahasiswa.

Adapun tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui apakah pengaruh pembelajaran *online* pada masa pandemi terhadap tingkat stres mahasiswa Prodi

Bimbingan Penyuluhan Islam Fakultas Ushuluddin dan Komunikasi Islam IAI Muhammadiyah Sinjai.

Berdasarkan pemaparan diatas, maka peneliti tertarik untuk melakukan penelitian dengan judul “Pengaruh Pembelajaran *online* Pada Masa Pandemi Terhadap Tingkat Stres Mahasiswa Program Studi Bimbingan dan Penyuluhan Islam IAI Muhammadiyah Sinjai”.

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang masalah yang telah dijelaskan diatas, maka rumusan masalah dalam penelitian ini sebagai berikut :

1. Apakah Pembelajaran *Online* pada masa Pandemi berpengaruh terhadap tingkat stres mahasiswa Program Studi Bimbingan Penyuluhan Islam IAI Muhammadiyah Sinjai?

C. Tujuan Penelitian

Berdasarkan rumusan masalah di atas, maka tujuan penelitian ini adalah:

1. Untuk mengetahui Pengaruh Pembelajaran *Online* pada masa Pandemi terhadap tingkat stres mahasiswa Program Studi Bimbingan Penyuluhan Islam IAI Muhammadiyah Sinjai.

D. Manfaat Penelitian

Adapun manfaat dari penelitian ini adalah:

1. Secara Teoritis

Hasil penelitian ini diharapkan bisa menjadi referensi dalam pengembangan ilmu pengetahuan dan mampu menambahkan khazanah karya ilmiah bagi Fakultas Ushuluddin dan Komunikasi islam khususnya pada bidang Program Studi Bimbingan Penyuluhan Islam yang terkait dengan pengaruh pembelajaran *online* pada masa pandemi terhadap tingkat stres mahasiswa.

2. Secara Praktis

a. Bagi kampus

Sebagai bahan masukan dalam membuat perencanaan kebijakan dalam penerapan metode dalam sistem pembelajaran di Fakultas Ushuluddin dan Komunikasi Islam IAI Muhammadiyah Sinjai.

b. Bagi mahasiswa

Dapat memberikan informasi mengenai pengaruh pembelajaran *online* pada masa pandemi terhadap tingkat stres mahasiswa Program Studi Bimbingan Penyuluhan Islam IAI Muhammadiyah Sinjai.

c. Bagi Penelitian

Dapat dijadikan sebagai bahan informasi untuk peneliti selanjutnya mengenai “Pengaruh Pembelajaran *Online* Pada Masa Pandemi Terhadap Tingkat Stres Mahasiswa Program Studi Bimbingan Penyuluhan Islam IAI Muhammadiyah Sinjai”.

BAB II

KAJIAN TEORI

A. Kajian Pustaka

1. Tinjauan Tentang Pembelajaran *Online*

a. Pengertian Pembelajaran *Online*

Pembelajaran *online* pertama kali dikenal karena pengaruh dari perkembangan pembelajaran berbasis elektronik (*e-learning*) yang diperkenalkan oleh Universitas Illionis melalui sistem pembelajaran berbasis komputer.

Pembelajaran merupakan suatu proses yang terdiri dari kombinasi dua aspek yaitu, belajar tertuju kepada apa yang harus dilakukan oleh siswa atau mahasiswa, mengajar berorientasi pada apa yang harus dilakukan oleh guru atau dosen sebagai pemberi pelajaran. Proses pembelajaran bukan sekedar transfer ilmu dari guru kepada siswa, melainkan suatu proses kegiatan terjadinya interaksi antara guru/dosen dengan siswa/mahasiswa serta antara siswa dengan siswa.(Amini et al., 2022)

Dalam ilmu psikologi, belajar merupakan

suatu proses perubahan tingkah laku sebagai hasil dari interaksi dengan lingkungannya dalam menentukan kebutuhan hidupnya. Pembelajaran juga dapat diartikan sebagai suatu rangkaian peristiwa yang kompleks dan sistematis.(II, n.d.) Dalam undang-Undang Sistem Pendidikan Nasional (UUSPN) No. 20 Tahun 2003, mengatakan bahwa pembelajaran adalah proses interaksi peserta didik dengan pendidik dan sumber belajar pada suatu lingkungan belajar. Dalam arti pembelajaran merupakan proses belajar yang diciptakan tenaga pendidik dengan tujuan untuk mengembangkan kreativitas berpikir peserta didik sehingga kemampuan berpikir juga meningkat.(Irawati & Susetyo, 2017)

Dapat disimpulkan bahwa pembelajaran adalah proses interaksi peserta didik dengan pendidkan dan sumber belajar pada suatu lingkungan belajar dengan proses pereolehan ilmu dan pengetahuan.

Online berasal dari kata *On* dan *Line*. *On* artinya hidup, sedangkan *line* artinya saluran. Jadi, *Online* adalah keadaan komputer atau *handphone*

yang terkoneksi atau terhubung ke jaringan internet. Dalam arti lain, *Online* merupakan sebuah istilah yang digunakan untuk menyebutkan ketika kita sedang terhubung dengan jaringan internet.

Dari uraian diatas, dapat disimpulkan bahwa pembelajaran *online* adalah proses pembelajaran yang menggunakan jaringan internet dengan aksesibilitas, konektivitas, dan kemampuan untuk memunculkan berbagai jenis interaksi pembelajaran yang menyediakan materi dengan berbagai media baik dalam bentuk video, rekaman, ataupun media aplikasi lainnya. Dengan kata lain, pembelajaran *online* ini adalah salah satu solusi untuk menerapkan *social distancing* guna mencegah mata rantai penyebaran wabah Covid-19. Pembelajaran jarak jauh atau secara *online* membutuhkan sebuah media yang dapat mendistribusikan ilmu pengetahuan dan sebagai wadah proses kegiatan belajar mengajar. Wadah media yang digunakan dalam pembelajaran jarak jauh sekarang ini menggunakan jaringan internet dan sebuah *website* sebagai wadah berupa *online learning*. (Handarini & Wulandari, 2020)

Perkembangan teknologi informasi berdampak pada proses pembelajaran yang semakin efektif. Perkembangan teknologi informasi ini secara nyata nampak pada pembelajaran berbasis jaringan komputer. Secara nyata penggunaan jaringan *online technology* ini dengan telah digunakannya internet sebagai sarana komunikasi interkatif. Dalam konteks makro penggunaan jaringan ini memiliki dampak yang sangat luas terhadap produktifitas kerja manusia.(Nila et al., 2021)

Beberapa manfaat dari pembelajaran Online, yaitu sebagai berikut:

- 1) Meningkatkan kadar interaksi pembelajaran antara pengajar dan pelajar.
- 2) memungkinkan terjadinya interaksi pembelajaran dari mana dan kapan saja (*time and place flexibility*).
- 3) Mempermudah peserta didik dalam cakupan yang luas
- 4) Selain manfaat yang diutarakan di atas, pembelajaran *online* juga dapat melatih, membentuk dan meningkatkan kemandirian

belajar mahasiswa dalam mengikuti proses pembelajaran.(Elisvi et al., 2020)

b. Kelebihan dan Kekurangan Pembelajaran Online

Dapat diketahui bahwa kelebihan pembelajaran *online* terdiri dari:

- 1) Tersedianya fasilitas *e-moderating* dimana pengajar dan pelajar dapat berkomunikasi secara mudah melalui fasilitas internet secara reguler atau kapan saja kegiatan berkomunikasi itu dilakukan tanpa dibatasi oleh jarak, tempat dan waktu.
- 2) Tenaga pendidik dan mahasiswa dapat menggunakan bahan ajar yang terstruktur dan terjadwal melalui internet.
- 3) Mahasiswa dapat mereview bahan ajar setiap saat dan dimana saja apabila diperlukan mengingat bahan ajar tersimpan di komputer.
- 4) Bila mahasiswa memerlukan tambahan informasi yang berkaitan dengan bahan yang dipelajari, dapat mudah di akses mealui internet.
- 5) Relatif lebih efisien. Misalnya bagi pelajar atau mahasiswa yang tinggal jauh dari Perguruan Tinggi atau sekolah konvensional dapat

mengaksesnya.

- 6) Meningkatkan kemampuan pendidik dan mahasiswa dalam menggunakan Teknologi Informasi.
- 7) Mahasiswa bebas memutuskan kapan memulai, kapan harus menyelesaikan dan bagian mana dari modul yang akan dipelajari terlebih dahulu.
- 8) Dapat menghemat biaya, termasuk biaya perjalanan ke lokasi belajar, dan akomodasi selama masa studi, biaya administrasi, fasilitas fisik, dan ruang kelas. (Suheriy et al., 2020)

Sedangkan kelemahan dari pembelajaran online adalah sebagai berikut:

- 1) Kurangnya interaksi antara dosen dan mahasiswa atau bahkan antara mahasiswa itu sendiri. Kurangnya interaksi ini bisa memperlambat terbentuknya nilai-nilai dalam proses belajar dan mengajar.
- 2) Tidak semua tempat tersedia dengan fasilitas internet.
- 3) Siswa atau mahasiswa yang tidak memiliki motivasi belajar cenderung gagal.

- 4) Kurang tenaga kerja pendidikan yang mengetahui dan memiliki keterampilan dalam akses internet.
- 5) Penjelasan materi dari dosen tidak efektif.
- 6) Kurangnya pembeli kuota oleh tiap mahasiswa.
- 7) Sarana prasarana yang tidak mendukung menyebabkan kesulitan untuk mengakses grafik, gambar dan video.
- 8) Proses belajar dan megajarkannya cenderung ke arah pelatihan daripada pendidikan.(Elisvi et al., 2020)

c. Indikator Pembelajaran *Online*

Adapun indikator dari pembelajaran *online* yaitu sebagai berikut:

1. Media aplikasi
2. Interaksi terbatas
3. Akses jaringan internet
4. Pembelajaran jarak jauh

2. Tinjauan Tentang Stres

a. Pengertian Stres

Stress berasal dari kata “*stingere*” yang mempunyai arti ketegangan dan tekanan. Secara Harfiah stres dapat didefinisikan sebagai stimulus

atau situasi yang memicu emosi negatif yang menciptakan tuntutan fisik dan psikis pada individu dalam menghadapi ancaman. Awal mula teori stres berasal dari penelitian Canon pada tahun 1929 kemudian diadopsi oleh Mayer pada tahun 1951 yang melatih para dokter untuk menggunakan riwayat hidup pasien sebagai sarana diagnostik karena banyak dijumpai kejadian traumatik pada pasien yang menyebabkan penyakit. (R. Jannah & Santoso, 2021)

Stres adalah gangguan pada tubuh dan pikiran yang disebabkan oleh perubahan dan tuntutan kehidupan. Menurut Charles D. Spielberger, menyebutkan stres adalah tuntutan-tuntutan eksternal yang mengenai seseorang misalnya objek dalam lingkungan atau sesuatu stimulus yang secara obyektif adalah berbahaya. Stres sering diartikan sebagai tekanan, ketegangan, gangguan yang tidak menyenangkan yang berasal dari luar diri seseorang.

Kupriyanov dan Zhdanov, menyatakan bahwa stres yang ada saat ini adalah sebuah atribut kehidupan modern. Hal ini dikarenakan stres sudah menjadi bagian hidup yang tidak bisa terelakkan. Baik di

lingkungan sekolah, kampus, kerja, keluarga, atau dimanapun, stres bisa dialami oleh seseorang. Stres juga bisa menimpa siapapun termasuk anak-anak, remaja, dewasa, atau yang sudah lanjut usia. Yang menjadi masalah adalah apabila jumlah stres itu begitu banyak dialami seseorang.

Stres juga diartikan sebagai tekanan, ketegangan, gangguan yang tidak menyenangkan yang berasal dari luar diri seseorang dan kondisi atau perasaan yang dialami ketika seseorang menganggap bahwa tuntutan-tuntutan melebihi sumber daya sosial dan personal yang mampu dikerahkan seseorang. (Agusmar et al., 2019)

Geegson mendefinisikan stres sebagai sebuah keadaan yang dialami individu ketika terjadi sebuah ketidaksesuaian antara tuntutan-tuntutan yang dialami individu ketika terjadi sebuah ketidaksesuaian antara tuntutan yang diterima dan kemampuan untuk mengatasinya. (R. Jannah & Santoso, 2021)

Menurut Andrew Goliszek, stres adalah suatu respon adaptif individu pada berbagai tekanan atau tuntutan eksternal dan menghasilkan berbagai gangguan, meliputi gangguan fisik, emosional, dan perilaku. (Goliszek, 2005)

Sarafino mengkonseptualisasikan stress kedalam tiga pendekatan yaitu :

1) Stres sebagaistimulus

Pendekatan ini memiliki focus pada lingkungan, sumber stress hadir dalam bentuk keadaan yang mengancam dan membahayakan sehingga menimbulkan ketegangan. Sumber stress ini disebut stressor.

2) Stres sebagai respon

Fokus dari pendekatan ini adalah reaksi seseorang terhadap stressor. Reaksi ini muncul dalam dua bentuk yaitu psikologis dan fisiologis. Bentuk psikologis meliputi tingkah laku, pola pikir dan emosi. Bentuk fisiologis mencakup gerakan tubuh yang meningkat detak jantung, mulut terasa kering.

3) Stres sebagai proses

Fokus dari pendekatan ini adalah reaksi seseorang terhadap stressor. Reaksi ini muncul dalam dua bentuk yaitu psikologis dan fisiologis. Bentuk psikologis meliuti

tingkah laku, pola pikir dan emosi. Bentuk fisiologis mencakup gerakan tubuh yang meningkat detak jantung, mulut terasa kering.

Dalam konteks mahasiswa, terdapat empat sumber stres, yaitu interpersonal, Intrapersonal, Akademik dan lingkungan. Interpersonal adalah sebuah stressor yang dihasilkan dari hubungan dengan orang lain, misalnya konflik dengan orang tua, teman, dosen atau pacar. Intrapersonal adalah stressor yang berada dari dalam diri individu itu sendiri, misalnya kesulitan keuangan, perubahan kebiasaan makan atau tidur, dan kesehatan menurun. Sedangkan akademik adalah stressor yang berhubungan dengan aktivitas perkuliahan dan masalah yang mengikutinya, misalnya nilai ujian yang jelek, tugas yang banyak, dan materi pelajaran yang sulit. Terakhir yaitu lingkungan, lingkungan adalah stressor yang berasal dari lingkungan sekitar, selain akademik, misalnya kurangnya waktu liburan, macet, dan lingkungan tempat tinggal yang tidak nyaman. (M. Jannah & Anggeraini, 2021)

Cara pandang Islam dalam melihat segala hal yang terjadi di dunia, sudah dipandu di dalam kitab suci Alquran, terdapat pada QS Al-Baqarah (2): 155 yaitu:

وَلَنَبْلُوَنَّكُمْ بِشَيْءٍ مِّنَ الْخَوْفِ وَالْجُوعِ وَنَقْصٍ مِّنَ الْأَمْوَالِ وَالْأَنْفُسِ
وَالْثَّمَرَاتِ ۚ وَبَشِّرِ الصَّابِرِينَ

Terjemahnya:

Dan sungguh akan Kami berikan cobaan kepada kamu, dengan sedikit ketakutan, kelaparan, kekurangan harta, jiwa dan buah-buahan. Dan berikanlah berita gembira kepada orang-orang yang sabar.

(QS Al-Baqarah (2): 155).(Marta, 2015)

Berdasarkan dari ayat diatas yang dikaitkan dengan keadaan sekarang, adanya Covid-19 merupakan salah satu cobaan bagi umat manusia, yang membuat manusia merasa takut dan khawatir oleh penyebaran Covid-19 tersebut. Oleh sebab itu, sikap yang diambil adalah meyakini bahwa virus adalah makhluk Allah, tunduk dan taat atas perintah Allah Subhanahu wa ta'ala. Dari ayat diatas dapat dikatakan bahwa manusia harus kembali kepada jati

dirinya, ialah Yang Maha Kuasa di balik semua kejadian dimuka bumi ini. Sikap selanjutnya adalah berdoa, karena kekhawatiran akan menyebarnya virus corona bukan menjadikan paranoid, sebagai insan beriman kita harus yakin bahwa semua itu atas kehendakNya, maka berdoa agar selamat dan dijaga dari penyebaran penyakit akibat virus corona menjadi sesuatu yang harus kita mohon kan kepada Allah Subhanahu wa ta'ala.

Berdasarkan beberapa definisi di atas, maka dapat diambil kesimpulan bahwa stres adalah respon individu terhadap keadaan yang memicu stress (stressor) yang mengancam sehingga individu merasa tertekan dan individu akan bereaksi secara fisiologis maupun psikologis dalam menghadapi tuntutan lingkungan dan menimbulkan perasaan tegang dan tidak nyaman.

b. Jenis-jenis Stres

Secara umum macam-macam stres terdiri dari beberapa bagian yaitu :

1) Stres Positif

Jenis yang pertama, stres yang memiliki makna positif. Banyak orang yang mengartikan

jika stres merupakan hal yang selalu negatif, padahal sebenarnya tidak. Hal-hal yang positif ternyata juga bisa membuat seseorang merasa stres. Misalnya, banyak orang yang justru mengalami tekanan ketika akan melangsungkan pernikahan, stres dalam pekerjaan, atau stres dalam menghadapi kelulusan. Mengalami stres untuk acara-acara yang baik seperti ini merupakan hal yang wajar terjadi, sepanjang stres yang dialami tidak terlalu berat. Justru stres seperti ini berdampak baik untuk kesehatan, karena sebenarnya stres dalam tingkatan rendah terbukti mampu meningkatkan sistem imun. Selain itu, stress positif seperti ini juga membuat seseorang yang mampu menemukan inspirasi dan bahkan mencapai target yang diinginkan.

2) Distres internal

Jenis stres yang satu ini memang termasuk sebagai tekanan akibat hal-hal buruk. Berbeda dengan stres positif, stres ini diakibatkan karena adanya ancaman atau situasi yang tidak menyenangkan. Saat mengalami stres macam ini, tubuh secara otomatis akan

membentuk pertahanan diri sehingga memunculkan perasaan tidak nyaman. Tubuh memang secara hakikat senang pada posisi yang nyaman, sehingga saat ada ancaman tentu seseorang akan berusaha untuk memikirkan cara untuk mempertahankan diri. Pikiran-pikiran tersebut menyebabkan tubuh mengalami distress internal. Anda sebaiknya mampu mengelola stress dengan baik ketika hal ini terjadi. (Sandra & Ifdil, 2015)

3) Distres akut

Tipe stres berikutnya, yaitu distress akut. Tragedi yang mengerikan bisa menyebabkan seseorang mengalami stres akut. Distress akut, biasanya terjadi dengan cepat karena jenis peristiwa yang terjadi sekilas. Stres ini berbeda dengan jenis stres kronik yang penderitanya bisa mengalami stres dalam waktu yang lama. Jenis stres yang satu ini bisa membahayakan apabila seseorang mengalaminya secara berlebihan.

Stres yang berlangsung dalam tingkatan tinggi, dapat menyebabkan *hyperstress*. Ada banyak cara mengatasi stress yang bisa

dilakukan sendiri, tetapi jika mengalami stres berat sebaiknya hubungi psikolog.

4) Hipostres

Hipostres juga merupakan salah satu jenis stres yang diakibatkan karena hal buruk. Jenis stres ini terjadi ketika seseorang mengalami suatu keadaan akibat tidak ada tekanan sama sekali. Dengan kata lain, Hipostres dapat dikatakan sebagai ketiadaan stres yang justru membuat seseorang mengalami bosan yang luar biasa.

Seseorang yang mengalami jenis satu ini tidak memiliki tekanan untuk melakukan sesuatu dan bahkan tidak merasakan tantangan apa pun. Akibat lanjutannya, bisa terjadi depresi, bahkan muncul keinginan untuk mengakhiri hidup karena menganggap hidupnya merupakan suatu kesia-siaan.

5) Eustress

Eustress merupakan jenis stres yang bisa dikatakan sebagai stres yang baik untuk seseorang. Tekanan yang terjadi tidak membuat seseorang merasa terpuruk akan tetapi justru

berusaha untuk mengatasinya. Stres seperti ini biasanya terjadi pada orang-orang yang memiliki manajemen stress yang sangat baik. Tekanan yang terjadi pada stres jenis ini justru membuat orang sadar bahwa ada sesuatu yang harus dilakukan. (Musradinur, 2016)

Menurut Sri Kusmiati dan Desminiarti, berdasarkan penyebabnya stres dapat digolongkan menjadi:

- a) Stres Fisik, disebabkan oleh suhu atau temperatur yang terlalu tinggi atau rendah, suara amat bising, sinar yang terlalu terang atau tersengat arus listrik.
- b) Stres kimiawi, disebabkan oleh asam-basa kuat, obat-obatan, zat beracun, hormone atau gas. Stres mikrobiologik, disebabkan oleh virus, bakteri atau parasit yang menimbulkan bakteri.
- c) Stres fisiologik, disebabkan oleh gangguan struktur fungsi jaringan, organ, atau sistematis sehingga menimbulkan fungsi tubuh tidak normal. (Arroisi, 2020)

c. Faktor-faktor Penyebab Stres

Banyak faktor yang menjadi penyebab stres, baik faktor dari dalam maupun dari luar yang dapat menyebabkan stres dalam kehidupan individu. Dari beberapa kasus, banyak kejadian yang dapat memicu adanya stres seperti, kurangnya ekonomi, tingginya biaya hidup, beban kerja, dan gangguan dari orang lain. Hal tersebut dapat memicu adanya stres. Sementara kejadian sehari-hari seperti kondisi kesehatan fisik, tekanan baik dari luar individu maupun dari dalam individu juga bisa berpotensi untuk menyebabkan stres. (Oktavia et al., 2019)

Stres disebabkan oleh banyak faktor yang biasa disebut stressor. Stressor merupakan stimulus yang mengawali atau mencetuskan perubahan. Stressor menunjukkan suatu kebutuhan yang tidak terpenuhi dan kebutuhan tersebut bisa saja kebutuhan fisiologis, psikologis, sosial, lingkungan, perkembangan, spiritual atau kebutuhan kultural. Stressor secara umum dapat klasifikasikan sebagai stressor internal dan stressor eksternal. Stressor eksternal berasal dari luar diri seseorang, misalnya perubahan lingkungan sekitar, keluarga, dan

sosialbudaya.(Oktavia et al., 2019)

Beberapa faktor umum penyebab dari stres antara lain:

1. Masalah pekerjaan
2. Ujian
3. Problematika rumah tangga
4. Kesehatan terganggu
5. Kurang tidur
6. Beban pekerjaan
7. Dan masalah keuangan.(Amelia, 2020)

Berikut ini adalah beberapa faktor yang mempengaruhi stres menurut Santrock, yaitu sebagai berikut :

a) Faktor Lingkungan

Stres muncul karena suatu stimulus menjadi semakin berat dan berkepanjangan sehingga individu tidak lagi bisa menghadapinya. Ada tiga tipe konflik yaitu mendekat-mendekat, menghindar - menghindar dan mendekat-menghindar (*approachavoidance*). Frustrasi terjadi jika individu tidak dapat mencapai tujuan yang diinginkan. Stres dapat muncul akibat kejadian

besar dalam hidup maupun gangguan sehari-hari dalam kehidupan individu.

b) Faktor Kognitif

Lazarus percaya bahwa stres pada individu tergantung pada bagaimana mereka membuat penilaian secara kognitif dan menginterpretasi suatu kejadian. Penilaian kognitif adalah istilah yang digunakan Lazarus untuk menggambarkan interpretasi individu terhadap kejadian-kejadian dalam hidup mereka sebagai suatu yang berbahaya, mengancam, atau menantang (penilaian primer) dan keyakinan mereka apakah mereka memiliki kemampuan untuk menghadapi suatu kejadian dengan efektif (penilaian sekunder). Strategi "pendekatan" biasanya lebih baik dari pada strategi "menghindar".

c) Faktor Keribadian

Pemilihan strategi mengatasi masalah yang digunakan individu dipengaruhi oleh karakteristik kepribadian seperti kepribadian optimis dan pesimis. Seperti yang dipaparkan

oleh Carver bahwa individu yang memiliki kepribadian optimis lebih cenderung menggunakan strategi mengatasi masalah yang berorientasi pada masalah yang dihadapi. Bagi individu yang memiliki rasa optimis yang tinggi lebih mensosiasikan dengan penggunaan strategi *coping* yang efektif. Sebaliknya, individu yang pesimis cenderung bereaksi dengan perasaan negatif terhadap situasi yang menekan dengan cara menjauhkan diri dari masalah dan cenderung menyalahkan diri sendiri.

d) Faktor Sosial-Budaya

Akulturası mengacu pada perubahan kebudayaan yang merupakan akibat dari kontak yang sifatnya terus menerus antara dua kelompok kebudayaan yang berbeda. Stres akulturasi adalah konsekuensi negatif dari akulturasi. Anggota kelompok etnis minoritas sepanjang sejarah telah mengalami sikap permusuhan, prasangka, dan ketiadaan dukungan yang efektif selama krisis, yang menyebabkan pengucilan, isolasi sosial, dan

meningkatnya stres. Diketahui Kemiskinan juga dapat menyebabkan stres yang berat bagi individu dan keluarganya. Kondisi kehidupan yang kronis, seperti pemukiman yang tidak memadai, lingkungan yang berbahaya, tanggung jawab yang berat, dan ketidakpastian keadaan ekonomi merupakan stresor yang kuat dalam kehidupan warga yang miskin. Kemiskinan terutama dirasakan berat di kalangan individu dari etnis minoritas dan keluarganya. (Wiramihardja, 2015)

Yusuf menyebutkan bahwa faktor-faktor penyebab stres dapat dibagi menjadi dua, yaitu berupa pengaruh internal seperti kondisi tubuh/fisik dan konflik pribadi, kemudian pengaruh eksternal seperti keluarga, orangtua yang otoriter, masalah ekonomi dan lingkungan masyarakat. (Zulkarnain, 2020)

Ahli lain Alvin mengatakan bahwa stressor dapat dibedakan menjadi stressor internal dan stressor eksternal. Stressor internal berasal dari diri sendiri berupa

pikiran-pikiran negatif, keyakinan dalam diri, dan kepribadian yang dimiliki. Kepribadian adalah sifat tingkah laku yang khas seseorang yang membedakannya dengan orang lain integrasi karakteristik dari struktur-struktur, pola tingkah laku, minat, pendirian, kemampuan atau kecerdasan, dan potensi yang dimiliki seseorang. Sedangkan faktor eksternal yang dapat mempengaruhi yaitu lingkungan tempat tinggal, lingkungan belajar, dan berbagai peristiwa sehari-hari.

Jadi sebagai kesimpulan bahwa faktor penyebab stres dapat dibagi menjadi dua, yaitu dilihat dari faktor internal dan faktor eksternal. Faktor internal sendiri dapat berupa potensi dalam diri, kemampuan/kecerdasan diri seseorang, dan kepribadian seseorang yang merupakan ciri khas orang tersebut yang membedakannya dengan orang lain. Sedangkan faktor eksternal bisa berupa keluarga, interpersonal atau hubungannya dengan orang lain, hukum atau peraturan yang ia patuhi, keuangan, dan pekerjaan.

d. Gejala-gejala Stres

Dapat diketahui bahwa stres dikenali dengan gejala-gejala tersebut. Jenis stres negatif atau yang disebut distres, dapat membawa kerugian bagi seseorang karena akan menimbulkan perasaan-perasaan tidak baik seperti jenuh, cemas, ketakutan, dan kekhawatiran. Jenis stres negatif menimbulkan gejala-gejala yang akan nampak pada segi fisik, emosi, kognitif, dan interpersonal. Beberapa gejala stres yang sering dialami seseorang seperti gangguan jam tidur, merasa lelah dan hanya memiliki sedikit tenaga dalam melakukan kegiatan pekerjaan dan rumah, memiliki gangguan makan, dan sulit berkonsentrasi saat menonton televisi yang memiliki nilai rata-rata yang lebih tinggi.(Fala et al., 2020)

Adapun gejala-gejala stres dapat diketahui sebagai berikut:

1) Gejala fisik

Yaitu berupa keluhan seperti sakit kepala, sakit pinggang, susah tidur, sakit perut, hilang selera makan, dan kehilangan semangat.

2) Gejala emosi

Berupa keluhan seperti gelisah, cemas, mudah marah, sedih, gugu, dan takut.

3) Gejala kognitif

Berupa keluhan seperti susah berkonsentrasi, sulit membuat keputusan, mudah lupa, dan ikiran kacau.

4) Gejala interpersonal

Berupa sikap acuh tak acuh pada lingkungan, minder, kehilangan kepercayaan pada orang lain, dan mudah menyalahkan orang lain.

5) Gejala organisasional

Yaitu, gejala berupa meningkatnya keabsenan dalam kuliah atau bimbingan skripsi, menurunnya produktivitas, ketegangan dengan teman, menurunnya dorongan untuk berprestasi.(Broto, 2016)

e. Tahapan Stres

Hidayat menjelaskan jika terdapat beberapa tahapan stres pada manusia, antara lain:

1) Tahap I

Dalam tahapan ini adalah tahap yang paling ringan dalam tingkat stres. Seseorang yang telah

mengalami stres akan menunjukkan semangat yang berlebihan, bertambahnya penglihatan menjadi lebih tajam, akan merasa mampu menyelesaikan semua pekerjaan di hadapannya, dan merasa senang dengan pekerjaan yang dilakukan, namun tanpa disadari menyebabkan cadangan energi dalam tubuh akan cepat terkuras habis.

2) Tahap II

Pada tahap kedua stres yang dialami seseorang akan merasa mudah lelah seperti bangun pagi merasa lemas, badan pegal-pegal, dan sering mengalami gangguan dalam perut sehingga membuat tidak nyaman.

3) Tahap III

Dalam tahap ini, jika seseorang sedang mengalami stres dan memaksakan diri untuk menjalankan semua kegiatan seperti hari biasanya maka seseorang tersebut akan mengalami ketegangan otot ketegangan emosional, dan gangguan pola tidur.

4) Tahap IV

Pada tahap ini, seseorang yang sedang mengalami stres akan merasa bahwa segala sesuatu yang bisa dilakukan adalah hal yang membosankan, sering merasa ketakutan, mengalami penurunan daya konsentrasi.

5) Tahap V

Pada tahap ini jika keadaan stres berlanjut, maka seseorang yang mengalami stres akan merasakan kelelahan fisik dan mental, sering bingung dan panik, dan bisa berpengaruh pada sistem pencernaan.

6) Tahap VI

Pada tahap ini merupakan tahap klimaks dari seseorang yang sedang mengalami stres, yaitu seseorang yang stres dalam tahap ini akan mengalami sesak nafas, badan terus berkeringat, jantung semakin berdebar-debar dan merasa loyo atau tidak memiliki tenaga serta penurunan daya tahan tubuh.

Berdasarkan informasi yang telah dipaparkan sebelumnya khususnya yang berhubungan dengan tahapan stres, maka peneliti

menyimpulkan beberapa indikator stres diantaranya yaitu:

f. Indikator Stres

1. Tahap I

- a) Lupa
- b) Ketiduran
- c) Tidak fokus
- d) Tidak nafsu makan

2. Tahap II

- a) Merasa lemas saat bangun pagi
- b) Badan pegal-pegal
- c) Sakit perut

3. Tahap III

- a) Sakit kepala
- b) Otot tegang
- c) Sering berkeringat

4. Tahap IV

- a) Bosan
- b) Merasa ketakutan
- c) Kurang konsentrasi
- d) Gangguan pola tidur

5. Tahap V

- a) Panik

- b) Cemas
 - c) Mudah marah
 - d) Putus asa
 - e) Jenuh
6. Tahap VI
- a) Sesak nafas
 - b) Jantung berdebar-debar
 - c) Restasi menurun
 - d) Pekerjaan tidak maksimal
 - e) Tidak mampu istirahat dengan maksimal.

B. Hasil Penelitian yang Relevan

Untuk menghindari adanya penelitian yang sama dengan yang akan dilakukan oleh penulis, maka penulis melakukan penelusuran beberapa tulisan yang telah dilakukan sebelumnya, baik dalam bentuk penelitian maupun dalam bentuk buku.

Dari hasil penelusuran, penulis menemukan beberapa tulisan yang relevan, diantaranya:

1. Miftahul Jannah, *“Pengaruh Pembelajaran Via Online Selama Pandemi Covid-19 Terhadap Tingkat Stres Mahasiswa Tingkat Akhir Fakultas Kedokteran Universitas Muhammadiyah Makassar”*. Penelitian ini dilatar belakangi dengan adanya pandemi Covid-19 yang

pertama kali terjadi di China, Wuhan. Sejak adanya kasus tersebut, menyebabkan terjadinya pembatasan aktivitas seperti dilakukannya isolasi sosial, anjuran untuk tetap dirumah, karantina seluruh masyarakat, dan penutupan instansi Pendidikan. Mahasiswa sebagai salah satu individu yang jumlahnya paling banyak dalam instansi pendidikan yang tentunya sangat merasakan dampak pandemi Covid-19, dimana sistem pembelajaran yang biasanya dilakukan secara tatap muka baik lingkungan kampus ataupun bentuk praktek berubah menjadi pembelajaran secara online. Hal ini dapat menjadi pemicu mental kesehatan mahasiswa, terutama mahasiswa tingkat akhir. Jenis penelitian ini adalah penelitian kuantitatif dengan metode pendekatan *cross sectional*. Pengumpulan data dilakukan dengan cara membagikan kuesioner kepada mahasiswa tingkat akhir sebanyak 62 orang, kemudian dianalisis menggunakan uji *Chi-Square*. Adapun tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui apakah ada pengaruh pembelajaran via online selama pandemic covid-19 terhadap tingkat stres mahasiswa tingkat akhir Fakultas Kedokteran Universitas Muhammadiyah Makassar. Dari hasil penelitian menunjukkan bahwa 15

orang (24,2 %) menilai bahwa pembelajaran via online selama pandemic Covid-19 efektif, dan 47 orang (75,2 %) lainnya menilai bahwa pembelajaran via online selama pandemic tidak efektif.(M. Jannah & Anggeraini, 2021)

Perbedaan dalam Penelitian Miftahul Jannah, *“Pengaruh Pembelajaran Via Online Selama Pandemi Covid-19 Terhadap Tingkat Stres Mahasiswa Tingkat Akhir Fakultas Kedokteran Universitas Muhammadiyah Makassar”*. Beliau menggunakan penelitian kuantitatif dengan metode pendekatan *cross sectional*. Sedangkan dalam penelitian penulis, menggunakan pendekatan dengan metode pendekatan *Ex Post Facto*.

Persamaan dalam Penelitian Miftahul Jannah maupun penulis, sama-sama menganalisis tingkat stres mahasiswa dalam proses pembelajaran online.

2. Maria Heni Anggraeni, *“Tingkat Stres Dalam Mengikuti Pembelajaran Online Di Masa Pandemi Covid-19 Pada Mahasiswa”*. Penelitian ini dilatar belakangi dengan adanya sistem pembelajaran online selama pandemic covid-19 yang pertama kali terjadi Sekitar bulan Februari – Maret 2020 yang diduga berasal dari kota Wuhan, Cina.

Jenis penelitian ini adalah deskriptif kuantitatif. Subyek penelitian adalah mahasiswa/i angkatan 2020 Program Studi Bimbingan dan Konseling Universitas Sanata Dharma Yogyakarta tahun ajaran 2020/2021 berjumlah 82 orang. Pengumpulan data pada penelitian ini menggunakan kuesioner Tingkat Stres dalam Mengikuti Pembelajaran *Online* di Masa Pandemi Covid-19 pada Mahasiswa, setelah uji validitas menghasilkan 43 item valid. Kuesioner disusun berdasarkan aspek yang dikemukakan oleh Sarafino & Smith yakni; aspek biologis dalam bentuk gejala fisik; aspek psikologis dalam bentuk gejala kognisi (pikiran), emosi, dan tingkah laku. Nilai koefisien reliabilitas instrumen menggunakan pendekatan *Alpha Chronbach* (α) sebesar 0,938. Tingkat stres dan capaian skor item tingkat stres dianalisis dengan menggunakan teknik deskriptif. Adapun tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui tingkat stres mahasiswa dalam mengikuti pembelajaran *online* di masa pandemi pada mahasiswa angkatan 2020 Program Studi Bimbingan dan Konseling Universitas Sanata Dharma Yogyakarta tahun ajaran 2020/2021. (Sizeh, 2021)

Perbedaan dalam Penelitian Maria Heni

Anggraeni, *“Tingkat Stres Dalam Mengikuti Pembelajaran Online Di Masa Pandemi Covid-19 Pada Mahasiswa”*. Dalam penelitian ini, beliau mengidentifikasi butir item apa saja yang capaiannya tinggi sehingga bisa dijadikan dasar usulan topik bimbingan dan konseling pribadi dan belajar pada mahasiswa angkatan 2020 Program Studi Bimbingan dan Konseling Universitas Sanata Dharma Yogyakarta Tahun Ajaran 2020/2021. Sedangkan persamaan dalam penelitian Maria Heni Anggraeni maupun penulis, yaitu penelitian ini sama-sama menganalisis tentang tingkat stres dalam mengikuti pembelajaran *online*.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa mahasiswa angkatan 2020 Program Studi Bimbingan dan Konseling di Universitas Sanata Dharma Yogyakarta ini sebagian besar mengalami stres dalam mengikuti pembelajaran *online* di masa pandemi Covid-19.

3. Syarifatur Rofiah, *“Pengaruh Pembelajaran Online Terhadap Stres Akademik Siswa di SMA Negeri 1 Kepanjen Pada Masa Pandemi Covid-19”*. Penelitian ini dilatar belakangi dengan adanya pandemi Covid-19 yang pertama kali terjadi di Wuhan, China. Perubahan pola pembelajaran terjadi di Indonesia selama wabah

pandemi Covid-19. Pola pembelajaran tatap muka yang biasa dilakukan pada semua jenjang pendidikan sekolah menengah atas, harus digantikan dengan pembelajaran online.

Jenis penelitian ini adalah penelitian *observasional analitik* dengan pendekatan *cross sectional*. Penelitian ini memiliki tujuan untuk mengetahui bagaimana pengaruh pembelajaran online terhadap stres akademik siswa pada masa pandemi covid-19. Jumlah sampel sebanyak 285 siswa. Hasil dari penelitian menunjukkan bahwa adanya pengaruh pembelajaran online terhadap stres akademik yang dialami siswa disekolah, pembelajaran online membutuhkan dukungan dan berbagai pihak baik pemerintah dan sekolah.

Perbedaan dalam penelitian Syarifatur Rofiah, “*Pengaruh Pembelajaran Online Terhadap Stres Akademik Siswa di SMA Negeri 1 Kepanjen Pada Masa Pandemi Covid-19*”. Dalam penelitian ini, peneliti sebelumnya ingin mengetahui bagaimana pengaruh pembelajaran online terhadap stres akademik siswa di SMA Negeri 1 di Kepanjen dengan menggunakan pendekatan *cross sectional*. Sedangkan dalam penelitian

ini, penulis menggunakan metode *ex post facto*.

Adapun persamaan dalam penelitian Syarifatur Rofiah maupun penulis, sama-sama ingin mengetahui pengaruh pembelajaran online terhadap tingkat stres siswa dan mahasiswa pada masa pandemi Covid-19.

C. Hipotesis

Hipotesis merupakan jawaban sementara terhadap rumusan masalah penelitian yang telah dinyatakan, dalam bentuk pernyataan. Dikatakan sementara, karena jawaban yang diberikan baru berdasarkan pada fakta-fakta empiris yang diperoleh melalui pengumpulan data.

Adapun hipotesis dalam penelitian ini adalah sebagai berikut:

HA = Pembelajaran *Online* berpengaruh terhadap tingkat stres mahasiswa Program Studi Bimbingan Penyuluhan Islam pada masa pandemi.

HO = Pembelajaran *Online* tidak berpengaruh pada tingkat stres mahasiswa Program Studi Bimbingan Penyuluhan Islam pada masa pandemi.

BAB III

METODE PENELITIAN

A. Jenis dan Pendekatan Penelitian

1. Jenis penelitian

Jenis penelitian ini menggunakan penelitian *Ex Post Facto*. Penelitian *Ex Post Facto* merupakan suatu penelitian yang dilakukan untuk meneliti peristiwa yang telah terjadi dan kemudian ditelusur ke belakang untuk mengetahui faktor-faktor yang dapat menimbulkan kejadian tersebut. Penelitian ini menggunakan metode dasar yang sama dengan penelitian eksperimen, hanya saja dalam penelitian ini tidak ada manipulasi (perlakuan) langsung terhadap variabel independen.

Adapun karakteristik penelitian *Ex Post Facto* sebagai berikut:

- a. Dilakukan untuk melakukan penelitian terhadap peristiwa yang telah terjadi.
- b. Melalui data, penelitian dilakukan agar dapat mengetahui faktor-faktor penyebab yang memungkinkan peristiwa tersebut terjadi.
- c. Penelitian menggunakan sebuah logika dasar.(Siregar, 2015)

2. Pendekatan penelitian

Penelitian ini menggunakan penelitian kuantitatif. Menurut Sugiyono teknik pengumpulan data merupakan langkah yang paling utama dalam penelitian. Tujuan penelitian kuantitatif adalah mengembangkan dan menggunakan model-model matematis, teori-teori atau hipotesis yang berkaitan dengan fenomena alam. karena tujuan utama dari penelitian adalah mendapat data. Tanpa mengetahui teknik pengumpulan data, maka peneliti tidak akan mendapatkan data yang memenuhi standar data yang ditetapkan. Bila dilihat dari sumber datanya, maka pengumpulan data dapat menggunakan sumber *primer*, dan *sekunder*. Sumber primer adalah sumber data yang langsung memberikan data kepada pengumpul data, dan sumber sekunder merupakan sumber yang tidak langsung memberikan data kepada pengumpul data, misalnya lewat orang lain atau lewat dokumen.(Sugiyono, 2013)

B. Definisi Variabel

Definisi Variabel merupakan sebuah uraian yang berisikan sejumlah indikator yang dapat diamati dan diukur untuk mengidentifikasi variabel atau konsep yang

digunakan. Dalam penelitian ini terdiri dari dua variabel yaitu variabel bebas atau independen (X) dan variabel terikat atau dependen (Y). Variabel-variabel dalam penelitian ini yakni variabel bebas (X). Variabel bebas merupakan variabel yang mempengaruhi atau yang menyebabkan timbulnya atau berubahnya suatu variabel yang terikat. Sedangkan variabel terikat merupakan variabel yang dipengaruhi oleh variabel bebas.(Firdaus, 2020)

Adapun variabel dalam penelitian ini adalah :

1. Pembelajaran *Online* (Variabel Bebas, Diberi Tanda X)

Pembelajaran online merupakan proses pembelajaran yang dilakukan secara jarak jauh dengan bantuan internet oleh para peserta didik dimanapun dan kapanpun saat dibutuhkan.

2. Tingkat Stres Mahasiswa (Variabel Terikat, Diberi Tanda Y)

Stres adalah reaksi tubuh terhadap situasi yang menimbulkan tekanan, perubahan, ketegangan, emosi dan lain-lain. Dengan kata lain stres adalah respon individu terhadap keadaan yang memicu stress (stressor) yang mengancam sehingga individu merasa tertekan dan individu akan bereaksi secara fisiologis

maupun psikologis dalam menghadapi tuntutan lingkungan dan menimbulkan perasaan tegang dan tidak nyaman.

C. Tempat dan Waktu Penelitian

1. Tempat Penelitian

Penelitian ini dilakukan di kampus Institut Agama Islam Muhammadiyah Sinjai pada mahasiswa Program Studi Bimbingan Penyuluhan Islam Fakultas Ushuluddin dan Komunikasi Islam Angkatan 2019.

2. Waktu Penelitian

Sedangkan Waktu penelitian ini dilaksanakan selama bulan April sampai dengan bulan Juni 2022. Adapun alasan penulis memilih tempat penelitian di Kampus IAI Muhammadiyah Sinjai, karena secara akademik penulis melihat kondisi dan situasi yang sedang dialami oleh mahasiswa Bimbingan Penyuluhan Islam selama adanya sistem pembelajaran *online* banyak yang mengeluh dan merasa lelah karena pembelajarannya tidak efektif, sehingga hal tersebut dapat memicu adanya stres. Dengan hal ini, penulis tertarik untuk mengetahui apa pengaruh pembelajaran *online* terhadap tingkat stres mahasiswa selama masa pandemi.

D. Populasi dan Sampel

1. Populasi

Populasi adalah wilayah generalisasi yang terdiri atas objek/subjek yang memiliki kualitas dan karakteristik tertentu yang ditetapkan oleh peneliti untuk dipelajari dan kemudian akan ditarik sebuah kesimpulan. Jadi populasi bukan hanya orang, tetapi juga objek dan benda-benda alam lainnya. Populasi juga bukan hanya sekedar jumlah yang ada pada objek atau subjek yang dipelajari, tetapi meliputi seluruh karakteristik atau sifat yang dimiliki oleh subjek atau objek itu.

Populasi pada prinsipnya merupakan keseluruhan anggota kelompok, baik manusia, binatang, peristiwa, yang tinggal bersama dalam suatu tempat maupun secara terencana dapat menjadi target kesimpulan dari hasil akhir penelitian.(Siregar, 2015)

Dari uraian diatas, dapat ditarik kesimpulan bahwa populasi adalah keseluruhan dari objek penelitian, baik objek manusia, hewan maupun unsur-unsur lain yang terdapat dalam ruang lingkup sebuah objek yang telah ditentukan dalam penelitian.

Adapun populasi dalam penelitian ini adalah

mahasiswa aktif Program Studi Bimbingan dan Penyuluhan Islam Fakultas Ushuluddin dan Komunikasi Islam Angkatan 2019 dengan jumlah 70 orang.

2. Sampel

Sampel adalah bagian dari jumlah karakteristik yang dimiliki oleh populasi yang di gunakan dalam artian bagian dari populasi. (Tersiana, 2018) Bila populasi besar dan peneliti tidak mungkin mempelajari semua yang ada pada populasi, misalnya karena keterbatasan dana, tenaga dan waktu, maka peneliti dapat menggunakan sampel yang diambil dari poulasi itu. Apa yang dipelajari dari sampel itu, kesimpulannya akan dapat diberlakukan untuk populasi. Untuk itu sampel yang diambil dari populasi harus betul-betul representatif (mewakili).

Untuk menentukan sampel yang akan digunakan dalam penelitian ini, maka peneliti menggunakan *total sampling* atau sampel jenuh untuk menentukannya. Sampel jenuh merupakan teknik penentuan sampel dimana semua anggota populasi digunakan menjadi sampel.

Menurut Suharsimi Arikunto, jika jumlah populasinya kurang dari 100 orang maka jumlah

sampelnya diambil secara keseluruhan, tetapi jika populasinya lebih besar dari 100 orang, maka bisa diambil 10-15% atau 20-25% dari jumlah populasinya.(Arikunto, 2010)

Adapun yang akan menjadi sampel dalam peneitian ini sebanyak 70 orang dari seluruh total anggota populasi yaitu semua mahasiswa aktif Program Studi Bimbingan Penyuluhan Islam Fakultas Ushuluddin dan Komunikasi Islam Angkatan 2019.

E. Teknik Pengumpulan Data

Menurut Sugiyono teknik pengumpulan data merupakan langkah yang paling utama dalam penelitian, karena tujuan utama dari penelitian adalah mendapat data. Tanpa mengetahui teknik pengumpulan data, maka peneliti tidak akan mendapatkan data yang memenuhi standar data yang ditetapkan. Karena penelitian ini bersifat kuantitatif, maka teknik pengumpulan data yang digunakan oleh peneliti adalah:

1. Angket atau Kuesioner

Angket merupakan pengumpulan data yang berupa daftar pertanyaan tertulis baik secara langsung maupun tidak langsung yang tersusun dan disebarakan untuk mendapatkan informasi dari sumber data atau

mengumpulkan sejumlah pertanyaan tertulis untuk menjawab secara tertulis responden.(Margono, 2010) Adapun data yang ingin diketahui melalui angket adalah apa pengaruh pembelajaran online pada masa pandemi terhadap tingkat stres mahasiswa Program Studi Bimbingan Penyuluhan Islam Fakultas Ushuluddin dan Komunikasi Islam Angkatan 2019. Angket ini ditujukan kepada mahasiswa aktif Program Studi Bimbingan dan Penyuluhan Islam Fakultas Ushuuddin dan Komunikasi Islam IAI Muhammadiyah Sinjai.

2. Dokumentasi

Dokumen merupakan catatan peristiwa yang sudah berlalu. Dokumen bisa berbentuk tulisan, gambar, atau karya-karya monumental dari seseorang. Metode dokumentasi dalam penelitian digunakan untuk memperoleh daftar nama-nama mahasiswa aktif serta sejarah Program Studi Bimbingan Penyuluhan Islam. Penggunaan metode dokumentasi ini juga untuk memperkuat dan mendukung dokumen yang berbentuk buku-buku yang ada hubungannya dengan penulis serta informasi yang didapatkan dari hasil angket atau kuesioner.

F. Intrument Penelitian

Instrumen penelitian yang digunakan dalam penelitian ini berupa angket atau kuesioner yang dibuat sendiri oleh peneliti. Instrument penelitian adalah suatu alat pengumpul data yang digunakan untuk mengukur fenomena alam maupun sosial yang diamati. Dari pengertian diatas dapat disimpulkan bahwa instrumen merupakan suatu alat bantu yang digunakan oleh peneliti dalam menggunakan metode pengumpulan data. Adapun jenis instrument yang digunakan dalam penelitian ini adalah:

1. Lembar Kuesioner atau angket merupakan sejumlah pertanyaan yang digunakan untuk memperoleh informasi dari responden yang berkaitan dengan penelitian. Sehingga dalam instrument kuesioner pada penelitian ini yaitu berupa lembaran kertas yang berisi pertanyaan yang mana dalam angket tersebut sudah disertai jawaban, jadi mahasiswa hanya langsung mengisi dan memilih sesuai dengan jawaban yang telah disediakan.
2. Angket Dokumentasi

Adapun instrument dokumentasi yaitu sebagai berikut:

- a) *Handphone* (kamera) berfungsi untuk memotret jika peneliti sedang melakukan pembicaraan dengan responden atau sumber data serta untuk mempermudah penelitian berupa foto-foto kegiatan pelaksanaan penelitian.
- b) *Flashdisk* berfungsi untuk menyimpan file untuk kepentingan penelitian.
- c) Daftar nama-nama mahasiswa program studi Bimbingan Penyuluhan Islam.

Skala yang digunakan peneliti yaitu menggunakan skala likert. Skala likert digunakan untuk mengukur sikap, pendapat dan persepsi seseorang atau sekelompok orang fenomena sosial.(Wagiran, 2013) Jawaban setiap instrument yang menggunakan skala likert mempunyai gradiasi dari sangat positif sampai negatif yang dapat berupa kata-kata antara lain:

- SS : SANGAT SETUJU
- S : SETUJU
- TS : TIDAK SETUJU
- STS : SANGAT TIDAK SETUJU

Masing-masing nilai memiliki nilai sebagai berikut:

- SS : 4
- S : 3

TS : 2

STS : 1

G. Teknik Analisis Data

Untuk menganalisis data tentang Pengaruh Pembelajaran *Online* Pada Masa Pandemi Terhadap Tingkat Stres Mahasiswa Program Studi Bimbingan Penyuluhan Islam IAI Muhammadiyah Sinjai, peneliti akan menggunakan analisis data uji regresi linear sederhana dengan menggunakan bantuan SPSS 25(*Statistical Product And Service Solution*), karena program SPSS merupakan salah satu *Software* komputer untuk analisis statistika. Selain hasilnya yang akurat, *software* ini juga kompatibel dengan *software* yang lain seperti MS Word, MS Excel, MS Power Point. (Mustari, 2012)

Berdasarkan data yang diperoleh melalui kuesioner, maka hasil analisisnya dapat di presentasikan dalam tabel dan dianalisis berdasarkan variabel pembelajaran online yang selanjutnya dapat dilihat pengaruhnya terhadap tingkat stres mahasiswa program studi bimbingan penyuluhan islam.

1. Uji Validasi dan Reabilitasi data penelitian

Validasi data digunakan dengan bantuan aplikasi SPSS (*Statistical Product And Service*

Solution). Program Spss merupakan salah satu software komputer untuk analisis statistika. Selain hasilnya juga sangat akurat, software ini juga kompatibel dengan software yang lain seperti MS Word, MS Excel, dan MS Power Point.

2. Uji Normalitas

Uji normalitas akan menggunakan bantuan aplikasi SPSS (*Statistical Product And Service Solution*).

3. Uji Regresi Liner Sederhana

Uji Regresi Liner Sederhana akan menggunakan bantuan aplikasi SPSS (*Statistical Product And Service Solution*) yang berfungsi untuk menguji sejauh mana hubungan sebab akibat antara variabel faktor penyebab (X) terhadap variabel akibatnya.

4. Uji Hipotesis

Uji Hipotesis adalah metode pengambilan keputusan yang didasarkan dari analisis data, baik dari percobaan yang terkontrol, maupun dari observasi (tidak terkontrol).

BAB IV

HASIL PENELITIAN

A. Gambaran Umum Lokasi Penelitian

1. Gambaran umum IAI Muhammadiyah Sinjai

Muhammadiyah Sinjai sejak tahun 1967 dibawah kepemimpinan bapak Muhammad Syurkati Said mulai memasuki bidang Amal Usaha di Lapangan Perguruan Tinggi dengan membuka FIP (Fakultas Ilmu Pendidikan) cabang dari Unismuh Makassar dan berhasil mendidik sampai Sarjana Muda dengan Gelar BA kepada beberapa praktisi pendidikan di Kabupaten Sinjai pada saat itu. Namun mereka hanya melaksanakan perkuliahan di gedung tua milik Muhammadiyah sendiri yang dibangun pada tahun 1935. Sampai hari ini, bangunan tersebut dapat difungsikan dan telah direnovasi tahun 2012. Sarjana–sarjana tersebut sebagian besar melanjutkan pendidikan sampai menyandang sarjana lengkap (Drs.)sehingga dapat berkelayakan sebagaimana istilah sekarang.

Karena peraturan dan perundang-undangan menghendaki ketika itu bahwa mahasiswa harus

mengikuti ujian di Makassar dan tidak dibenarkan lagi ada Perguruan Tinggi yang berstatus cabang/kelas jauh maka FIB Unismuh Makassar cabang Sinjai dilebur ke induknya akibat adanya aturan itu. Dengan demikian maka guru dan alumni SLTA yang berminat melanjutkan pendidikan atau ingin menambah ilmunya mengalami kesulitan, beberapa tahun kemudian Muhammadiyah Bone dan Bulukumba membuka/mendirikan STIKP. Muhammadiyah, sehingga para pendidik (guru) yang berminat untuk menambah tingkat pendidikannya memilih antara STIKP Muhammadiyah Bone atau STIKP Muhammadiyah Bulukumba dan Makassar.

Muhammadiyah Sinjai memahami kondisi itu, maka pengurus berusaha kembali untuk membuka perkuliahan dan yang berhasil dibuka adalah Fakultas Tarbiyah Unismuh Makassar cabang Sinjai pada tahun 1974, dua tahun kemudian pada tahun 1976 baru memperoleh Izin Operasional status terdaftar dari Menteri Agama RI dengan surat keputusan Nomor: Kep/D.5110/1976 tanggal 15 April 1976, jurusan pendidikan Agama Islam

Program Sarjana Muda. Pada tahun 1986, Rektor Unismuh Makassar memberikan kesempatan untuk berdiri sendiri sehingga kesempatan itu dipergunakan dengan baik oleh Muhammadiyah Sinjai dengan merubah nama dari Fakultas Tarbiyah Unismuh Makassar cabang Sinjai menjadi Sekolah Tinggi Ilmu Tarbiyah (STIT) Muhammadiyah Sinjai, jurusan Pendidikan Agama Islam program sarjana strata satu (S1) dan telah berdiri sendiri dan memperoleh Izin Operasional Menteri Agama RI. Status terdaftar dengan surat Keputusan Nomor: 61/1990 tanggal 25 April 1990.

Pada tahun 1995, karena tuntutan dan peraturan pemerintah dalam hal ini Departemen Agama RI bahwa semua perguruan tinggi di bawah naungan Departemen Agama RI harus menyesuaikan diri dengan peraturan itu. Sehingga Sekolah Tinggi Ilmu Tarbiyah (STIT) Muhammadiyah Sinjai, berubah nama menjadi Sekolah Tinggi Agama Islam(STAI) Muhammadiyah Sinjai dengan menambah jurusan lagi, sehingga STAI Muhammadiyah Sinjai pada saat itu memiliki 3 (Tiga) Program Studi strata satu

(S1), yaitu Pendidikan Agama Islam (PAI), Bimbingan Penyuluhan Islam (BPI) dan Ekonomi Syariah. Sesuai dengan surat Keputusan Menteri Agama RI Nomor 226/1995 tanggal 16 Juni 1995 tentang perubahan nama dan izin Operasional pembukaan jurusan serta pemberian status terdaftar ketiga jurusan yang dimiliki tersebut. STAIMuhammadiyah Sinjai telah mereformasi diri mendapatkan legitimasi menjadi Institut Agama Islam (IAI) Muhammadiyah Sinjai pada tahun 2015 oleh Kementrian Agama Direktur Jenderal Pendidikan Tinggi berdasarkan Surat Keputusan Nomor 6722 Tahun 2015 Tentang Izin Perubahan Bentuk Sekolah Tinggi Agama Islam Muhammadiyah Sinjai Menjadi Institut Agama Islam Muhammadiyah Sinjai. Tentang Akreditasi Perguruan Tinggi, IAIM Sinjai masih menyandang Akreditasi C (Cukup) dari Badan Akreditasi Nasional Perguruan Tinggi (BAN-PT) dengan Nomor SK: 148/SK/BAN-PT/Akred/PT/IV/2015. Akreditasi ini disandang ketika masih bernama Sekolah Tinggi Agama Islam Muhammadiyah (STAIM) Sinjai. (Wardah, 2020)

Periodisasi kepemimpinan IAI
Muhammadiyah Sinjai sejak tahun 1974 sampai
sekarang dapat dilihat dalam tabel berikut:

Gambar 4.1
Periodisasi kepemimpinan

Nama Pimpinan	Jabatan	Masa Bakti
Salam Basyah SH	Koordinator Fakultas Tarbiyah Unismuh Makassar cabang Sinjai	1974-1976
Drs. H.M. Amir Said	Koordinator Fakultas Tarbiyah Unismuh Makassar cabang Sinjai	1976-1982
Drs. H. Zainuddin Fatbang	Koordinator Fakultas	1982 – 1983

	Tarbiyah Unismuh Makassar cabang Sinjai	
Drs. H.M. Amir Said	Koordinator Fakultas Tarbiyah Unismuh Makassar cabang Sinjai	1983-1986
Drs. A. Muh Nur Parolai	- Ketua Sekolah Tinggi Ilmu Tarbiyah (STIT) Muhammadiyah Sinjai - Ketua Sekolah Tinggi Agama Islam (STAI) Muhammadiyah Sinjai	- 1986-1995 - 1995 - 2005

Drs. A. Muh Nur Parolai	- Ketua Sekolah Tinggi Ilmu Tarbiyah (STIT) Muhammadiyah Sinjai - Ketua Sekolah Tinggi Agama Islam (STAI) Muhammadiyah Sinjai	- 1986-1995 - 1995 - 2005
Drs. A. Mucthar Mappatoba, M.Pd	Ketua Sekolah Tinggi Agama Islam (STAI) Muhammadiyah Sinjai	2005 – 2010
Dr. Muh. Judrah, S.Ag, M.Pd.I	Ketua Sekolah Tinggi Agama Islam (STAI) Muhammadiyah Sinjai	2010 – 2014

Dr. Firdaus, M.Ag.	- Ketua Sekolah Tinggi Agama Islam (STAI) Muhammadiyah Sinjai - Rektor IAI Muhammadiyah Sinjai	- 2014 – 2015 - 2015– Sekarang
--------------------	---	---------------------------------------

a. Asas, Visi, Misi, Tujuan, Profil Lulusan dan Struktur Organisasi IAI Muhammadiyah Sinjai

1) Asas IAI Muhammadiyah Sinjai

Dalam menyelenggarakan TriDharma Perguruan Tinggi (Pendidikan, Penelitian dan Pengabdian kepada Masyarakat), IAI Muhammadiyah Sinjai sebagai salah satu perguruan tinggi swasta di Sulawesi Selatan yang memiliki ciri khas Islami, Kompetitif dan Progresif, berasaskan:

- a) Islam yang bersumber pada Al-Qur'an dan al-Sunnah sesuai dengan tujuan Muhammadiyah.

- b) Undang-undang dan Peraturan Negara Republik Indonesia tentang Pendidikan Tinggi dan Standar Pendidikan Nasional.
 - c) Pedoman Pimpinan Pusat Muhammadiyah No. 02/PED/I.0/B/2012 tentang Perguruan Tinggi Muhammadiyah.
- 2) Visi dan Misi IAIMuhammadiyah Sinjai
- a) Visi

Institut Agama Islam Muhammadiyah (IAIM) merupakan Lembaga Pendidikan Tinggi Islam yang “Islami, Kompetitif, dan Progressif”
 - b) Misi
 - i. Menyelenggarakan Tridarma Perguruan Tinggi berlandaskan nilai-nilai Islam.
 - ii. Menyelenggarakan pendidikan Tinggi yang berdaya saing.
 - iii. Menghasilkan lulusan yang inovatif dan kreatif.
 - iv. Mengembangkan jaringan kerjasama dengan berbagai institusi regional, nasional, maupun internasional.

c) Tujuan

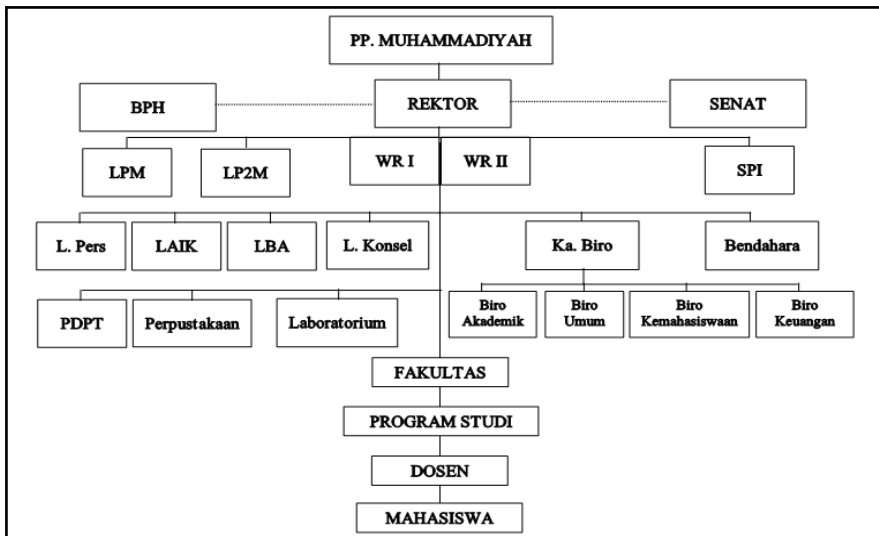
- i. Menyiapkan peserta didik menjadi sarjana muslim yang beriman, bertaqwa, berakhlak mulia yang memiliki kemampuan akademik yang profesional.
- ii. Mengembangkan dan memperkaya khasanah ilmu keislaman, ilmu pengetahuan, dan teknologi untuk mewujudkan masyarakat yang sebenarnya

d) Profil Lulusan

- i) Mampu menguasai prinsip-prinsip dasar ilmu-ilmu ke-Islam-an dan mengembangkannya sesuai dengan bidang keilmuan masing-masing.
- ii) Mampu mengembangkan wawasan keilmuan secara inovatif, produktif sesuai dengan bidang keilmuan masing-masing.
- iii) Memiliki sikap dan perilaku profesional dalam mengembangkan Ilmu Pengetahuan, Teknologi dan Seni.

- iv) Memiliki integritas dalam kehidupan bermasyarakat berlandaskan nilai-nilai Islam yang berkembang.
- v) Memiliki daya saing yang tinggi dalam dunia kerja secara professional berlandaskan nilai-nilai Islam yang berkembang.
- e) Struktur Organisasi IAIMuhammadiyah Sinjai

Gambar 4.2
Struktur Organisasi IAI Muhammadiyah Sinjai



Sumber Data: KTU FUKIS IAIM SINJAI

2. Gambaran umum Prodi BPI

Bimbingan dan penyuluhan Islam (BPI) berdiri pada tahun 1993. Program studi BPI ditetapkan sebagai salah satu program studi di Fakultas Ushuluddin dan Komunikasi Islam IAI Muhammadiyah Sinjai. BPI di lingkungan Fakultas Ushuluddin dan Komunikasi Islam memiliki ciri khas yang berbeda dengan bimbingan dan konseling yang berkembang di Indonesia, yaitu Bimbingan dan konseling pendidikan dan bimbingan konseling psikologi. Sedangkan jurusan BPI dikembangkan dengan ciri khas yang lebih mengarah kepada *counseling for all* (konseling untuk masyarakat luas) dalam bingkai ilmu dakwah dengan basis konseling agama. Sehingga konseling pendidikan dan konseling psikologi merupakan integral dari wilayah kajian BPI sesuai dengan rumpun ilmu dakwah yang menjadi induknya.

Tujuan Program Studi BPI adalah siap mencetak tenaga-tenaga profesional sebagai pembimbing, penyuluh, konselor, dan terapis agama/spiritual yang banyak dibutuhkan dalam berbagai sektor, sesuai dengan perkembangan saat

ini yang dibutuhkan sisi spritual dalam berbagai aspek kehidupan. Karena itu keahlian jurusan BPI, diorientasikan kepada keahlian teoritik dan keahlian praktik dibidang bimbingan, penyuluhan,konseling, dan psikoterapi Islam. Wardawati, W. (2020).

Visi Program Studi Bimbingan dan Penyuluhan Islam yaitu menjadi Program Studi Islami dan Kopetitif dalam bidang Bimbingan dan Penyuluhan Islam berbasis riset dan teknologi.

Adapun Misi Program Studi Bimbingan dan Penyuluhan Islam yaitu:

- a. Menyelenggarakan pendidikan dan pengajaran dalam bidang Bimbingan Penyuluhan Islam berbasis Riset dan Teknologi.
- b. Melakukan dan mengembangkan penelitian dalam bidang Bimbingan Penyuluhan Islam berbasis Riset dan Teknologi
- c. Melakukan dan mengembangkan pengabdian kepada masyarakat dalam bidang Bimbingan Penyuluhan Islam berbasis Riset dan Teknologi.

- d. Melakukan dan mengembangkan pembinaan Al-Islam Kemuhammadiyah kepada dosen dan mahasiswa berbasis Riset dan Teknologi.

B. Hasil dan Pembahasan Penelitian

1. Deskripsi Variabel Penelitian

a. Pembelajaran Online (Variabel *Independent*)

Pembelajaran Online adalah proses pembelajaran yang menggunakan jaringan internet dengan aksesibilitas, konektivitas, dan kemampuan untuk memunculkan berbagai jenis interaksi pembelajaran yang menyediakan materi dengan berbagai media baik dalam bentuk video, rekaman, ataupun media aplikasi lainnya. Variabel *Independent* diukur dengan menggunakan indikator dari Pembelajaran Online, yaitu Media aplikasi, Interaksi terbatas, Akses jaringan internet, Pembelajaran jarak jauh.

b. Tingkat stres (Variabel *Dependent*)

Stres merupakan keadaan yang dialami individu ketika terjadi sebuah ketidaksesuaian antara tuntutan-tuntutan yang dialami individu yang diterima dan kemamuan untuk mengatasinya. Variabel *dependent* diukur dengan menggunakan

indikator dari tingkat stres, yaitu lupa, tidak fokus, tidak nafsu makan, lemas, sakit kepala, otot tegang, ketakutan, tidak konsentrasi, panik, cemas, mudah marah, emosi dan sesak nafas.

2. Deskripsi Sampel Penelitian

Sampel dari penelitian ini adalah mahasiswa program studi Bimbingan dan Penyuluhan Islam IAI Muhammadiyah Sinjai angkatan 2019 yang berjumlah 70 orang. Berikut daftar nama mahasiswa program studi Bimbingan dan Penyuluhan Islam yang merupakan sampel/responden dari penelitian ini:

Tabel 4.1

Daftar Nama Mahasiswa Prodi BPI Angkatan 2019

No.	Nama	NIM	Prodi	Semester	Angkatan
1	A. Khusnul Fatimah	190202001	BPI A	VI	2019
2	Asratul Adawiah	190202003	BPI A	VI	2019
3	Erni Andriani	190202004	BPI A	VI	2019
4	Islamiah Ramadhani	190202007	BPI A	VI	2019
5	Karmila	190202008	BPI A	VI	2019
6	Melda Amelia	190202009	BPI A	VI	2019
7	Miftahul Jannah	190202010	BPI A	VI	2019

8	Mutmainna	190202011	BPI A	VI	2019
9	Nur Hafifah	190202012	BPI A	VI	2019
10	Nuraisyah	190202013	BPI A	VI	2019
11	Paradillah	190202016	BPI A	VI	2019
12	Rasmi	190202017	BPI A	VI	2019
13	Savitri	190202019	BPI A	VI	2019
14	Sri Dewi Rahayu	190202020	BPI A	VI	2019
15	Sumriani	190202021	BPI A	VI	2019
16	Syahril Ramadhan	190202022	BPI A	VI	2019
17	Zakiatul Hasanah	190202023	BPI A	VI	2019
18	Awaluddin	190202024	BPI A	VI	2019
19	Fiki Fadlan	190202025	BPI A	VI	2019
20	M. Fajri Ansyah	190202026	BPI A	VI	2019
21	Muh. Taufiq Hidayat	190202027	BPI A	VI	2019
22	Muh. Erwin Amir	190202083	BPI A	VI	2019
23	Aqidhatul Izza Iskandar	190202029	BPI B	VI	2019
24	Asriani	190202030	BPI B	VI	2019
25	Erna	190202031	BPI B	VI	2019
26	Ina Aliariski	190202032	BPI B	VI	2019
27	Ira	190202033	BPI B	VI	2019
28	Kamelia	190202034	BPI B	VI	2019
29	Kasma Basri Ayu	190202035	BPI B	VI	2019
30	Miftahul Haerat	190202036	BPI B	VI	2019
31	Muayada	190202037	BPI B	VI	2019
32	Nasrianti	190202038	BPI B	VI	2019
33	Nur Syamsi Dwuha	190202039	BPI B	VI	2019
34	Nurhadiza	190202040	BPI B	VI	2019
35	Nurlela	190202041	BPI B	VI	2019

36	Nurul Masyita	190202042	BPI B	VI	2019
37	Puspiyanti Lestari	190202043	BPI B	VI	2019
38	Rezky Amalia Sumpada	190202044	BPI B	VI	2019
39	Armawati	190202046	BPI B	VI	2019
40	Sukartini	190202047	BPI B	VI	2019
41	Suriani	190202048	BPI B	VI	2019
42	Widya Pratiwi	190202049	BPI B	VI	2019
43	Aenul Mujahid	190202050	BPI B	VI	2019
44	Fahrul	190202051	BPI B	VI	2019
45	Harun Alfadiansyah	190202052	BPI B	VI	2019
46	Selfiani	190202054	BPI B	VI	2019
47	Alda Ragina Cahyani	190202055	BPI C	VI	2019
48	Muh. Yusril	190202056	BPI C	VI	2019
49	Dewi Pratiwi	190202057	BPI C	VI	2019
50	Inda	190202059	BPI C	VI	2019
51	Irmawaty	190202060	BPI C	VI	2019
52	Kamrida	190202061	BPI C	VI	2019
53	Mari	190202062	BPI C	VI	2019
54	Miftahul Jannah	190202063	BPI C	VI	2019
55	Musdalifa	190202064	BPI C	VI	2019
56	Nur Eka	190202065	BPI C	VI	2019
57	Nurafni	190202066	BPI C	VI	2019
58	Nurul Fitriani	190202068	BPI C	VI	2019
59	Rahma	190202070	BPI C	VI	2019
60	Salsabila	190202072	BPI C	VI	2019
61	Sindi	190202073	BPI C	VI	2019
62	Sulfatima	190202074	BPI C	VI	2019
63	Surindah Novalinda Sufran	190202075	BPI C	VI	2019

64	Wiltri Resti Fauziah	190202076	BPI C	VI	2019
65	Aidin	190202077	BPI C	VI	2019
66	Faisal	190202078	BPI C	VI	2019
67	Irfandi Marfi	190202079	BPI C	VI	2019
68	Muh. Rezkyawan	190202080	BPI C	VI	2019
69	Nur Asmama	190202081	BPI C	VI	2019
70	Adrianto	190202082	BPI C	VI	2019

Sumber Data:Hasil Angket Identitas Responden

3. Tabulasi Hasil Angket Penelitian

Berikut tabulasi data hasil angket dari penelitian yang berjudul Pengaruh Pembelajaran Online Pada Masa Pandemi Terhadap Tingkat Stres Mahasiswa Program Studi Bimbingan Penyuluhan Islam IAI Muhammadiyah Sinjai dengan menggunakan angket skala likert sebanyak 29 butir pertanyaan. Dari 29 butir pertanyaan ini, 10 item soal untuk variabel pembelajaran online dan 19 item soal untuk variabel tingkat stres.

Tabel 4.2**Tabulasi Hasil Angket Pembelajaran Online (Variabel X)**

No.	Nama Responden	Item Soal										Jumlah
		1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	
1	A. Khusnul Fatimah	3	4	3	2	3	2	3	2	3	3	28
2	Asratul Adawiah	3	3	4	3	2	3	2	3	4	4	31
3	Erni Andriani	3	2	3	3	2	3	2	3	3	2	26
4	Islamiah Ramadhani	3	3	3	4	3	4	3	4	4	3	34
5	Karmila	4	4	4	3	4	3	4	3	4	3	36
6	Melda Amelia	4	3	3	4	3	4	3	3	4	3	34
7	Miftahul Jannah	3	2	3	2	3	2	3	2	3	2	25
8	Mutmainna	4	3	4	3	3	4	3	4	3	4	35
9	Nur Hafifah	4	3	3	4	3	4	3	4	4	4	36
10	Nuraisyah	4	3	4	3	4	3	4	3	3	4	35
11	Paradillah	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	30
12	Rasmi	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	30
13	Savitri	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	30
14	Sri Dewi Rahayu	3	3	3	3	3	3	3	3	3	4	31
15	Sumriani	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	30
16	Syahril Ramadhan	3	3	3	3	3	3	3	3	3	4	31
17	Zakiatul Hasanah	3	3	3	3	3	3	3	3	3	4	31
18	Awaluddin	3	3	3	3	3	3	3	3	3	4	31
19	Fiki Fadlan	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	30
20	M. Fajri Ansyah	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	30
21	Muh. Taufiq Hidayat	4	4	4	3	3	4	4	3	4	3	36
22	Muh. Erwin Amir	4	4	4	4	4	4	3	4	3	4	38
23	Aqidhatul Izza Iskandar	2	3	3	3	2	3	3	2	3	2	26
24	Asriani	3	2	3	3	2	2	2	2	2	2	23
25	Erna	3	4	3	3	3	3	3	3	3	3	31
26	Ina Aliariski	3	3	3	4	3	4	3	3	3	4	33

27	Ira	3	2	3	2	2	2	2	2	3	2	23
28	Kamelia	3	4	3	3	4	3	3	4	3	3	33
29	Kasma Basri Ayu	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	40
30	Miftahul Haerat	4	3	3	3	4	3	3	3	3	4	33
31	Muayada	3	4	3	3	3	3	3	3	3	3	31
32	Nasrianti	3	4	3	3	3	3	3	3	3	2	30
33	Nur Syamsi Dwuha	3	4	3	3	3	3	3	3	3	4	32
34	Nurhadiza	3	4	3	3	3	3	3	3	3	4	32
35	Nurlela	3	4	3	3	3	3	3	3	3	4	32
36	Nurul Masyita	3	4	3	3	3	3	3	3	3	3	31
37	Puspiyanti Lestari	3	4	3	3	3	3	3	3	3	3	31
38	Rezky Amalia Sumpada	3	4	3	3	3	3	3	3	3	2	30
39	Armawati	3	4	3	3	3	3	3	3	3	3	31
40	Sukartini	3	4	3	3	3	3	3	3	3	4	32
41	Suriani	4	3	3	3	4	3	3	4	3	3	33
42	Widya Pratiwi	4	4	2	4	4	4	4	4	4	4	38
43	Aenul Mujahid	4	4	4	3	4	3	4	3	3	3	35
44	Fahrul	3	4	3	3	3	3	3	3	3	3	31
45	Harun Alfadiansyah	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	40
46	Selfiani	4	3	3	3	4	3	3	4	3	3	33
47	Alda Ragina Cahyani	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	40
48	Muh. Yusril	4	4	4	3	4	3	4	4	3	4	37
49	Dewi Pratiwi	4	3	4	4	4	4	4	4	4	3	38
50	Inda	3	3	3	3	3	3	4	3	3	3	31
51	Irmawaty	4	4	4	3	4	4	4	4	4	4	39
52	Kamrida	4	4	4	4	4	4	4	3	4	4	39
53	Mari	4	3	3	3	3	3	3	3	3	4	32
54	Miftahul Jannah	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	40
55	Musdalifa	3	4	2	3	3	3	3	3	3	3	30
56	Nur Eka	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	40
57	Nurafni	3	4	3	3	4	3	4	4	4	3	35

58	Nurul Fitriani	4	3	4	4	4	3	4	3	4	4	37
59	Rahma	4	4	3	4	4	4	4	4	4	4	39
60	Salsabila	3	2	4	2	2	2	2	2	2	2	23
61	Sindi	2	3	4	2	2	2	2	2	2	3	24
62	Sulfatima	3	4	2	3	3	3	3	3	3	3	30
63	Surindah Novalinda Sufran	3	4	4	4	4	4	4	4	4	4	39
64	Wiltri Resti Fauziah	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	40
65	Aidin	3	4	4	3	3	3	3	3	3	3	32
66	Faisal	4	4	4	4	4	4	4	4	4	3	39
67	Irfandi Marfi	3	4	4	4	3	4	4	3	4	4	37
68	Muh. Rezkyawan	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	40
69	Nur Asmama	3	4	3	3	4	3	4	3	4	3	34
70	Adrianto	3	4	4	4	4	3	4	3	4	3	36

Sumber Data:Hasil Analisi Instrumen penelitian variabel independen.

Tabel 4.3
Tabulasi Hasil Angket Tingkat Stres (Variabel Y)

No	NAMA	ITEM SOAL																			JUMLAH
		1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	
1	A. Khusnul Fatimah	3	4	3	4	3	3	4	3	3	3	4	3	4	3	4	3	3	3	3	63
2	Asratul Adawiah	3	3	4	3	1	4	3	3	2	4	3	3	3	2	1	3	3	4	4	56
3	Erni Andriani	3	3	3	3	2	2	2	3	2	2	3	3	2	2	3	2	2	3	3	48
4	Islamiah Ramadhani	3	3	3	3	2	3	4	3	3	3	4	3	3	2	3	3	3	3	4	58
5	Karmila	4	3	4	4	3	4	4	4	4	3	4	4	3	3	4	4	4	3	4	70
6	Melda Amelia	4	3	4	3	2	3	4	4	3	3	3	4	3	3	2	3	3	3	4	61
7	Miftahul Jannah	3	2	3	3	2	2	2	3	3	2	3	3	2	2	3	3	2	3	3	49
8	Mutmainna	4	4	4	4	3	4	4	4	3	4	4	3	4	2	4	4	4	4	4	71
9	Nur Hafifah	2	4	3	3	3	3	4	4	3	4	3	3	3	3	4	4	3	3	3	62
10	Nuraisyah	4	4	4	3	4	4	4	4	4	3	4	4	3	4	4	4	4	4	4	73
11	Paradillah	3	3	4	4	1	4	3	3	4	3	3	3	4	2	1	3	3	3	4	58
12	Rasmi	4	4	4	4	4	4	4	4	3	3	4	4	4	4	4	4	4	4	4	74
13	Savitri	4	4	3	3	3	3	4	4	3	3	4	3	3	2	4	3	3	3	3	63
14	Sri Dewi Rahayu	4	4	4	4	4	4	4	4	4	3	4	4	4	4	4	4	4	3	4	74
15	Sumriani	3	3	4	4	3	3	3	3	3	3	3	4	3	4	3	3	3	3	3	61
16	Syahriil Ramadhan	4	4	4	4	4	3	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	75
17	Zakiatul Hasanah	4	4	3	3	3	4	3	3	4	4	3	4	3	3	2	4	3	3	3	63
18	Awaluddin	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	76
19	Fiki Fadlan	3	3	3	4	3	3	4	4	3	3	3	3	4	3	4	3	3	4	3	63
20	M. Fajri Ansyah	3	3	4	3	2	4	3	3	4	3	4	3	3	2	2	4	3	3	4	60
21	Muh. Taufiq Hidayat	4	4	4	4	4	4	4	4	3	3	4	3	4	4	4	4	4	4	4	73
22	Muh. Erwin Amir	4	3	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	3	4	4	4	74
23	Aqidhatul Izza Iskandar	3	2	2	2	2	2	3	2	2	2	3	2	3	2	3	3	2	3	3	46
24	Asriani	2	3	2	3	2	2	2	3	2	2	2	3	3	3	4	3	2	2	3	48
25	Erna	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	4	3	3	3	3	3	3	3	4	58
26	Ina Aliariski	3	4	3	4	2	3	3	3	3	4	4	3	3	2	3	4	3	4	3	61
27	Ira	2	2	2	2	3	3	2	3	2	2	2	2	3	4	2	2	2	3	2	45
28	Kamelia	3	3	3	4	2	3	3	3	4	3	3	4	3	3	3	4	3	3	4	61
29	Kasma Basri Ayu	3	4	4	4	4	3	4	4	4	3	4	4	4	4	4	4	4	4	4	73
30	Miftahul Haerat	3	4	3	3	2	3	3	4	4	4	3	4	4	3	3	3	3	4	4	64
31	Muayada	2	3	3	3	2	4	3	3	3	3	3	4	3	2	2	4	3	3	4	57
32	Nasrianti	2	2	2	3	2	2	3	2	2	3	3	2	2	3	3	2	2	3	3	45
33	Nur Syamsi Dwuha	4	4	4	4	4	2	4	4	4	4	4	4	4	3	4	4	4	3	4	72
34	Nurhadiza	4	3	4	4	4	2	4	4	4	4	4	4	3	3	4	4	4	4	4	71
35	Nurlela	3	3	3	3	2	3	4	3	3	4	3	4	3	3	3	4	3	3	4	61

36	Nurul Masyita	4	3	3	3	2	3	3	3	3	3	4	3	3	3	3	3	3	4	59
37	Puspiantri Lestari	3	3	3	4	2	3	3	4	4	3	3	4	3	1	3	4	3	4	60
38	Rezky Amalia Sumpada	3	3	2	2	2	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	3	3	43
39	Armawati	3	3	3	3	2	4	4	4	3	3	4	3	3	3	1	4	3	3	59
40	Sukartini	4	4	3	3	1	3	3	3	3	4	3	3	3	3	2	3	3	4	58
41	Suriani	3	3	3	4	2	2	3	4	4	3	3	4	3	2	3	3	3	4	59
42	Widya Pratiwi	4	4	4	4	2	3	4	4	4	4	4	4	4	3	4	3	4	4	71
43	Aenul Mujahid	4	4	4	4	4	4	4	4	3	3	4	4	4	4	4	4	4	4	74
44	Fahrul	4	3	3	3	2	3	3	3	3	3	4	3	3	3	3	3	4	4	60
45	Harun Alfadiansyah	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	76
46	Selfiani	3	4	3	4	2	3	3	4	4	3	4	3	3	2	3	3	3	4	61
47	Alda Ragina Cahyani	4	4	4	4	3	3	4	4	4	4	4	4	4	2	3	4	4	3	70
48	Muh. Yusril	3	4	4	4	3	4	4	4	4	3	4	4	2	3	3	4	4	3	68
49	Dewi Pratiwi	3	3	4	4	4	4	4	4	3	4	4	4	4	4	4	4	3	4	72
50	Inda	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	4	3	3	2	4	3	4	3	58
51	Irmawaty	4	4	4	4	2	4	4	4	4	4	4	4	3	3	4	4	4	3	71
52	Kamrida	4	4	3	3	2	3	4	4	4	3	4	4	4	3	4	4	4	4	69
53	Mari	4	3	3	3	2	3	4	4	3	4	4	3	3	3	3	3	3	2	60
54	Miftahul Jannah	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	3	4	4	4	75
55	Musdalifa	3	4	4	3	4	3	3	3	3	3	3	4	3	3	3	3	3	3	61
56	Nur Eka	4	4	4	3	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	75
57	Nurafni	4	4	4	2	4	4	3	4	3	4	4	3	3	2	4	4	4	3	67
58	Nurul Fitriani	3	4	3	4	4	4	4	4	4	4	3	4	4	4	4	4	4	4	73
59	Rahma	4	4	4	3	4	4	4	4	4	4	4	4	3	3	4	4	4	4	73
60	Salsabila	2	3	2	3	1	4	2	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	3	43
61	Sindi	3	2	2	2	4	2	3	2	2	3	2	3	2	1	1	2	2	3	44
62	Sulfatima	4	3	3	3	4	4	3	3	3	3	3	3	4	4	4	3	3	4	64
63	Surindah Novalindah Sufran	4	4	4	4	2	3	4	3	4	4	4	4	4	3	4	4	4	4	71
64	Witri Resti Fauziah	4	4	4	3	4	3	4	4	4	4	4	4	3	4	2	3	4	4	69
65	Aidin	4	3	4	3	1	3	3	3	3	3	4	3	3	2	1	3	3	4	56
66	Faisal	3	4	3	4	4	4	3	4	4	3	4	4	3	4	4	4	4	4	71
67	Irfandi Marfi	4	4	4	3	4	4	3	3	4	4	3	4	3	2	4	3	4	4	69
68	Muh. Rezkyawan	3	4	4	4	3	4	3	4	4	4	4	3	4	3	4	4	4	4	71
69	Nur Asmama	3	4	4	4	2	4	3	3	4	3	4	3	3	3	3	4	3	4	65
70	Adrianto	4	4	4	4	4	4	4	3	4	3	4	4	3	4	4	4	4	3	72

Sumber Data: Hasil Analisis Instrumen Penelitian Variabel Dependen.

C. Uji Instrumen Penelitian

Setelah pelaksanaan pengisian angket maka penulis menyusun dan mengklasifikasikan sesuai dengan hipotesis yang telah diajukan untuk menguji Pengaruh Pembelajaran *Online* Pada Masa Pandemi Terhadap Tingkat Stres Mahasiswa Program Studi Bimbingan Penyuluhan Islam IAI Muhammadiyah Sinjai.

Selanjutnya data yang telah dihasilkan dari

penyebaran angket, penulis menganalisis menggunakan bantuan aplikasi *SPSS 25 (Statistic Product And Service Solution)*. Untuk mengetahui Pengaruh Pembelajaran *Online* Pada Masa Pandemi Terhadap Tingkat Stres Mahasiswa Program Studi Bimbingan Penyuluhan Islam IAI Muhammadiyah Sinjai, dapat dilihat dalam tabel sebagai berikut yang telah penulis analisis melalui bantuan *SPSS 25*.

1. Uji Validitas dan Realibilitas data

a. Uji Validitas

Uji Validitas digunakan untuk mengukur sah atau valid tidaknya suatu kuesioner. Suatu perhitungan masing-masing variabel menghasilkan nilai koeffisien lebih kuesioner dikatakan valid jika pertanyaan pada kuesioner mampu untuk mengungkapkan suatu yang akan diukur oleh kuesioner tersebut.

Uji Validitas digunakan untuk mengetahui kevalidan atau kesesuaian angket peneliti yang digunakan dalam memperoleh data. Dalam uji ini menggunakan analisis faktor. Dasar keputusan yang diambil adalah jika instrumen penelitian dikatakan valid jika nilai koefisien

>0,5. Adapun lebih jelasnya adalah sebagai berikut:

Jika nilai koefisien > dari 0,5 maka kuesioner dinyatakan valid.

Jika nilai koefisien < dari 0,5 maka kuesioner dinyatakan tidak valid.

Uji validitas dilakukan untuk menguji masing-masing variabel yaitu pembelajaran online (X) dan Tingkat Stres (Y) dengan menggunakan aplikasi *SPSS 25*. Jika hasil besar dari 0,5 maka dapat dinyatakan data yang diteliti valid, sedangkan jika nilai koefisien yang didapatkan lebih kecil dari 0,5 maka data tidak valid.

1. Hasil Uji Validitas Variabel X (Pembelajaran Online)

Tabel 4.4

Hasil Uji Validitas Variabel X (Pembelajaran Online)

Communalities		
	Initial	Extraction
X1	1.000	0.586
X2	1.000	0.678
X3	1.000	0.587

X4	1.000	0.608
X5	1.000	0.787
X6	1.000	0.598
X7	1.000	0.688
X8	1.000	0.763
X9	1.000	0.639
X10	1.000	0.637

Extraction Method: Principal
Component Analysis.

*Sumber Data: Hasil Output
SPSS 25*

Pada tabel 4.6 dapat dilihat untuk uji validitas menunjukkan bahwa seluruh instrumen variabel X (Pembeajaran Online) dalam penelitian ini memiliki nilai koefisien lebih besar dari 0,5 sehingga dapat disimpulkan bahwa seluruh instrumen tersebut dinyatakan valid dan dapat digunakan sebagai alat ukur dalam penelitian ini.

2. Hasil Uji Validitas Variabel Y (Tingkst Stres)

Tabel 4.5

Hasil Uji Validitas Variabel Y (Tingkst Stres)

Communalities		
	Initial	Extraction
Y1	1.000	0.744

Y2	1.000	0.571
Y3	1.000	0.753
Y4	1.000	0.742
Y5	1.000	0.676
Y6	1.000	0.762
Y7	1.000	0.523
Y8	1.000	0.526
Y9	1.000	0.553
Y10	1.000	0.511
Y11	1.000	0.548
Y12	1.000	0.720
Y13	1.000	0.605
Y14	1.000	0.580
Y15	1.000	0.742
Y16	1.000	0.511
Y17	1.000	0.884
Y18	1.000	0.641
Y19	1.000	0.739
Extraction Method: Principal Component Analysis.		

Pada tabel 4.7 dapat dilihat untuk uji validitas menunjukkan bahwa seluruh instrumen variabel Y (Tingkat Stres) dalam penelitian ini memiliki nilai koefisien lebih besar dari 0,5 sehingga dapat

disimpulkan bahwa seluruh instrumen tersebut dinyatakan valid dan dapat digunakan sebagai alat ukur dalam penelitian ini.

b. Uji Reliabilitas

Uji Reliabilitas merupakan uji yang bertujuan untuk mengetahui tingkat konsistensi angket kuesioner yang digunakan oleh peneliti sehingga angket kuesioner tersebut dapat diandalkan. Uji reliabilitas dilakukan setelah item soal dinyatakan valid, angket kuesioner dikatakan baik dan berkualitas apabila sudah terbukti validitas dan reliabilitasnya. Instrumen penelitian dikatakan reliabel jika nilai *cronch alpha* $>0,7$. Berikut uji reliabilitas variabel independen dan variabel dependen dari penelitian ini:

Tabel 4.6

Uji Reliabilitas

Reliability Statistics

Cronbach's Alpha	Cronbach's Alpha Based on Standardized Items	N of Items
------------------	--	------------

Reliability Statistics

Cronbach's Alpha	Cronbach's Alpha Based on Standardized Items	N of Items
.961	.964	29

Sumber Data: Hasil Output SPSS 25

Tabel diatas menunjukkan bahwa nilai *Cronbach Alpha* adalah 0,961. Artinya instrumen penelitian ini reliabel karena nilai *Cronbach Alpha* (0,961) lebih besar dari nilai (0,7).

Sedangkan suatu konstruk atau instrumen penelitian dikatakan reliabel jika memberikan nilai *Cronbach Alpha* > 0,7. (Ghozali, 2018)

2. Uji Normalitas

Uji normalitas digunakan untuk mengetahui apakah data berdistribusi normal atau tidak. Dalam penelitian ini, uji normalitas yang digunakan peneliti adalah *One Sample Kolmogorov-Smirnov* dengan dasar pengambilan keputusan sebagai berikut:

Jika nilai $p > 0,05$ maka data berdistribusi normal.

Jika nilai $p < 0,05$ maka data berdistribusi tidak normal.

Tabel 4.7
Uji Normalitas Data dengan Kolmogorov-Smirnov

One-Sample Kolmogorov-Smirnov Test

		X	Y
N		70	70
Normal Parameters ^a	Mean	33.04	63.63
	Std. Deviation	4.525	9.158
Most Extreme Differences	Absolute	.136	.136
	Positive	.105	.088
	Negative	-.136	-.136
Kolmogorov-Smirnov Z		1.141	1.134
Asymp. Sig. (2-tailed)		.148	.153

a. Test distribution is Normal.

b. Calculated from data.

Sumber Data: Hasil Output SPSS 25

Berdasarkan tabel *One Sample Kolmogorov-Smirnov* diatas menunjukkan nilai probabilitas atau Asymp. Sig. (2-tailed) seagai berikut:

Tabel 4.8
Hasil Keputusan Uji Normalitas Data dengan Kolmogorov-Smirnov

Nama Variable	Asymp. Sig. (2-tailed)	Taraf Signifikan	Hasil Keptusan
Pembelajaran Online	0,148	0,05	Normal
Tingkat Stres	0,153	0,05	Normal

3. Uji Hipotesis

Uji hipotesis yang digunakan pada penelitian ini adalah regresi linear sederhana dengan bantuan SPSS 25. Berikut hasil yang diperoleh setelah melakukan olahan data:

a) Uji Regresi Linear Sederhana

1) Deskriptif Statistik

Tabel 4.9
Deskriptive Statistics

Descriptive Statistics			
	Mean	Std. Deviation	N
Pembelajaran Online	63.63	9.158	70
Tingkat Stres	33.04	4.525	70

Sumber Data: Hasil Output SPSS 25

Dari hasil output SPSS 25 antara Variabel X dan Y dengan jumlah responden 70 orang, maka dapat diketahui gambaran descriptive masing-masing variabel, dimana nilai rata-rata (mean) untuk variabel X (Pembelajaran Online) yaitu 63,63 dengan standar deviation 9.158. Sedangkan untuk variabel Y (Tingkat Stres) diperoleh nilai rata-rata (mean) yaitu 33,04 dan standar deviation 4.525.

2) Model Summary

Tabel 4.10
Model Summary

Model Summary^b

Model	R	R Square	Adjusted R Square	Std. Error of the Estimate
1	.779 ^a	.707	.601	5.785

a. Predictors: (Constant), Pembelajaran Online

b. Dependent Variable: Tingkat Stres

Sumber Data: Hasil Output SPSS 25

Model summary digunakan untuk mengetahui besar kontribusi atau pengaruh variabel independen terhadap engaruh dependen. Tabel diatas menunjukkan bahwa nilai $R = 0,779^a$, $R Square = 0,707$, $Adjusted R Square = 0,601$ dan $Std. Error of the Estimate = 5.785$. Hal ini berarti bahwa besar pengaruh pembelajaran online pada masa pandemi terhadap tingkat stres mahasiswa prodi Bimbingan Penyuluhan Islam IAIM sinjai dapat dilihat dari nilai $R Square = 0,707$ atau sama dengan 70,7% dan sisanya sebesar 29,3% dipengaruhi oleh sebab-sebab lain yang tidak diteliti.

3) Anova

Tabel 4.11**ANOVA^b**

Model		Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.
1	Regression	3510.608	1	3510.608	104.899	.000 ^a
	Residual	2275.735	68	33.467		
	Total	5786.343	69			

a. Predictors: (Constant), Pembelajaran Online

b. Dependent Variable: Tingkat Stres

Sumber Data: Hasil Output SPSS 25

Tabel anova digunakan untuk menguji apakah model regresi linear sederhana dapat digunakan untuk menguji apakah pembelajaran online pada masa pandemi berpengaruh terhadap tingkat stres mahasiswa prodi BPI IAI Muhammadiyah Sinjai.

H_0 = Pembelajaran online pada masa pandemitidak berpengaruh terhadap tingkat stres Mahasiswa Prodi Bimbingan Penyuluhan Islam IAI Muhammadiyah Sinjai.

H_a = Pembelajaran online pada masa pandemi berpengaruh terhadap tingkat stres Mahasiswa Prodi Bimbingan Penyuluhan Islam IAI Muhammadiyah Sinjai.

Kaidah pengujian tabel koefisien:

Jika $F_{hitung} < F_{tabel}$ maka H_0 diterima dan H_a ditolak.

Jika $F_{hitung} > F_{tabel}$ maka H_a diterima dan H_0 ditolak.

Berdasarkan tabel anova menunjukkan bahwa F_{hitung} (104.899) > F_{tabel} (3,13) dengan tingkat signifikan dibawah 0,05 yaitu 0,000. Maka H_0 ditolak dan H_a diterima sehingga dapat diartikan bahwa model anova atau regresi linear sederhana dapat digunakan sebagai analisis pengaruh pembelajaran (X) terhadap tingkat stres mahasiswa (Y). Sebagai kesimpulan bahwa terdapat pengaruh pembelajaran online pada masa pandemi terhadap tingkat stres mahasiswa prodi Bimbingan Penyuluhan Islam IAI Muhammadiyah Sinjai.

4) Korelasi

Tabel 4.12**Correlations**

		Y	X
Pearson Correlation	Tingkat Stres	1.000	.779
	Pembelajaran Online	.779	1.000
Sig. (1-tailed)	Tingkat Stres	.	.000
	Pembeajaran Online	.000	.
N	Tingkat Stres	70	70
	Pembeajaran Online	70	70

Sumber Data: Hasil Output SPSS 25

Berdasarkan hasil output dari SPSS 25, dapat diketahui bahwa hubungan antara variabel pembelajaran online dengan variabel tingkat stres mahasiswa berdasarkan pada tabel *correlations*, dapat dikatakan memiliki korelasi dengan signifikansi $0,000 < 0,05$. Hal tersebut dapat disimpulkan bahwa variabel pembelajaran online pada masa pandemi memiliki hubungan yang signifikan dengan variabel tingkat stres mahasiswa.

5) Koefisien

Berdasarkan hasil penelitian yang telah diolah dengan bantuan aplikasi SPSS 25, maka didapatkan hasil sebagai berikut:

Tabel 4.13

Coefficients ^a					
Model	Unstandardized Coefficients		Standardized Coefficients	t	Sig.
	B	Std. Error	Beta		
1 (Constant)	11.543	5.132		2.249	.028
Pembelajaran Online	1.576	.154	.779	10.242	.000

a. Dependent Variable:

Tingkat Stres

Kaidah pengujian tabel koefisien:

Jika $t_{hitung} < t_{tabel}$, maka H_0 diterima dan H_a ditolak

Jika $t_{hitung} > t_{tabel}$, maka H_a diterima dan H_0 ditolak

Berdasarkan hasil output SPSS 25 pada tabel di atas diperoleh $T_{hitung} (10.242) > T_{tabel} (1.668)$ dengan taraf signifikansi $0,000 < 0,05$, maka H_0 ditolak dan H_a diterima. Artinya pembelajaran

online pada masa pandemi berpengaruh terhadap tingkat stres mahasiswa prodi Bimbingan Penyuluhan Islam IAI Muhammadiyah Sinjai.

b) Uji Hipotesis

Hipotesis pada penelitian ini sebagai adalah sebagai berikut:

H_0 = Pembelajaran online pada masa pandemitidak berpengaruh terhadap tingkat stres Mahasiswa Prodi Bimbingan Penyuluhan Islam IAI Muhammadiyah Sinjai.

H_a = Pembelajaran onlinepada masa pandemi berpengaruh terhadaptingkat stres Mahasiswa Prodi Bimbingan Penyuluhan Islam IAI Muhammadiyah Sinjai.

Jika nilai Sig > 0,05 maka H_0 diterima dan H_a ditolak.

Jika nilai Sig < 0,05 maka H_a diterima dan H_0 ditolak.

Jika $t_{hitung} < t_{tabel}$ maka H_0 diterima dan H_a ditolak.

Jika $t_{hitung} > t_{tabel}$ maka H_a diterima dan H_0 ditolak.

Berdasarkan hasil penelitian, diperoleh hasil bahwa terdapat pengaruh pembelajaran online pada

masa pandemi terhadap tingkat stres mahasiswa Prodi Bimbingan Penyuluhan Islam IAI Muhammadiyah Sinjai. Hal tersebut dapat dilihat dari uraian berikut ini:

- 1) Berdasarkan hasil analisis regresi linear sederhana yang telah dilakukan melalui program SPSS 25, diperoleh hasil bahwa dari 70 responden di kampus IAI Muhammadiyah Sinjai pada tabel *coefficients* diketahui $t_{hitung} 10.242 > t_{tabel} 1.668$, sehingga pembelajaran online secara signifikan berpengaruh terhadap tingkat stres mahasiswa. Sedangkan pada tabel *anova* diketahui nilai $sig\ 0,000 < 0,05$ maka pembelajaran online memiliki pengaruh terhadap tingkat stres mahasiswa prodi Bimbingan Penyuluhan Islam IAI Muhammadiyah.
- 2) Untuk mengetahui besaran pengaruh antara pembelajaran online terhadap tingkat stres mahasiswa dapat dilihat pada tabel model *summary* dengan melihat *R Square* = 0.707 R atau 70,7% jadi sangat besar pengaruh pembelajaran online pada masa pandemi

terhadap tingkat stres mahasiswa Prodi Bimbingan Penyuluhan Islam IAI Muhammadiyah Sinjai.

Dari uraian diatas, penulis dapat menyimpulkan bahwa pembelajaran online berpengaruh terhadap tingkat stres mahasiswa. Dalam hal ini telah dibuktikan dengan melakukan penelitian pada tingkat stres mahasiswa Prodi Bimbingan Penyuluhan Islam dikampus IAI Muhammadiyah Sinjai.

BAB V

PENUTUP

A. Kesimpulan

Dari hasil analisis yang telah dijelaskan pada bab sebelumnya, maka dapat ditarik kesimpulan bahwa terdapat pengaruh Pembelajaran online pada masa pandemi terhadap tingkat stres mahasiswa Prodi Bimbingan Penyuluhan Islam IAI Muhammadiyah Sinjai. Berdasarkan hasil analisis regresi sederhana yang telah dilakukan melalui program SPSS 25, diperoleh hasil dari responden yang diteliti pada mahasiswa yang masuk dalam kategori tingkat stres pada Prodi Bimbingan Penyuluhan Islam IAI Muhammadiyah Sinjai yang terdiri dari 70 mahasiswa yang diantaranya mahasiswa Prodi BPI A, BPI B, dan BPI C. Diketahui jika $t_{hitung} > t_{tabel}$ maka H_a diterima dan H_o ditolak, jika $t_{hitung} < t_{tabel}$ maka H_a ditolak dan H_o diterima. Berdasarkan tabel *coefficients* bahwa $t_{hitung} 10.242 > t_{tabel} 1.668$ dan tingkat signifikansi pada tabel *anova* sebesar $0,000 < 0,05$ dan pada tabel *model summary* dengan melihat $R Square = 0,707$ atau 70,7% maka dapat diartikan bahwa variabel pembelajaran online (X) mempengaruhi variabel tingkat stres mahasiswa (Y) sebesar 70,7%.

B. Saran

Berdasarkan hasil penelitian dan kesimpulan di atas, penulis dapat memberikan saran sebagai berikut:

1. Hasil ini diharapkan menjadi pemicu bagi pihak institut khususnya para dosen Fakultas Ushuluddin Dan Komunikasi Islam kepada mahasiswa Bimbingan dan Penyuluhan Islam yang diharuskan memahami dan mengikuti pembelajaran online, karena telah menunjukkan hasil pengaruh positif yang sangat besar bagi seorang mahasiswa yang mengalami tingkat stres.
2. Bagi peneliti selanjutnya, apabila ingin melakukan penelitian yang relevan dengan tema penelitian ini, diharapkan untuk menambahkan variabel untuk mengetahui pengaruh pembelajaran onlineterhadap pemulihan bagi seseorang yang mengalami gangguan stresdan memberikan gambaran kontribusi yang lebih baik dari variabel-variabel yang akan digunakan.

DAFTAR PUSTAKA

- Agusmar, A. Y., Vani, A. T., & Wahyuni, S. (2019). Perbandingan Tingkat Stres Pada Mahasiswa Angkatan 2018 Dengan Angkatan 2015 Fakultas Kedokteran Universitas Baiturrahmah. *Health And Medical Journal*, 1(2), 34–38.
- Amelia, R. (2020). *Faktor Stres Dan Cara Mengatasi*. Jakarta: Pustaka Taman Ilmu.
- Amini, A., Prasetyo, T., & Yektyastuti, R. (2022). Hubungan Antara Pembelajaran Daring Dengan Kemandirian Belajar Siswa Selama Pandemi COVID-19. *SITTAH: Journal Of Primary Education*, 3(1), 45–59.
- Arikunto, S. (2010). *Prosedur Penelitian*, Jakarta. *Rineka Cipta*.
- Arosyd, I. M., & Usman, R. (2020). Analisis Kelemahan Dan Kekuatan Dalam Pembelajaran Daring Di Fakultas Sastra Universitas Negeri Malang. *Journal Deutsch Als Fremdsprache In Indonesien*, 4(2), 12–19.
- Arroisi, J. (2020). Terapi Psikoneurosis Perseptif Ustman Najati. *Analisis: Jurnal Studi Keislaman*, 20(2), 151–178.
- Broto, H. (2016). Stres Pada Mahasiswa Penulis Skripsi (Studi Kasus Pada Salah Satu Mahasiswa Program Studi Bimbingan Dan Konseling Universitas Sanata Dharma). *Universitas Sanata Dharma Yogyakarta*.
- Elisvi, J., Archanita, R., Wanto, D., & Warsah, I. (2020). Analisis Pemanfaatan Media Pembelajaran Online Di

- SMK IT Rabbi Radhiyya Masa Pandemi COVID-19. *Al-Tarbawi Al-Haditsah: Jurnal Pendidikan Islam*, 5(2).
- Fala, M., Sunarti, E., & Herawati, T. (2020). Sumber Stres, Strategi Koping, Gejala Stres, Dan Kepuasan Perkawinan Pada Istri Bekerja. *Jurnal Ilmu Keluarga & Konsumen*, 13(1), 25–37.
- Firdaus, D. (2020). *Pedoman Penulisan Karya Tulis Ilmiah Institut Agama Islam Muhammadiyah Sinjai*. Cet. IV, Sinjai: CV Latinulu.
- Goliszek, A. (2005). *60 Second Management Stres: Cara Tercepat Untuk Rileks Dan Menghilangkan Rasa Cemas*. Bhuana Ilmu Populer.
- Handarini, O. I., & Wulandari, S. S. (2020). Pembelajaran Daring Sebagai Upaya Study From Home (SFH) Selama Pandemi Covid 19. *Jurnal Pendidikan Administrasi Perkantoran (JPAP)*, 8(3), 496–503.
- II, B. (N.D.). *A. Pembelajaran 1. Pengertian Pembelajaran*.
- Irawati, E., & Susetyo, W. (2017). Implementasi Undang-Undang Nomor 20 Tahun 2003 Tentang Sistem Pendidikan Nasional Di Blitar. *Jurnal Supremasi*, 3–3.
- Jannah, M., & Anggeraini, A. S. (2021). Pengaruh Pembelajaran Via Online Selama Pandemi Covid-19 Terhadap Tingkat Stress Mahasiswa Tingkat Akhir Fakultas Kedokteran Universitas Muhammadiyah Makassar. *Skripsi Tidak Diterbitkan*). Fakultas Kedokteran Universitas Muhammadiyah Makassar. Makassar.

- Jannah, R., & Santoso, H. (2021). Tingkat Stres Mahasiswa Mengikuti Pembelajaran Daring Pada Masa Pandemi Covid-19. *Jurnal Riset Dan Pengabdian Masyarakat*, 1(1), 130–146.
- Margono, S. (2010). Metode Penelitian Pendidikan. *Jakarta: Rineka Cipta*.
- Marta, A. (2015). *NILAI-NILAI PENDIDIKAN AKHLAK DALAM AL-QUR'AN SURAH AL-BAQARAH AYAT 67-73* [Phd Thesis]. Institut Agama Islam Sunan Giri Bojonegoro.
- Maulana, H. A., & Iswari, R. D. (2020). Analisis Tingkat Stres Mahasiswa Terhadap Pembelajaran Daring Pada Mata Kuliah Statistik Bisnis Di Pendidikan Vokasi. *Khazanah Pendidikan*, 14(1).
- Musradinur, M. (2016). Stres Dan Cara Mengatasinya Dalam Perspektif Psikologi. *JURNAL EDUKASI: Jurnal Bimbingan Konseling*, 2(2), 183–200.
- Mustari, K. (2012). *Analisis Statistika Dengan SPSS*. Makassar: Masagena Press.
- Nila, N., Abdiyah, L., & Prasajo, A. D. (2021). Analisis Problematika Guru Dalam Pembelajaran Daring Pada Pembelajaran Tematik Di SD/MI. *FONDATIA*, 5(2), 210–219.
- Noviyanti, D. W. (2021). Strategi Coping Stress Pada Mahasiswa Baru Fakultas Kedokteran Dalam Pembelajaran Daring Di Masa Pandemi Covid-19. *Jurnal Medika Utama*, 3(01 Oktober), 1679–1684.

- Oktavia, W. K., Fitroh, R., Wulandari, H., & Feliana, F. (2019). Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Stres Akademik. *Prosiding Seminar Nasional Magister Psikologi Universitas Ahmad Dahlan*, 142–149.
- Putra, M. W. P., & Kasmiarno, K. S. (2020). Pengaruh Covid-19 Terhadap Kehidupan Masyarakat Indonesia: Sektor Pendidikan, Ekonomi Dan Spiritual Keagamaan. *POROS ONIM: Jurnal Sosial Keagamaan*, 1(2), 144–159.
- Ridwan, W. (2018). *Pengembangan Media Pembelajaran Berbasis E-Learning Pada Mata Kuliah Pengembangan Teknologi Pendidikan Islam* [Phd Thesis]. UNIVERSITAS NEGERI MAKASSAR.
- Rofiah, S. (2021). Pengaruh Pembelajaran Online Terhadap Stres Akademik Siswa Di SMA Negeri 1 Kepanjen. *Jurnal Consulenza: Jurnal Bimbingan Konseling Dan Psikologi*, 4(1), 41–47.
- Saleh, L. M., Russeng, S. S., & Tadjuddin, I. (2020). *Manajemen Stres Kerja (Sebuah Kajian Keselamatan Dan Kesehatan Kerja Dari Aspek Psikologis Pada ATC)*. Deepublish.
- Sandra, R., & Ifdil, I. (2015). Konsep Stres Kerja Guru Bimbingan Dan Konseling. *Jurnal EDUCATIO: Jurnal Pendidikan Indonesia*, 1(1), 80–85.
- Siregar, S. (2015). *Metode Penelitian Kuantitatif: Dilengkapi Dengan Perbandingan Perhitungan Manual & Spss*.
- Sizeh, N. (2021). *SKRIPSI HUBUNGAN PENDAMPINGAN PEMBELAJARAN ONLINE DENGAN TINGKAT*

STRES PADA ORANG TUA SELAMA PANDEMI COVID-19 DI PAKIS MALANG Noer Sizeh NIM. 1709.1420. 1577.

Sugiyono, D. (2013). *Metode Penelitian Pendidikan Pendekatan Kuantitatif, Kualitatif Dan R&D.*

Suhery, S., Putra, T. J., & Jasmalinda, J. (2020). Sosialisasi Penggunaan Aplikasi Zoom Meeting Dan Google Classroom Pada Guru Di Sdn 17 Mata Air Padang Selatan. *Jurnal Inovasi Penelitian*, 1(3), 129–132.

Tersiana, A. (2018). *Metode Penelitian*. Anak Hebat Indonesia.

Wagiran, W. (2013). *Metodologi Penelitian Pendidikan: Teori Dan Implementasi*. Yogyakarta: Budi Utama.

Wiramihardja, S. A. (2015). *Pengantar Psikologi Abnormal*.

Wardawati, W. (2020). *Peranan Penasehat Akademik Terhadap Keberhasilan Studi Mahasiswa Pada Fakultas Ushuluddin Dan Komunikasi Islam Iai Muhammadiyah Sinjai* (Doctoral dissertation, INSTITUT AGAMA ISLAM MUHAMMADIYAH SINJAI).

Zulkarnain, Z. (2020). Psychotherapy Shalat Sebagai Mengatasi Stress Dalam Meningkatkan Kesehatan Jiwa. *Tawshiyah: Jurnal Sosial Keagamaan Dan Pendidikan Islam*, 15(1).

LAMPIRAN-LAMPIRAN

Lampiran 1 Kisi-Kisi Instrumen

KISI-KISI INSTRUMEN PENELITIAN

PENGARUH PEMBELAJARAN *ONLINE* PADA MASA PANDEMI TERHADAP TINGKAT STRES MAHASISWA PROGRAM STUDI BIMBINGAN PENYULUHAN ISLAM IAI MUHAMMADIYAH SINJAI

No.	Variabel Penelitian	Indikator		Ket
1.	Pembelajaran <i>Online</i>	a. Media sebagai alat perantara dalam proses belajar untuk menyalurkan pesan atau informasi.		
		b. Pembelajaran yang diakses melalui aplikasi seperti Zoom, Google Meeting, dan WhatsApp.		

2.	Tingkat Stres	c. Keterbatasan mahasiswa dalam akses internet.		
		d. Terkadang jaringan yang tidak stabil dalam pelaksanaan pembelajaran.		
		e. Kurangnya pemahaman mahasiswa karena belajar secara jarak jauh.		
		f. Interaksi terbatas antara dosen dan mahasiswa.		
		a. Tidak fokus		
		b. Ketiduran		
		c. Pelupa		
		d. Tidak nafsu makan		
		e. Badan pegal-pegal		
		f. Sakit kepala		
		g. Otot tegang		

		h. Sering berkeringat		
		i. Bosan		
		j. Gangguan pola tidur		
		k. Cemas		
		l. Mudah marah		
		m. Putus asa		
		n. Jantung berdebar-debar		
		o. Prestasi menurun		
		p. Pekerjaan tidak maksimal		
		q. Tidak mampu istirahat dengan maksimal.		

Lampiran 2 Instrumen Penelitian

LEMBAR ANGKET PENGARUH PEMBELAJARAN *ONLINE* PADA MASA PANDEMI TERHADAP TINGKAT STRES MAHASISWA PROGRAM STUDI BIMBINGAN PENYULUHAN ISLAM IAI MUHAMMADIYAH SINJAI

A. IDENTITAS RESPONDEN

Nama :
NIM :
Prodi :
No Tlp :
Jenis Kelamin :

B. PETUNJUK PENGISIAN

1. Bacalah secara cermat terlebih dahulu pernyataan sebelum menjawab.
2. Jawablah setiap pernyataan dengan memberikan tanda centang (☐) ada kolom disalah satu alternatif jawaban yang saudara (i) anggap sesuai.
3. Jawablah pertanyaan dengan jujur sesuai yang anda alami atau rasakan.
4. Pastikan semua pernyataan sudah dijawab sebelum dikumpulkan.

Keterangan:

Sangat Setuju (SS) : 4

Setuju (S) : 3

Tidak Setuju (TS) : 2

Sangat Tidak Setuju (STS) : 1

No.	P e r n y a t a n	SS	S	TS	STS
		4	3	2	1
1.	Dosen menerapkan pembelajaran online saat pandemi covid-19.	4	3	2	1
2.	Media pembelajaran yang digunakan dosen sudah tepat seperti aplikasi <i>Whatsapp</i> , <i>Zoom</i> , <i>Classroom</i> , dan <i>Google Meeting</i> .	4	3	2	1
3.	Saya kurang memahami materi yang disampaikan oleh dosen melalui aplikasi <i>Whatsapp</i> dan <i>Zoom</i> .	4	3	2	1

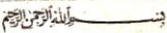
4.	Kuliah online saya terganggu karena keterbatasan akses internet.	4	3	2	1
5.	Saya merasa terganggu jika proses pembelajaran online berlangsung namun jaringan tidak mendukung.	4	3	2	1
6.	Saya kurang semangat dengan kuliah online dibandingkan dengan kuliah tatap muka.	4	3	2	1
7.	Saya merasa terganggu ketika presentasi via zoom berlangsung namun akses jaringan yang kurang stabil.	4	3	2	1
8.	Saya merasa lelah ketika belajar secara jarak jauh namun jaringan tidak mendukung.	4	3	2	1
9.	Saya sangat sedih karena adanya wabah covid-19 membuat terhambatnya praktik pada mata kuliah.	4	3	2	1
10.	Pernah keringat dingin ketika saya diminta untuk menjawab soal-soal.	4	3	2	1
11.	Saya sering melampiaskan kekesalan saya akibat perkuliahan secara daring dengan membentak orang disekitar saya.	4	3	2	1

12.	Saya merasa belum siap saat mengikuti pembelajaran online.	4	3	2	1
13.	Saya merasa lelah ketika dosen secara bersamaan mengirim tugas dalam bentuk <i>file</i> .	4	3	2	1
14.	Saya kurang fokus dengan penjelasan yang diberikan oleh dosen saat pembelajaran online.	4	3	2	1
15.	Saya merasa kurang nafsu makan saat presentasi berlangsung melalui aplikasi <i>whatsapp</i> dan <i>zoom</i> .	4	3	2	1
16.	Pada saat pembelajaran online saya merasa tidak fokus dalam salah satu mata kuliah.	4	3	2	1
17.	Saya merasa sering lupa jika ada jadwal kuliah dengan melalui aplikasi <i>zoom</i> .	4	3	2	1
18.	Merasa lemas ketika bangun pagi dan jadwal kuliah dimulai jam 07.30	4	3	2	1
19.	Saya sering mengalami gangguan dalam perut sehingga membuat tidak nyaman.	4	3	2	1
20.	Saya sering sakit kepala saat kuliah ketika terlalu lama berhadapan dengan layar <i>handphone</i> dan laptop.	4	3	2	1

21.	Merasa tertekan karena tugas yang banyak dengan waktu yang singkat.	4	3	2	1
22.	Saya merasa kurang konsentrasi ketika presentasi berlangsung melalui zoom namun disekitar saya banyak suara-suara yang bising atau ribut.	4	3	2	1
23.	Merasa bosan ketika presentasi berlangsung menggunakan aplikasi <i>Whatsapp</i> dengan menjelaskan secara <i>voice note</i> karena penyimpanan internal telepon penuh.	4	3	2	1
24.	Saya sering mengalami ketegangan otot dan tekanan emosional saat pembelajaran online.	4	3	2	1
25.	Saya merasa terganggu dengan pola tidur saya.	4	3	2	1
26.	Selama pembelajaran online saya mengalami penurunan konsentrasi.	4	3	2	1
27.	Saya merasa stres karena kelelahan fisik dan mental.	4	3	2	1
28.	Saya merasa sering panik ketika banyak tugas belum selesai.	4	3	2	1
29.	Saya merasa cemas ketika banyak tugas	4	3	2	1

Sekian dan Terima kasih.

Lampiran 3 Surat Izin Penelitian

 INSTITUT AGAMA ISLAM MUHAMMADIYAH SINJAI RAMPUN : JL. SULTAN HASANUDDIN NO. 18 KAD SINJAI T.P. 88234804870 K/NDK PDS 32471 Email : info@iainmuhammadiah-sinjai.com Website : http://www.iainmuhammadiah-sinjai.com IFRAKREDITASI INSTITUSI RAN PT SR NOMOR : 1865/SH.RAN-PT/Akred-PL/SH/2020	
 SURAT IZIN PENELITIAN Nomor : 293.R/III.3.AU/D/KET/2022	
<i>Assalamu'alaikum Warahmatullahi Wabarakatuh.</i> Yang bertanda tangan dibawah ini Rektor Institut Agama Islam Muhammadiyah Sinjai menerangkan bahwa:	
Nama	: Khaerunnisa
NIM	: 180202048
Program Studi	: Bimbingan dan Penyuluhan Islam (BPI)
Semester	: VIII (Delapan)
Yang bersangkutan diatas diberikan izin untuk melakukan Penelitian di Institut Agama Islam Muhammadiyah (IAIM) Sinjai dalam rangka penyusunan Skripsi dengan judul : Pengaruh Pembelajaran Online Pada Masa Pandemi Terhadap Tingkat Stres Mahasiswa Program Studi Bimbingan dan Penyuluhan Islam IAIM Muhammadiyah Sinjai. Demikian surat izin ini dibuat untuk digunakan sebagaimana mestinya. <i>Wassalamu'alaikum Warahmatullahi Wabarakatuh.</i>	
Sinjai, <u>4 Ramadhan 1443 H</u> 6 April 2022 M	
Rektor ,  Dr. Firdaus, M.Ag. NBM 886 069	
Islami, Progresif dan Kompetitif	

Lampiran 4 Surat Keterangan Telah Melakukan Penelitian



INSTITUT AGAMA ISLAM MUHAMMADIYAH SINJAI
 KAMPUS : JL. SULTAN HABASUDDIN NO. 20 KAB. SINJAI, TLE. 082440-00070, RTDP: 108 91017
 Email : info@iainmuhammadiah-sinjai.ac.id Website : <http://www.iainmuhammadiah-sinjai.ac.id>
 TERAKREDITASI INSTITUSI BAN-PI SK. NOMOR : 1000SR/BAN-PI/Akred/PT/2111/2020

بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ

SURAT KETERANGAN
 Nomor : 479.R/III.3.AU/D/KET/2022

Assalamu 'alaikum Warahmatullahi Wabarakatuh.

Yang bertanda tangan dibawah ini Rektor Institut Agama Islam Muhammadiyah Sinjai menerangkan bahwa:

Nama	: Khairunnisa
NIM	: 180202048
Program Studi	: Bimbingan dan Penyuluhan Islam (BPI)
Semester	: VIII (Delapan)

Yang bersangkutan diatas benar telah melakukan penelitian di Institut Agama Islam Muhammadiyah (IAIM) Sinjai dalam rangka penyusunan Skripsi dengan judul : **Pengaruh Pembelajaran Online Pada Masa Pandemi Terhadap Tingkat Stress Mahasiswa Program Studi Bimbingan dan Penyuluhan Islam IAI Muhammadiyah Sinjai.**

Demikian surat keterangan ini dibuat untuk digunakan sebagaimana mestinya.

Wassalamu 'alaikum Warahmatullahi Wabarakatuh.

Sinjai, 27 Dzulkaedah 1443 H
22 Juni 2022 M

Rektor,



Dr. Firdaus, M.Ag.
 NPM: 886 069

Islami, Progresif dan Kompetitif

Lampiran 5 Surat Keterangan Pembimbing Penelitian



**INSTITUT AGAMA ISLAM MUHAMMADIYAH SINJAI
FAKULTAS USHULUDDIN DAN KOMUNIKASI ISLAM**

KAMPUS : JL. SULTAN HASANUDDIN NO. 20 KAB. SINJAI TLP/FAX 048221418, KODE POS 92612

Email : fakultas@sinjai.ac.id

Website : <http://www.iainmsinjai.ac.id>

TERAKREDITASI INSTITUSI BAN-PT SK NOMOR : 1088/SK/BAN-PT/Akred/PT/III/2020

SURAT KEPUTUSAN

Nomor: 0207.D2/III.3.AU/F/KEP/2021

**TENTANG
DOSEN PEMBIMBING SKRIPSI
FAKULTAS USHULUDDIN DAN KOMUNIKASI ISLAM
INSTITUT AGAMA ISLAM MUHAMMADIYAH SINJAI
TAHUN AKADEMIK 2021/2022**

Dekan Fakultas Ushuluddin dan Komunikasi Islam Institut Agama Islam Muhammadiyah Sinjai setelah:

- Menimbang** : 1. Bahwa dalam rangka penulisan Skripsi mahasiswa Fakultas Ushuluddin dan Komunikasi Islam Institut Agama Islam Muhammadiyah Sinjai Tahun Akademik 2020/2021, maka dipandang perlu untuk menetapkan Dosen Pembimbing penulisan Skripsi dalam Surat Keputusan.
2. Bahwa nama-nama yang tercantum dalam Surat Keputusan ini dipandang cakap dan memenuhi syarat untuk melaksanakan tugas yang diamanahkan kepadanya.
- Mengingat** : 1. Anggaran Dasar dan Anggaran Rumah Tangga Muhammadiyah
2. Undang-undang No. 20 Tahun 2003 tentang Sisdiknas.
3. Undang-undang RI No. 12 Tahun 2012, tentang Pendidikan Tinggi.
4. Keputusan Menteri Agama RI No. 6722 Tahun 2015, tentang perubahan nama STAI Muhammadiyah Sinjai menjadi Institut Agama Islam Muhammadiyah Sinjai.
5. Pedoman PP. Muhammadiyah No. 02/PED/1.0/B/2012 tentang Perguruan Tinggi Muhammadiyah.
6. Statuta Institut Agama Islam Muhammadiyah Sinjai.
- Memperhatikan** : Kalender Akademik Fakultas Ushuluddin dan Komunikasi Islam T.A 2020/2021.
- MEMUTUSKAN**
- Menetapkan** : Keputusan Dekan Fakultas Ushuluddin dan Komunikasi Islam Institut Agama Islam Muhammadiyah Sinjai tentang Dosen Pembimbing penulisan skripsi mahasiswa.
- Pertama** : Mengangkat dan menetapkan Bapak/Ibu:

Pembimbing I	Pembimbing II
Dr. Suriati, M. Sos.I.	Sitti Aminah, M. Hum.

Untuk penulisan skripsi mahasiswa:

Nama : Khairunnisa

NIM : 180202048

Prodi : BPI

Judul : Analisis Stres (Studi Kasus Pembelajaran Online Pada Mahasiswa Program Studi Bimbingan Penyuluhan Islam IAI Muhammadiyah Sinjai)

Islami, Progresif dan Kompetitif



**INSTITUT AGAMA ISLAM MUHAMMADIYAH SINJAI
FAKULTAS USHULUDDIN DAN KOMUNIKASI ISLAM**

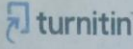
KAMPUS : JL. SULTAN HASANUDDIN NO. 20 KAB. SINJAI TLP/FAX 048221418, KODE POS 92612

Email : fakultas@sinjai.ac.id

Website : <http://www.iainmsinjai.ac.id>

TERAKREDITASI INSTITUSI BAN-PT SK NOMOR : 1088/SK/BAN-PT/Akred/PT/III/2020

Lampiran 6 Surat keterangan Bebas Plagiasi (*turnitin*)

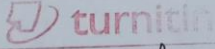
 **turnitin** Similarity Report ID: 01d:30061:29176794

PAPER NAME 180202048	AUTHOR KHAIRUNNISA
WORD COUNT 4521 Words	CHARACTER COUNT 30113 Characters
PAGE COUNT 26 Pages	FILE SIZE 4.7MB
SUBMISSION DATE Dec 28, 2022 10:18 AM GMT+8	REPORT DATE Dec 28, 2022 10:18 AM GMT+8



● **30% Overall Similarity**
The combined total of all matches, including overlapping sources, for each database.

- 26% Internet database
- 16% Publications database
- Crossref database
- Crossref Posted Content database
- 23% Submitted Works database

 **turnitin**
PERPUSTAKAAN UIN

Name Instruktur: **IRWAN SUTAMAU, M.I.TOM**

DOKUMENTASI









Lampiran 7 Biodata Penulis**BIODATA PENULIS**

Nama : Khairunnisa
Nim : 180202048
Tempat/Tgl Lahir : Sinjai, 24 Juni 2000
Alamat : Dusun Pajalele, Desa
Patalassang, Kecamatan Sinjai
Timur, Kabupaten Sinjai.
Agama : Islam
No. Handphone : 085396712256
Email : Khairunnisa7598@gmail.com
Nama Orang Tua :
Ayah : Burhanuddin
Ibu : Muliati
Pengalaman

Organisasi :

1. Pengurus UKM PIK-M Ahmad Dahlan IAIM Sinjai Periode 2019-2020
2. Pengurus HIMAPRODI BPI IAIM Sinjai Periode 2020-2021
3. Pengurus PK IMM FUKIS IAIM Sinjai Periode 2020-2021

Riwayat Pendidikan :

1. SD : SD Negeri No. 33 Patalassang (2006-2012)
2. SMP/Mts: MTs Darussalam Patalassang (2012-2015)
3. SMA/MA: MA Darussalam Patalassang (2015-2018)
4. S1 : IAI Muhammadiyah Sinjai (2018-2022)