



Resiliensi Mahasiswa dalam Menghadapi Pandemi Covid 19 dan Implikasinya terhadap Proses Pembelajaran

Syska purnama sari✉, Januar Eko Aryansah & Kurnia Sari

Universitas PGRI Palembang, Universitas Sriwijaya, Universitas PGRI Palembang

Info Artikel

Sejarah Artikel:

Diterima 5 Mei 2020

Disetujui 21 Mei 2020

Dipublikasikan 30 Juni 2020

Keywords:

Emotion; Ego Status Therapy; Islamic Counseling

DOI:

<https://doi.org/10.15294/ijgc.v9i1.38674>

Abstrak

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui gambaran resiliensi mahasiswa dalam menghadapi pandemi covid 19 di kota Palembang. Jenis penelitian menggunakan metode deskriptif kuantitatif. Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh mahasiswa aktif tahun pertama di seluruh Universitas di Kota Palembang dengan sampel 260 mahasiswa. Pengumpulan data menggunakan instrumen resiliensi yang dianalisis dengan menggunakan rumus distribusi frekuensi dan presentase. Hasil penelitian menunjukkan bahwa skor tertinggi mahasiswa berada pada kriteria sedang dengan nilai 53%, dilanjutkan dengan kriteria rendah 24% dan tinggi 23%. Rata-rata gambaran resiliensi mahasiswa di kota Palembang berada pada pada kategori sedang artinya mahasiswa masih gelisah dalam menghadapi masalah-masalah selama melakukan proses pembelajaran dari rumah, mahasiswa masih belum mampu menganalisa dengan baik masalah tersebut, masih memiliki rasa empati yang rendah dengan lingkungan sekitarnya namun mahasiswa memiliki keyakinan yang tinggi bahwa pandemi ataupun masalah-masalah yang sedang dihadapi akan mampu diselesaikan dengan baik, dan mahasiswa memiliki keinginan untuk mengoptimalkan kemampuannya agar mendapatkan hasil yang maksimal.

Abstract

This study aims to determine the description of student resilience in dealing with the pandemic covid 19 in the city of Palembang. This type of research uses quantitative descriptive methods. The population in this study were all first year active students in all universities in the city of Palembang with a sample of 260 students. Data collection using resilience instruments were analyzed using the formula of frequency distribution and percentage. The results showed that the highest score of students was in the medium criteria 53%, a low of 24% and a high of 23%. Profil of students resilience in the medium category. The meaning is students are restless in dealing with problems during the learning from home, students are unable to properly analyze the problem, have a low empathy feeling with the environment but they confidence that the pandemic or the problems can be resolved properly, and students will optimize their abilities to get maximum results..

How to cite: Sari, S., Aryansah, J., & Sari, K. (2020). Resiliensi Mahasiswa dalam Menghadapi Pandemi Covid 19 dan Implikasinya terhadap Proses Pembelajaran. *Indonesian Journal of Guidance and Counseling: Theory and Application*, 9(1), 17-22. <https://doi.org/10.15294/ijgc.v9i1.38674>

© 2020 Universitas Negeri Semarang

* Alamat korespondensi:
Jl. Jend. A. Yani Lrg. Gotong Royong 9/10 Ulu Palembang
Sumatera Selatan, Indonesia
Email: syskapurnamasari@gmail.com

PENDAHULUAN

Akhir tahun 2019 covid 19 mulai menyerang Wuhan Cina. Saat itu beberapa negara bahkan Indonesia masih menganggap hal yang biasa saja. Namun ketika pada awal januari 2020, covid 19 mulai sangat meresahkan, karena virus tersebut telah menyerang negara-negara di dunia. Pandemi covid 19 merupakan fenomena yang sangat luar biasa, covid 19 merupakan virus yang sangat berbahaya karena mudah sekali menular dan dapat mengakibatkan kematian. Sampai awal bulan mei jumlah kasus pasien positif covid 19 di dunia adalah sebanyak 3.396.168 (3,4 juta) kasus. Dari jumlah tersebut, 239.376 orang meninggal dunia. Sementara itu, 1.079.572 (1,08 juta) pasien telah dinyatakan sembuh (Mukaromah. 2020).

Covid 19 mulai masuk ke Indonesia, pada awal Februari 2020. Jumlah kasus positif virus Covid 19 di Indonesia melonjak signifikan dari hari kehari. Bahkan kasus tenaga medis di Indonesia yang meninggal karena covid 19 merupakan angka tertinggi di dunia. Menurut Idhom (2020) Angka kasus baru pada per awal mei 2020 mencapai level tertinggi sejak pasien pertama diumumkan. Jumlah total pasien positif corona juga sudah menembus angka 12 ribu orang. Begitupula dengan kota Palembang. Palembang merupakan termasuk kedalam kota zona merah, kota Palembang juga menjadi angka tertinggi di Sumatera selatan yang positif covid 19.

Kondisi ini membuat pemerintah mengeluarkan kebijakan berupa belajar dari rumah, bekerja dari rumah, beribadah dari rumah, melakukan *social distancing*, menjaga kesehatan dengan sering mencuci tangan dan menggunakan masker. Kebijakan pemerintah tersebut sangat berpengaruh besar pada dunia pendidikan khususnya, sehingga pada awal maret 2020 semua institusi pendidikan baik kampus, SMA, SMP, SD dan TK berpindah menggunakan sistem pembelajaran daring.

Menurut Adiwijaya (Sumantri, 2020) sekitar 7,5 juta mahasiswa dan hampir 45 juta pelajar sekolah dasar dan menengah pun 'dipaksa' untuk melakukan pembelajaran dari rumah. Semua jenjang pendidikan yang ada di Indonesia khususnya kampus harus menggunakan metode pembelajaran daring agar kegiatan belajar mengajar tetap berjalan seperti biasa. Kebijakan-kebijakan tersebut juga dirasakan oleh masyarakat Palembang, mulai minggu kedua bulan maret 2020, semua institusi pendidikan di kota Palembang menggunakan sistem pem-

belajaran daring.

Menurut Purwanto, et al (2020) Tidak semua pelajar, siswa dan mahasiswa terbiasa belajar melalui daring. Apalagi guru dan dosen masih banyak belum mahir mengajar dengan menggunakan teknologi internet atau media sosial terutama di berbagai daerah. Sehingga Pada prosesnya penyesuaian diri dalam melakukan pembelajaran ini tidak berjalan lancar seperti proses pembelajaran tatap muka. Ada banyak sekali kesulitan yang ditemui oleh mahasiswa dalam melakukan proses pembelajaran daring.

Walaupun banyak sekali kesulitan dalam melakukan proses pembelajaran daring, sebagai seorang mahasiswa siap tidak siap, mampu tidak mampu tetap harus patuh terhadap kebijakan dari pemerintah tersebut. Mahasiswa diharuskan mampu menyesuaikan diri dan mampu bertahan dengan segala kesulitan tersebut. Dalam kondisi yang serba sulit seperti ini resiliensi sangat dibutuhkan bagi mahasiswa, karena apabila mahasiswa memiliki resiliensi yang tinggi maka mahasiswa akan dapat bangkit dan mampu bertahan walaupun dihadapkan dengan situasi yang sulit karena pandemi covid 19.

Hasil penelitian dari Sholichah, et al (2018) bahwa Self-esteem dan resiliensi akademik yang baik diperlukan mahasiswa guna mempersiapkan mahasiswa dalam melaksanakan Tri Dharma Perguruan Tinggi. Selain itu juga hasil penelitian dari Roellyana & Listiyandini (2016) Mahasiswa yang memiliki resiliensi yang tinggi akan lebih optimis dan percaya bahwa segala sesuatu dapat berubah menjadi lebih baik.

Berdasarkan kedua penelitian tersebut, jelaslah bahwa resiliensi sangat dibutuhkan oleh mahasiswa. Sehingga diperlukan penelitian mengenai gambaran tingkat resiliensi mahasiswa dalam menghadapi pandemi covid 19 dan implikasinya terhadap proses pembelajaran.

METODE PENELITIAN

Jenis penelitian ini adalah penelitian kuantitatif dengan metode deskriptif kuantitatif. Penelitian ini akan mendeskripsikan gambaran resiliensi mahasiswa di Kota Palembang dalam menghadapi pandemi covid 19 secara kuantitatif yang akan terungkap dari pengolahan data berdasarkan hasil instrumen yang telah diadministrasikan secara statistik.

Populasi dalam penelitian ini adalah se-

luruh mahasiswa aktif tahun pertama di seluruh universitas di Kota Palembang yang sedang menghadapi pandemi covid 19. Teknik sampling yang digunakan adalah *purposive sampling*, peneliti mendapatkan 260 orang mahasiswa aktif tahun pertama di Kota Palembang. Instrumen yang digunakan adalah angket tertutup berjumlah 48 item dengan menggunakan skala resiliensi, grand teori dari Reivich. K dan Shatte. A (2002) bahwa terdapat tujuh aspek resiliensi yaitu regulasi emosi, kontrol impuls, optimisme, kemampuan menganalisis masalah, empati, efikasi diri, dan pencapaian. Teknik analisis data menggunakan rumus distribusi frekuensi dan presentase.

HASIL

Berikut ini adalah hasil pemaparan data penelitian gambaran resiliensi mahasiswa dalam menghadapi covid 19 di kota Palembang terlihat pada tabel 1

Berdasarkan tabel dibawah, skor tertinggi mahasiswa berada pada kriteria sedang, dengan jumlah frekuensi 137, atau dapat dipresentasikan dengan nilai 53%, dilanjutkan dengan kriteria rendah, jumlah frekuensi 63 atau dapat dipresentasikan

Berdasarkan gambar 1 dapat diketahui bahwa mayoritas mahasiswa di Kota Palembang pada subvariabel regulasi emosi sebesar 12% dengan rata-rata 23.4. kontrol impuls sebesar 14%, dengan rata-rata 26.43. optimise sebesar 17%, dengan rata-rata 32.1. Kemampuan analisis masalah sebesar 12% dengan rata-rata 23.3. Empati sebesar 13% dengan rata-rata 24.7.

dengan nilai 24% dan skor tinggi berjumlah 60, atau dapat dipresentasikan 23%. Artinya rata-rata mahasiswa Palembang berada pada resiliensi pada kategori sedang. Selanjutnya akan dibahas deskripsi data pada setiap subvariabel

Efikasi diri sebesar 18% dengan rata-rata 35.1. Pencapaian sebesar 15% dengan rata-rata 28.1. Dari ketujuh subvriabel, terlihat bahwa

efiksi diri dan optimisme berada pada persentase tertinggi yaitu sebesar 18% dan 17%, sedangkan subvariabel yang paling rendah adalah regulasi emosi dan analisis masalah yaitu masing-masing sebesar 12%.

PEMBAHASAN

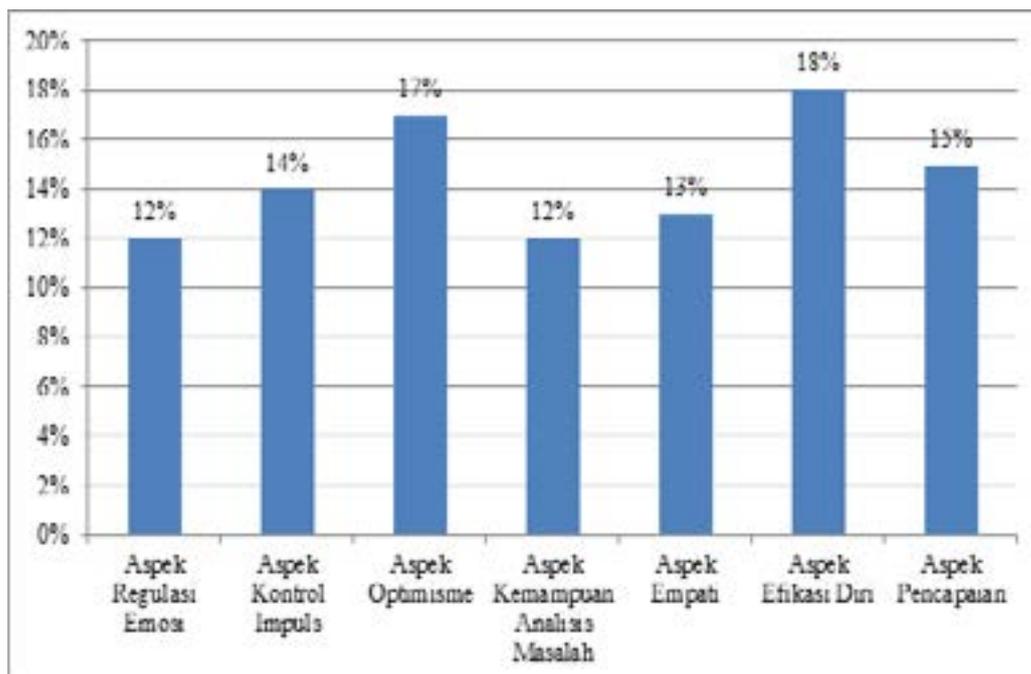
Hasil penelitian menunjukkan rata-rata mahasiswa di Kota Palembang berada pada kategori sedang, artinya walaupun mahasiswa masih gelisah dalam menghadapi masalah-masalah selama melakukan proses pembelajaran dari rumah, mahasiswa masih belum mampu menganalisa dengan baik masalah tersebut, masih memiliki rasa empati yang rendah dengan lingkungan sekitarnya namun mahasiswa memiliki keyakinan yang tinggi bahwa pandemi ataupun masalah-masalah yang sedang dihadapi sekarang akan menjadi baik, dan mahasiswaupun memiliki keinginan untuk mengoptimalkan kemampuannya agar mendapatkan hasil yang maksimal. Meskipun Resiliensi mahasiswa tersebut berada pada kategori sedang, namun tetap harus menjadi perhatian.

Resiliensi harus dapat ditingkatkan agar mahasiswa tidak hanya optimis dan yakin, namun mereka juga harus tenang, dapat mengontrol emosinya, dan dapat menyelesaikan masalahnya dengan baik. Menurut Petranto (Hadianti, et al. 2017) resiliensi adalah seberapa tinggi daya tahan seseorang dalam menghadapi stress dan kesengsaraan dan ketidakberuntungan.

Pandemi covid 19 masih belum dipastikan kapan dapat berakhir, sehingga apabila kondisi ini masih saja seperti ini, mahasiswa juga akan mengalami stress yang luar biasa karena tekanan-tekanan dari kampus yang mengharuskan mahasiswa tetap produktif. Maka semakin lama mahasiswa banyak yang kehilangan pertahanan, mulai dari mengeluh karena banyak tugas dengan fasilitas seadanya, kuota yang mahal, koneksi internet

Tabel 1. Distribusi Frekuensi Dan Kriteria Pencapaian Responden Berdasarkan Skor Total Resiliensi (N=160).

No	Interprestasi	Rentangan skor	f	%	Rata-Rata
1	Tinggi	$209 < X$	60	23%	213,7627
2	Sedang	$182 \leq X \leq 208$	137	53%	194,3333
3	Rendah	$X < 181$	63	24%	169
			160	100%	



Gambar 1. Persentase Subvariabel Resiliensi

yang hilang atau bahkan mahasiswa sudah mulai bosan berada di rumah saja karena mereka biasanya aktif beraktivitas di luar. Sehingga kemampuan resiliensi yang mereka miliki sekarang tidak menutup kemungkinan akan menurun karena mengalami stress dalam menghadapi pandemi covid 19 yang semakin hari semakin bertambah jumlah pasien positif. Sebagaimana yang diungkapn oleh Roellyana & Listiyandini (2016) bahwa mahasiswa yang memiliki resiliensi akademik yang tinggi akan lebih optimis dan percaya bahwa segala sesuatu dapat berubah menjadi lebih baik, sehingga stres yang dialami berdasarkan tekanan akademik yang dialami dapat diminimalkan. Selain itu Khomsah, et al (2018) juga mengemukakan bahwa menyesuaikan diri dalam berhadapan dengan kondisi-kondisi yang tidak menyenangkan, perkembangan sosial, akademis, kompetensi vokasional, dan bahkan dengan tekanan hebat yang inheren dalam dunia sekarang sekalipun.

Dari hasil penelitian subvariabel yang paling rendah adalah regulasi emosi, artinya mahasiswa masih gelisah dalam menghadapi pandemi covid 19. Aspek ini perlu ditingkatkan, karena dalam situasi seperti ini kemampuan untuk dapat meregulasi emosinya harus berada pada kategori tinggi meskipun mahasiswa berada dalam tekanan.

Individu yang memiliki regulasi emosi yang tinggi maka memiliki kemampuan mengelola emosi dengan baik. Seperti yang dikemukakan oleh Bonanao and Keltner (Buana, 2020) bahwa seseorang yang memiliki emosi yang positif dapat dengan baik beradaptasi dalam situasi traumatis. Sehingga kemampuan aspek regulasi emosi perlu ditingkatkan pada mahasiswa di Palembang, agar mahasiswa mampu tenang dalam menghadapi covid 19.

Mahasiswa diharapkan dapat tenang apabila terdapat kesulitan dan hambatan selama proses belajar dari rumah dan menghadapi situasi serta kondisi apapun selama masa pandemi covid 19. Menurut Buana (2020) untuk dapat berada pada kondisi emosi yang positif dalam kondisi wabah, beberapa hal yang dapat dilakukan adalah melakukan aktivitas hiburan di dalam rumah, mengobrol bersama anggota keluarga, makan bersama, ataupun saling bertukar pikiran. Jadi mahasiswa dapat melakukan kegiatan-kegiatan bersama keluarga di rumah, selain itu mahasiswa juga dapat mengobrol dan bertukar pikiran dengan teman-teman dan dosen-dosennya pada saat pembelajaran daring berlangsung.

Mahasiswa hendaknya tetap melakukan komunikasi dengan lingkungan sekitar dan kuliahnya walaupun dilakukan dari rumah. Karena keluarga dan teman-teman dekat me-

rupakan faktor yang menentukan resiliensi. Seperti yang diungkapkan oleh Mawarpury dan Mirza (2017) keluarga adalah inti dari semua penyembuhan karena efek trauma massal di seluruh masyarakat, generasi, dan waktu dapat dikurangi secara melalui penanganan yang tepat dalam keluarga. Selain itu menurut Khomsah, et al (2018) mengemukakan bahwa resiliensi bisa meningkat jika dipengaruhi oleh keadaan lingkungan dan karakteristik dalam diri individu. Komunitas yang individu ikuti juga mampu untuk membuat resiliensi meningkat.

Subvariabel paling rendah yang kedua adalah kemampuan menganalisis masalah artinya mahasiswa di Palembang belum mampu mengidentifikasi masalah dengan baik dan belum mampu membuat solusi atas masalah yang dihadapi. Mahasiswa masih fokus terhadap sesuatu yang berada diluar kendalanya. Pemecahan masalah merupakan keterampilan kognitif yang bersifat kompleks, dan mungkin merupakan kemampuan paling cerdas yang dimiliki manusia (Chi & Glaser dalam Patnani 2013). Mahasiswa harus memiliki kompetensi dalam menganalisis masalah karena mahasiswa merupakan organ intelektual dalam masyarakat sehingga ia dituntut untuk mampu menyelesaikan persoalan akademik maupun non akademik.

Memang tidak mudah menghadapi kondisi pandemi seperti ini, apalagi berada dalam kondisi yang tidak dapat diprediksi, mahasiswa dituntut untuk dapat memiliki resiliensi yang tinggi agar proses pembelajaran dapat berhasil. Namun, dosen dan seluruh tenaga pendidik di kampus juga diharapkan dapat mendukung dan berperan aktif dalam proses pembelajaran. Implikasi dari penelitian ini dapat digunakan oleh tenaga pendidik di lingkungan kampus untuk dapat membangun resiliensi mahasiswa agar dapat melewati situasi pandemi ini.

Kebijakan pemerintah untuk melakukan pembelajaran dari rumah, maka pendidik dituntut untuk dapat membiasakan diri menggunakan teknologi dan informasi. Beberapa kampus juga telah mengeluarkan kebijakan berupa bantuan atau subsidi quota internet untuk membantu meringankan beban keuangan mahasiswa, hal ini hendaknya juga didukung oleh seluruh kampus sehingga proses belajar dari rumah dapat berjalan sesuai dengan apa yang diharapkan.

Dosen juga harus melakukan inovasi agar proses pembelajaran dapat berjalan den-

gan baik. Inovasi tersebut dapat berupa dosen harus melakukan pembelajaran bersama dengan memaksimalkan aplikasi platform digital seperti *Whatsapp (WA)*, *telegram*, *Zoom*, *googleclassroom* ataupun aplikasi *e-learning* sistem pembelajaran di kampus masing-masing sebagai sarana pembelajaran, sehingga mahasiswa tetap melakukan pembelajaran meskipun dilakukan dari rumah.

Dosen juga bisa melakukan metode pembelajaran *Project Base Learning (PBL)*, model pembelajaran ini dapat dilakukan berkelompok, jadi pendidik dapat memberikan arahan dan bimbingannya melalui kelompok kecil di setiap kelas. Model pembelajaran seperti ini masih tetap dapat dilakukan walaupun secara daring. Mahasiswa dapat memanfaatkan aplikasi zoom dan aplikasi sejenisnya untuk berkoordinasi dengan dosen dan anggota kelompok yang lain. Dosen tetap dapat memberikan penilaian secara individu dengan mewajibkan setiap mahasiswa untuk selalu terjadwal melaporkan progres dari proyek yang mereka lakukan. Salah satu proyek yang dapat dilakukan oleh mahasiswa pada situasi seperti ini adalah dengan menyelenggarakan webinar untuk masyarakat ataupun peserta didik. Tema webinar dapat disesuaikan dengan materi perkuliahan.

Model ini dapat digunakan oleh pendidik agar mahasiswa dapat lebih aktif belajar, jadi walaupun mahasiswa belajar dari rumah, mahasiswa masih bisa menggunakan kreativitasnya agar mampu berpikir kritis. Hal ini dapat digunakan untuk melatih mahasiswa agar mampu menganalisis masalah, karena dari hasil penelitian bahwa kemampuan menganalisa permasalahan masih berada pada persentase yang paling rendah. Selain itu pada model pembelajaran ini pendidik hanya sebagai fasilitator, dan mengevaluasi hasil kerja mahasiswa. Menurut Trianto (2011: 51) model pembelajaran berbasis proyek memiliki potensi yang amat besar untuk membuat pengalaman belajar yang lebih menarik dan bermanfaat bagi peserta didik.

SIMPULAN

Berdasarkan temuan dan pembahasan hasil penelitian, dikemukakan kesimpulan yaitu skor tertinggi mahasiswa berada pada kriteria sedang artinya rata-rata mahasiswa di Kota Palembang masih gelisah dalam menghadapi masalah-masalah selama melakukan proses pembelajaran dari rumah, mahasiswa

masih belum mampu menganalisa dengan baik masalah tersebut, masih memiliki rasa empati yang rendah dengan lingkungan sekitarnya namun mahasiswa memiliki keyakinan yang tinggi bahwa pandemi ataupun masalah-masalah yang sedang dihadapi sekarang akan mampu diselesaikan dengan baik, dan mahasiswa pun memiliki keinginan untuk mengoptimalkan kemampuannya agar mendapatkan hasil yang maksimal. Melihat hasil temuan penelitian tersebut bahwa resiliensi mahasiswa di Kota Palembang harus benar-benar diperhatikan agar tidak turun pada level rendah.

DAFTAR PUSTAKA

- Buana, Dana Riksa. (2020). Analisis Perilaku Masyarakat Indonesia dalam Menghadapi Pandemi Virus Corona (Covi-19) dan Kiat Menjaga Kesehatan Jiwa. Diakses dari https://www.researchgate.net/publication/340103659_Analisis_Perilaku_Masyarakat_Indonesia_dalam_Menghadapi_Pandemi_Virus_Corona_Covid-19_dan_Kiat_Menjaga_Kesejahteraan_Jiwa
- Hadianti, S.W., Nurwati, N., & Darwis, S.R. (2017). Resiliensi Remaja Berprestasi Dengan Latar Belakang Orang Tua Bercerai Studi Kasus Pada Siswa – Siswi Berprestasi Dengan Latar Belakang Orang Tua Bercerai Di Sma Negeri 1 Margahayu. *Jurnal Penelitian & PKM*, 4(2), 223-229.
- Idhom, M. A. (2020). Update Corona 5 Mei 2020 di Indonesia dan Dunia: Data Kasus Terbaru. Diakses dari <https://tirto.id/update-corona-5-mei-2020-di-indonesia-dan-dunia-data-kasus-terbaru-fkCo>
- Khomsah, N.R., Mugiasro, H., & Kurniawan, K. (2018). Layanan Konseling Kelompok untuk Meningkatkan Resiliensi Siswa. *Indonesian Journal of Guidance and Counseling*, 7(2), 46-53.
- Mawarpury, M., & Mirza (2017). Resiliensi dalam Keluarga: Perspektif Psikologi. *Jurnal Psikoislamedia*, 2(1), 96-106.
- Mukaromah, V.F. (2020). Update Virus Corona Dunia 2 Mei: 3,4 Juta Orang Terinfeksi, 1,08 Juta Orang Sembuh. Diakses dari <https://www.kompas.com/tren/read/2020/05/02/071440965/update-virus-corona-dunia-2-mei-34-juta-orang-terinfeksi-108-juta-orang>.
- Patnani, Miwa. (2013). Upaya Meningkatkan Kemampuan Problem Solving Pada Mahasiswa. *Jurnal Psikogenesis*, 1(2), 130-142.
- Purwanto, A. et al (2020). Studi Eksploratif Dampak Pandemi Covid 19 terhadap Pembelajaran Online di Sekolah Dasar. *Journal of Education, Psychology and Counseling*, 2(1), 1-12
- Reivich, K., Shatte A. (2002). *The Resilience Factor Tujuh Key To Finding Your Inner Strength And Over Coming Life's Hurdles*. New York : Three Rivers Press
- Roellyana, S., & Listiyandini, R. A. (2016). Peranan optimisme terhadap resiliensi akademik pada mahasiswa tingkat akhir yang mengerjakan skripsi. *Prosiding Konferensi Nasional Peneliti Muda Psikologi Indonesia*, 1(1), 29-37.
- Sholichah, I.F., Paulana, A.N., & Fitriya, P. (2018) Self-Esteem dan Resiliensi Akademik Mahasiswa. *Proceeding National Conference Psikologi UMG*, 191-197.
- Sumantri, Arga. (2020). Metamorfosis Dunia Pendidikan di Masa Pandemi Covid-19. Diakses dari <https://www.medcom.id/pendidikan/inspirasi-pendidikan/JKRGW15N-metamorfosis-dunia-pendidikan-di-masa-pandemi-covid-19>
- Trianto. (2011). *Model Pembelajaran Terpadu*. Jakarta: Bumi Aksa Pediatry, 12(4), 270-277.