

## Pengaruh Pembelajaran Daring di Masa Pandemic Covid-19 terhadap Insiden *Burnout* dan Motivasi Belajar

Siswoto Hadi Prayitno

Prodi DIII Keperawatan, Akademi Kesehatan Rustida; siswotohp@gmail.com (koresponden)

Firdawsi Nuzula

Prodi DIII Keperawatan, Akademi Kesehatan Rustida; nuzulafirdawsi@gmail.com

### ABSTRACT

*The COVID-19 pandemic has been going on for a long time, where the morbidity and mortality due to COVID-19 is quite high. The purpose of the study was to determine the effect of online learning on burnout incidents and learning motivation. The design of this study was cross-sectional. This research was conducted at the Rustida Health Academy with students as research respondents, with a sample size of 104 students who were selected by random sampling technique. Data were obtained using a burnout scale and a Likert scale questionnaire, and then analyzed using a regression test. The results of the analysis show that the p value for learning motivation is 0.012 while for burnout is 0.150. Furthermore, it is concluded that online learning is more influential on learning motivation than causing burnout.*

**Keywords:** Covid-19; online learning; burnouts; motivation to learn

### ABSTRAK

Pandemi COVID-19 telah berlangsung lama, dimana angka kesakitan dan kematian akibat COVID-19 cukup banyak. Tujuan penelitian adalah untuk mengetahui pengaruh pembelajaran daring terhadap insiden *burnout* dan motivasi belajar. Rancangan penelitian ini adalah *cross-sectional*. Penelitian ini dilaksanakan di Akademi Kesehatan Rustida dengan para mahasiswa sebagai responden penelitian, dengan ukuran sampel 104 mahasiswa yang dipilih dengan teknik random sampling. Data diperoleh dengan menggunakan kuesioner skala *burnout* dan skala Likert, lalu dianalisis menggunakan uji regresi. Hasil analisis menunjukkan bahwa nilai p untuk motivasi belajar adalah 0,012 sedangkan untuk *burnout* adalah 0,150. Selanjutnya disimpulkan bahwa pembelajaran *daring* lebih berpengaruh pada motivasi belajar daripada menimbulkan *burnout*.

**Kata kunci:** Covid-19; pembelajaran daring; *burnout*; motivasi belajar

### PENDAHULUAN

Manusia dan pendidikan merupakan suatu kesatuan yang tidak dapat terpisahkan<sup>(1)</sup>, dan di dalam pendidikan terdapat aktivitas belajar<sup>(2)</sup>. Belajar dan pendidikan merupakan suatu usaha yang dilakukan secara terencana, teratur dan disengaja guna mengubah dan mengembangkan perilaku yang diharapkan<sup>(3)</sup>. Persyaratan penting demi terwujudnya pendidikan bermutu adalah pelaksanaan, proses pembelajaran oleh guru yang profesional, handal dan memiliki keahlian serta di tuntut mengembangkan mahasiswa dalam segi kognitif, afektif dan psikomotor<sup>(4)</sup>. Dalam Undang-Undang RI Nomor 20 Tahun 2003 diamanatkan bahwa pendidikan diartikan usaha sadar dan terencana agar peserta didik aktif mengembangkan potensi dirinya untuk memiliki kekuatan spiritual keagamaan, pengendalian diri, kepribadian, kecerdasan, akhlak mulia dan ketrampilan yang diperlukan dirinya, masyarakat bangsa dan negara<sup>(5)</sup>.

Sejak adanya pandemic Covid-19, guna menghindari penyebaran penyakit proses belajar dilakukan secara daring. Bagi sebagian besar mahasiswa yang belum terbiasa dengan proses pembelajaran daring ini menimbulkan kejenuhan (*burnout*). *Burnout* dalam belajar merupakan kondisi emosi seseorang yang merasakan kelelahan secara mental dan fisik oleh karena tuntutan yang terus meningkat<sup>(6)</sup>. Ketika mahasiswa mengalami *burnout*, dampak yang ditimbulkan adalah menurunnya motivasi siswa dalam belajar<sup>(7)</sup>. Hasil penelitian terdahulu menyatakan bahwa proses pembelajaran dengan metode daring dapat menimbulkan *burnout*<sup>(8)</sup> dan menyebabkan motivasi belajar menurun<sup>(9)</sup>.

Proses pembelajaran selama pandemi Covid-19 diatur dalam Peraturan Menteri Pendidikan No 4 Tahun 2020 tepatnya 24 Maret 2020 yang disebut dengan belajar dari rumah, dengan fokus pada pendidikan yaitu keterampilan hidup tentang pencegahan pandemi dan semua aktifitas belajar dilakukan di rumah serta tetap menekankan pada kualitas<sup>(10)</sup> yang harus ditingkatkan oleh guru dan dosen<sup>(11)</sup>. Proses pembelajaran daring bukan tanpa ada masalah. Penelitian terdahulu menyatakan bahwa 75% dari 223 responden mengalami stress dan menurunnya motivasi belajar<sup>(10)</sup> dan serta terjadi gangguan psikis pada diri siswa<sup>(12)</sup>. Sebagian guru mengalami kebingungan dan berakibat pada siswa menjadi pasif, tidak kreatif. Penyebab terjadinya hal pada diri siswa dikarenakan adanya kejenuhan dalam proses pembelajaran<sup>(13)</sup>. *Burnout* merupakan sindroma psikologis yang dapat mencetuskan terjadinya *stress*<sup>(14)</sup> dan dapat menurunkan motivasi siswa dalam belajar<sup>(15)</sup>. Pandemi Covid-19 di Indonesia terjadi pada bulan Maret 2020, dan jumlah korban terus meningkat yang mengharuskan menteri pendidikan mengeluarkan surat edaran tentang pembelajaran secara daring dan bekerja di rumah dalam rangka pencegahan penyebaran Covid-19<sup>(11)</sup>. Pembelajaran melalui daring diimplementasikan dengan beragam cara oleh guru, namun implementasi ini masih belum ada kesiapan di kalangan guru untuk beradaptasi di iklim digital<sup>(12)</sup>. Bagi sebagian individu yang tidak memiliki kesiapan dengan adaptasi digital, maka dapat timbul perasaan rendah

diri serta munculnya gejala-gejala seperti perasaan tidak mampu dan hal menimbulkan perasaan frustrasi dan kejenuhan yang kronik sehingga menimbulkan sindroma *burnout* <sup>(16)</sup>.

Media pembelajaran dapat berpengaruh pada motivasi belajar pada siswa bilamana media pembelajaran baik maka akan meningkatkan motivasi belajar demikian pula sebaliknya bila media belajar kurang menarik dapat menurunkan motivasi belajar pada siswa <sup>(17)</sup>. Kebijakan pembelajaran daring selama pandemi Covid-19 diharapkan menjadi solusi guna mencegah penyebaran penyakit yang disebabkan oleh virus. <sup>(8)</sup>

Pembelajaran yang sebelum masa pandemi dilaksanakan secara tatap muka (*offline*) namun setelah adanya pandemi, model pembelajaran dilaksanakan secara daring (*online*), tenaga edukatif bekerja dari rumah (WFH,) yang mengakibatkan minimnya interaksi antara guru dan siswa secara langsung, sehingga berdampak pada kurangnya interaksi sosial. Proses belajar pun juga akan berdampak pada menurunnya motivasi belajar siswa <sup>(18)</sup>. Sindroma *burnout* yang terjadi pada model pembelajaran daring selama pandemic Covid-19 disebabkan karena model pembelajaran terlalu monoton, intonasi yang kurang bervariasi, tidak dapat berinteraksi secara langsung dengan teman dan pengajar, perasaan kesepian tinggal di rumah dan pembelajaran dirasakan kurang efektif sehingga menyebabkan materi pembelajaran sulit untuk dipahami <sup>(8)</sup>, yang berdampak pada konsentrasi belajar yang tidak baik <sup>(18)</sup>, menimbulkan stress sampai dengan menurunnya motivasi belajar siswa <sup>(19)</sup>.

Berbagai macam masalah dapat berpengaruh pada terjadinya *burnout* dan motivasi belajar oleh karenanya perlu dilakukan penelitian yang bertujuan mengetahui pengaruh pembelajaran daring terhadap insiden *burnout* dan motivasi belajar pada mahasiswa semester IV Prodi DIII Keperawatan Akademi Kesehatan Rustida.

## METODE

Penelitian ini dilaksanakan di Akademi Kesehatan Rustida Prodi DIII Keperawatan pada bulan April sampai Juli 2021. Rancangan penelitian ini adalah *cross-sectional*. Populasi adalah 208 mahasiswa Akademi Kesehatan Rustida Pordi DIII Keperawatan Tahun Akademik 2020/2021. Ukuran sampel adalah 104 mahasiswa yang dipilih dengan teknik *random sampling*.

Data dikumpulkan melalui pengisian kuesioner. Alat ukur pembelajaran daring adalah kuesioner penelitian terdahulu dengan reliabilitas dan validitas alpha Cronbach's 0,811. <sup>(20)</sup> Penentuan skor untuk untuk kuesioner pembelajaran daring adalah dengan kategori sangat setuju (>67), setuju (45-66), tidak setuju (23-44), sangat tidak setuju (<23). Untuk skor motivasi belajar adalah sangat tinggi (>90), tinggi (61-90), kurang (31-60) dan rendah (<30). Kuesioner *burnout* adalah instrumen penelitian terdahulu dengan nilai reliabilitas alpha Cronbach's 0,936 <sup>(20)</sup>. Skala *burnout* yang mencakup 3 aspek yang disampaikan oleh Maslach yaitu: a) kelelahan emosi yaitu perasaan lelah seperti energy yang terkuras yang dirasakan oleh mahasiswa akibat tuntutan kuliah, biasanya ini ditandai perasaan putus asa; b) depersonalisasi yaitu sikap yang tidak berperasaan dan sinis serta menurunnya sensitivitas kepada orang lain, umumnya ditandai individu tidak tertarik dalam lingkungan sosial, apatis kurang peduli pada orang lingkungan dan orang sekitarnya; c) pencapaian prestasi yang rendah ditandai individu merasa tidak puas dengan hasil usahanya sendiri, tidak mampu menjelaskan masalah secara efektif serta tidak memahami atau mengidentifikasi masalah orang lain <sup>(21)</sup>. Ketentuan skor burnout adalah: 0 (tidak burnout), 1-48 (ringan), 49-96 (sedang), 97-144 (berat). Semakin tinggi skor total, maka *burnout* semakin tinggi <sup>(21)</sup>. Kuesioner motivasi belajar telah digunakan oleh peneliti terdahulu dengan reliabilitas alpha Cronbach's adalah 0,899. <sup>(21)</sup> Data yang terkumpul dianalisis dengan uji regresi linier berganda.

## HASIL

Tabel 1. Distribusi pembelajaran daring

Pembelajaran daring	Frekuensi	Persentase
Setuju	104	100
Tidak setuju	0	0

Tabel 2. Distribusi kejadian *burnout* pada mahasiswa

Tingkat <i>burnout</i>	Frekuensi	Persentase
Tinggi	0	0
Sedang	100	96
Rendah	4	4

Tabel 3. Distribusi motivasi belajar pada mahasiswa

Motivasi	Frekuensi	Persentase
Tinggi	43	45
Sedang	61	55
Rendah	0	0

Tabel 1 menunjukkan bahwa seluruh mahasiswa (100%) setuju terhadap program pembelajaran daring selama masa pandemi. Tabel 2 menunjukkan bahwa sebagian besar mahasiswa (96%) mengalami kejadian *burnout* dalam kategori sedang. Tabel 3 menunjukkan bahwa sebagian besar mahasiswa (55%) memiliki motivasi dalam tingkatan sedang.

Tabel 4. Hasil analisis regresi linier ganda

Variabel	Koefisien	Koefisien korelasi	p
Motivasi belajar	0,259	2,574	0,012
<i>Burnout</i>	0,062	1,449	0,150
Konstanta	29,022	3,202	0,002

Tabel 4 menunjukkan bahwa nilai p untuk motivasi belajar dan burnout, masing-masing adalah 0,012 dan 0,150. Dengan demikian variabel yang berhubungan secara signifikan dengan pembelajaran daring adalah motivasi belajar.

## PEMBAHASAN

Hasil penelitian menunjukkan bahwa pembelajaran daring selama masa pandemi Covid-19 berpengaruh terhadap motivasi belajar mahasiswa Akademi Kesehatan Rustida Podi DIII Keperawatan tahun ajaran 2020/2021. Pembelajaran daring yaitu sebuah metode pembelajaran dengan menggunakan perangkat elektronik yang terhubung dengan perangkat internet. <sup>(22)</sup> Model pembelajaran ini diterapkan dikarenakan untuk mencegah penyebaran penyakit Covid-19 yang masih sulit terkendali. Pembelajaran daring dilakukan oleh mahasiswa dari tempat tinggal masing-masing, sehingga orang tua dapat juga mengontrol perilaku anak ketika mereka belajar. <sup>(23)</sup> Ketika belajar ada kontrol dari orang tua, maka hal ini akan berdampak positif pada motivasi belajar.

Motivasi belajar merupakan proses internal dari individu yang mengaktifkan, memandu dan mempertahankan perilaku belajar dari waktu ke waktu. <sup>(24)</sup> Motivasi merupakan energi untuk mencapai tujuan <sup>(25)</sup> dan mendorong seseorang untuk mencapai kebutuhan, <sup>(26)</sup> menumbuhkan keaktifan dan kedisiplinan agar tujuan tercapai. <sup>(27)</sup> Model pembelajaran sebelum pandemi Covid-19 adalah metode tatap muka yang merupakan model pembelajaran behavioristik. Dengan model ini, guru harus mendesain kelas, pengondisian ruang belajar dan membentuk perilaku mahasiswa. Namun dengan model pembelajaran daring, telah terjadi perubahan model belajar menuju model pembelajaran konstruktivisme, yaitu sebuah model belajar yang mana mahasiswa dituntut aktif dalam proses belajar, diskusi dan mengerjakan tugas. Ketika model konstruktivisme diterapkan, maka kondisi belajar berubah, dalam hal ini mahasiswa dituntut untuk menyelesaikan tugas-tugas. Maka pekerjaan yang semula dirasakan sebagai beban akan menjadi lebih ringan karena terbiasa, apalagi proses pembelajaran daring telah lama berlangsung, sehingga motivasi belajar mahasiswa tetap meningkat.

Manfaat lain dari metode pembelajaran *daring* adalah meningkatkan keterampilan mahasiswa dalam berkomunikasi dikarenakan dalam metode pembelajaran daring mahasiswa dituntut lebih aktif untuk menyampaikan ide <sup>(28)</sup>. Masa pandemi Covid-19 mendorong para akademisi berpikir lebih kreatif dalam kegiatan belajar mengajar terutama dalam penguasaan teknologi sebagai media pembelajaran, dimana media pembelajaran harus dibuat sebaik mungkin untuk menarik minat belajar mahasiswa. Motivasi belajar mahasiswa merupakan dorongan mahasiswa untuk melakukan aktivitas belajar agar prestasi hasil belajar dapat dicapai sebaik mungkin. Media pembelajaran secara online yang dirancang secara baik dapat menumbuhkan motivasi belajar, sehingga mahasiswa dapat mencapai tujuan yang diharapkan.

Pembelajaran dalam jaringan (*daring*) merupakan metode belajar yang menggunakan perangkat internet dan paket data serta signal jaringan. Model belajar seperti ini tergolong kebiasaan baru bagi mahasiswa yang tentu ada kelebihan. Beberapa kelebihan belajar daring di antaranya adalah mahasiswa dapat belajar sesuai yang diinginkan, kapan saja, lokasi bisa di mana saja, mahasiswa dapat mengatur kecepatan belajar sendiri serta biaya yang tidak perlu mahal dikarenakan tidak ada biaya transportasi dan biaya indekost. Model pembelajaran daring meningkatkan kemandirian belajar mahasiswa dan memungkinkan dalam berkarya dan bersaing serta memilih tambahan materi sesuai dengan kebutuhannya, sehingga dapat berpikir dan berlatih karena yang selama ini metode pembelajaran tatap muka mahasiswa menerima pengetahuan secara pasif <sup>(29)</sup>. Ketika mahasiswa terbiasa belajar mandiri dapat meningkatkan motivasi belajar mahasiswa. <sup>(30)</sup> Namun belajar daring bagi sebagian mahasiswa yang kurang terbiasa menjadi masalah hal ini dikarenakan kurangnya disiplin, timbulnya perasaan terisolasi, signal internet yang tidak stabil, dan kurangnya berinteraksi dengan teman sebaya tentunya hal ini akan menimbulkan burnout <sup>(29)</sup>.

Pembelajaran daring merupakan proses belajar yang memanfaatkan aplikasi virtual baik Whatsapp, telegram, Google Classroom ataupun Zoom. Proses pembelajaran daring dapat dilakukan secara mandiri oleh mahasiswa dan dilaksanakan di rumah sehingga orang tua dapat mendampingi dalam melaksanakan belajar di rumah serta memberikan semangat ketika belajar, sehingga dapat memicu motivasi belajar yang lebih meningkat. Berbagai macam upaya untuk mengurangi *burnout* mahasiswa dalam mengikuti proses pembelajaran harus dilakukan seperti pembelajaran harus lebih fleksibel terutama dalam hal waktu, modifikasi teknik pembelajaran dan jangan monoton, mengakomodasi isu kontekstual bukan menghafal konsep serta memanfaatkan media sosial lainnya untuk meningkat gairah belajar mahasiswa.

## KESIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian disimpulkan pembelajaran *daring* selama masa pandemi Covid-19 Akademi Kesehatan Rustida Prodi DIII Keperawatan lebih berpengaruh pada motivasi belajar mahasiswa.

## DAFTAR PUSTAKA

1. Ekawati M. Teori Belajar Menurut Aliran Psikologi Kognitif Serta Implikasinya dalam Proses Belajar dan

- Pembelajaran. *Jurnal E-Tech*. 2017;7(4):1-11.
2. Ningrum ONW. Hubungan Kepercayaan Diri dan Penyesuaian Sosial Dengan Prestasi Belajar Siswa Kelas X SMA Xaverius Lubuklinggau Sumatera Selatan. Skripsi. 2013.
3. Herawati WL, Mulyanratna M. Studi Korelasi Antara Kecerdasan Emosional Spiritual (ESQ) dan Hasil Belajar Fisika Siswa Madrasah Aliyah Swasta di Wilayah Kecamatan Dukun Kabupaten Gresik. *Jurnal Inovasi Pendidikan Fisika (JIPF)*. 2014;03(02):161-166.
4. Fauziah. Hubungan Kecerdasan Emosional dengan Prestasi Belajar Mahasiswa Semester II Bimbingan Konseling UIN. *Ilmiah Edukasi*. 2015;J(1):161-166.
5. Gunawan H. Hubungan antara Kecerdasan Emosional dan Motivasi Belajar pada Siswa Kelas X Jurusan Teknik Kendaraan Ringan di SMK Piri I Yogyakarta. Skripsi. 2013.
6. Tawale EF, Budi W, Nurcholis G. Hubungan antara Motivasi Perawat dengan Kecenderungan Mengalami Burnout pada Perawat di RSUD Serui Papua. *Jurnal INSAN*. 2014;13(02):74-84.
7. Yeni IN. Pengaruh Burnout Terhadap Motivasi Berprestasi dalam Bekerja pada Sales. *Jurnal Psibernetika*. 2012;5(2):33-45.
8. Pawicara R, Conilie M. Analisis Pembelajaran Daring Terhadap Kejenuhan Belajar Mahasiswa Tadris Biologi IAIN Jember di Tengah Pandemi Covid-19. *Jurnal ALVEOLI: Pendidikan Biologi*. 2020;1(1):29-38.
9. Cahyani A, Listiana ID, Larasati SPD. Motivasi Belajar Siswa SMA pada Pembelajaran Daring di Masa Pandemi Covid-19. *Jurnal Pendidikan Islam*. 2020;3(01):123-140.
10. Susilowati E, Azzasyofia M. The Parents Stress Level in Facing Children Study from Home in the Early of Covid-19 Pandemic in Indonesia. *International Journal of Science and Society*. 2020;2(3):1-12.
11. Argaheni NB. Sistematis Review: Dampak Perkuliahan Daring saat Pandemi COVID-19 terhadap Mahasiswa Indonesia. *Jurnal PLACENTUM: Ilmiah Kesehatan dan Aplikasinya*. 2020;8(2):99-108.
12. Hasanah U, Ludiana, Immawati, Livana PH. Gambaran Psikologis Mahasiswa dalam Proses Pembelajaran Selama Pandemi Covid-19. *Jurnal Keperawatan Jiwa*. 2020;8(3):299-306.
13. Suprisma A. Hubungan antara Burnout Syndrome dengan Motivasi Berprestasi pada Mahasiswa Profesi Ners di STIKes Patria Husada Blitar. Skripsi. 2015.
14. Santi K. Pengaruh Big Five Personality dengan Kejadian Burnout pada Mahasiswa Pendidikan Kedokteran. *JIMKI*. 2019; 8(1): 64-70.
15. Vitasari I. Kejenuhan (Burnout) Belajar Ditinjau dari Tingkat Kesepian dan Kontrol Diri pada Siswa Kelas XI Sma Negeri 9 Yogyakarta. Skripsi. 2013.
16. Rahman U. Mengenal Burnout pada Guru. *Jurnal Lentera Pendidikan*. 2007;X(2):216-227.
17. Ristawati. Pengaruh Media Pembelajaran Terhadap Motivasi Belajar Siswa Kelas X Program Keahlian Administrasi Perkantoran di SMKN 1 Sinjai. Skripsi. 2017.
18. Afifah S. Pengaruh Kejenuhan Belajar dan Interaksi Sosial Terhadap Konsentrasi Belajar Siswa dengan Sistem Pesantren Modern di Samarinda. *Jurnal Psikoborneo*. 2019;7(4):965-972.
19. Demolingo DPA, Kalado F, Katuuk M. Hubungan Stres dengan Motivasi Belajar pada Mahasiswa Semester V Program Studi Ilmu Keperawatan Fakultas Kedokteran Universitas Sam Ratulangi Manado. *Keperawatan*. 2018;6(1):1-6.
20. Alimah S, Swasti KG, Ekowati W. Gambaran Burnout pada Mahasiswa Keperawatan di Purwokerto. *Jurnal Keperawatan Sudirman*. 2016;11(2):130-141.
21. Herati M. Hubungan antara Dimensi Kepribadian Big Five dengan Tingkat Burnout pada Perawat IGD Rumah Sakit Yogyakarta. Universitas Sanata Dharma Yogyakarta. Skripsi. 2012.
22. Herlambang S. Pengaruh Sistem Pembelajaran Online Terhadap Kepuasan Belajar Mahasiswa Akademi Manajemen Administrasi Yogyakarta di Masa Pandemi Covid-19. *Jurnal Prima Ekonomika*. 2019;10(1):1-17.
23. Chairudin A. Pengaruh Pembelajaran Online terhadap Prestasi Siswa Kelas 5 dan 6 MI Ma'arif Gedangan Semarang. Skripsi. 2021.
24. Mendari AS, Kewal SS. Motivasi Belajar pada Mahasiswa. *Pendidikan Akuntansi Indonesia. Jurnal Pendidikan Akuntansi Indonesia*. 2016;13(2):1-13.
25. Ristawati. Pengaruh Media Pembelajaran terhadap Motivasi Belajar Siswa Kelas X Program Keahlian Administrasi Perkantoran di SMKN 1 Sinjai. Skripsi. 2017.
26. Putri YT, Oktaria D. Motivated Strategies for Learning Questionnaire: Instrumen Obyektif Penilaian Motivasi Belajar. *Medical Profession Journal*. 2017;7(5):113-117.
27. Cahyani A, Listiana ID, Larasati SP. Motivasi Belajar Siswa SMA pada Pembelajaran Daring di Masa Pandemi Covid-19. *Jurnal Pendidikan Islam*. 2020;3(1):123-140.
28. Hikamah S, Suhadi, Rohman F, Kurniawan N. Developing Virtual Communication Skills in Online Learning Based on Modified PBL During the COVID-19 Pandemic. *International Education and Practice Journal*. 2021;9(2):323-339.
29. Manuela K. Pembelajaran Jarak Jauh dan Digital di Bidang Technical and Vocational and Training (YTEV). *ILO Journal*. 2019.
30. Dirmantoro M. Motivasi Mahasiswa Kuliah Sambil Bekerja. Skripsi. 2015.