



## **KECANDUAN INTERNET PADA MAHASISWA PROGRAM STUDI KEBIDANAN (D-3) SEBAGAI DAMPAK PEMBELAJARAN JARAK JAUH DI ERA PANDEMI, MUNGKINKAH?**

*Flora Honey Darmawan*  
*Prodi Kebidanan (D-3) Stikes Jenderal A. Yani Cimahi*  
*florahoney.d@gmail.com*

### **ABSTRAK**

Wabah Covid-19 yang telah melanda hampir seluruh negara di dunia, memberikan sebuah tantangan besar bagi lembaga pendidikan termasuk di Perguruan Tinggi. Pemerintah tidak memperbolehkan perguruan tinggi untuk melaksanakan perkuliahan tatap muka dan memerintahkan penyelenggaraan proses Pembelajaran Jarak Jauh (PJJ) secara daring. Pembelajaran daring berupa pembelajaran menggunakan jaringan internet dengan aksesibilitas, konektivitas, fleksibilitas, dan kemampuan memunculkan berbagai jenis interaksi pembelajaran. Di sisi lain, menggunakan internet dalam yang waktu lama secara terus-menerus dapat menimbulkan dampak negatif bagi penggunaannya, salah satunya kecanduan internet.

Penelitian ini bertujuan menganalisis potensi kecanduan internet pada mahasiswa dan mengeksplorasi pembelajaran jarak jauh yang telah dilaksanakan oleh Program Studi Kebidanan (D-3) Stikes Jenderal A. Yani Cimahi di era pandemi Covid-19.

Rancangan penelitian ini adalah mix-methods dengan convergent parallel design. Variabel penelitian adalah pembelajaran jarak jauh (PJJ) dan potensi kecanduan internet. Subjek penelitian adalah seluruh mahasiswa Prodi Kebidanan (D-3) Stikes Jenderal A. Yani Cimahi dengan pendekatan total sampling sejumlah 163 responden.

Kondisi yang paling tinggi menimbulkan potensi kecanduan internet pada mahasiswa adalah durasi penggunaan internet > 20 jam/minggu sebanyak 129 orang (79%) dan ditemukan sebanyak 9 responden (5,5%) mengalami kecanduan internet. Respon positif terhadap pembelajaran jarak jauh diperoleh dalam adaptasi keluarga, adaptasi pribadi, efektivitas pembelajaran dan fasilitas yang diperlukan sedangkan respon negatif ditemukan dalam pembelajaran teori dan praktik yang berhubungan dengan fasilitas yang dibutuhkan.

Simpulannya ada hubungan antara kondisi yang berpotensi menimbulkan kecanduan internet dengan hasil Kuesioner Diagnostik Ketergantungan Internet (KDAI) pada pembelajaran jarak jauh di era pandemi. Dibutuhkan komitmen, metode dan sarana prasarana yang memadai dalam pembelajaran jarak jauh khususnya di era pandemi yang dapat diterima dengan optimal oleh mahasiswa di manapun mereka berada

**Kata Kunci:** *kecanduan internet, PJJ, pandemi*

### **ABSTRACT**

*The Covid-19 outbreak which has hit almost all countries in the world, presents a major challenge for educational institutions including universities. The government does not allow universities to conduct face-to-face lectures and orders the implementation of the Distance Learning process online. Online learning in the form of learning using the internet network with accessibility, connectivity, flexibility, and ability brings forth different types of learning interactions. On the other hand, using the internet for a long time continuously can have a negative impact on its users, one of which is internet addiction.*

*This study aims to analyze the potential of internet addiction in students and explore distance learning that has been implemented by the Midwifery Study Program (D-3) of Stikes Jenderal A. Yani Cimahi in the Covid-19 pandemic era.*

*The design of this research is mix-methods with convergent parallel design. Research variables are distance learning and potential internet addiction. The research subjects were all students of the Midwifery Study Program (D-3) of Stikes General A. Yani Cimahi with a total sampling approach of 163 respondents.*



*The highest condition that causes potential internet addiction in students is the duration of internet use > 20 hours / week as many as 129 people (79%) and found as many as 9 respondents (5.5%) addicted to the internet. Positive responses to distance learning are obtained in family adaptation, personal adaptation, effectiveness of learning and necessary facilities while negative responses are found in the learning of theories and practices related to the necessary facilities.*

*In conclusion, there is a relationship between the condition that has the potential to cause internet addiction and the results of the Internet Dependency Diagnostic Questionnaire on distance learning in the pandemic era. It requires commitment, methods and adequate infrastructure in distance learning, especially in the pandemic era that can be optimally accepted by students wherever they are.*

**Keywords:** *internet addiction, distance learning, pandemics*

## **PENDAHULUAN**

Sejak dikenalnya internet, teknologi digital berkembang dengan pesat dan semakin canggih dalam dekade terakhir. Internet menimbulkan perubahan besar dalam kehidupan manusia, salah satunya berdampak pada nilai-nilai kebudayaan (Santoso, 2013). Internet sangat menarik untuk dieksplorasi, digali, dan dikembangkan baik oleh para ahli maupun pemerhati teknologi, serta semakin memikat untuk para penggunanya. Data Kementerian Komunikasi dan Informatika Republik Indonesia tahun 2018 berdasarkan hasil survey eMarketer, pengguna internet di dunia kurang lebih mencapai angka 3,6 miliar di mana Indonesia termasuk dalam 10 (sepuluh) besar populasi pengguna internet terbanyak di dunia (Kominfo RI, 2018).

Internet bukan sekedar teknologi untuk berbagi data tetapi juga menyediakan situs-situs seperti jejaring sosial (instagram, twitter dan line) yang saat ini sangat populer di berbagai kalangan. Internet memberikan peluang untuk memperoleh informasi dengan cepat, tepat dan terjangkau. Oleh karena itu, internet sebagai bentuk kemajuan teknologi informasi ini sangat memudahkan para penggunanya terutama di kalangan remaja (Dharmawan, 2012). Pada remaja yang sedang menempuh pendidikan formal, adanya tuntutan akademik yang tinggi juga menjadi faktor yang mendorong mereka untuk memanfaatkan internet semaksimal mungkin (Kurniasanti et al., 2019).

Saat ini dunia sedang menghadapi pandemi Covid-19. Infeksi Severe Acute Respiratory Syndrome Coronavirus 2 (SARS-CoV-2) yang secara klinis tampak terutama pada sistem pernapasan dan memiliki tingkat penularan yang tinggi di berbagai belahan dunia sehingga WHO menetapkan status pandemi untuk penyakit infeksi ini (Kemenkes RI, 2020). Wabah Covid-19 yang telah melanda 215 negara di dunia, memberikan tantangan besar bagi lembaga pendidikan termasuk Perguruan Tinggi. Untuk mengantisipasi wabah ini pemerintah mengeluarkan larangan untuk berkerumun, pembatasan sosial (social distancing), menjaga jarak fisik (physical distancing), memakai masker dan selalu cuci tangan. Melalui Kementerian Pendidikan dan Kebudayaan Pemerintah tidak memperbolehkan perguruan tinggi untuk melaksanakan perkuliahan tatap muka dan memerintahkan penyelenggaraan Pembelajaran Jarak Jauh (PJJ) secara daring (Kemendikbud Dikti, 2020). Perguruan tinggi dituntut untuk dapat menyelenggarakan pembelajaran secara daring atau on line (Firman, F., & Rahayu, S., 2020).

Bentuk perkuliahan yang dapat dijadikan solusi dalam masa pandemi covid-19 adalah pembelajaran daring. Menurut Moore, Dickson-Deane, & Galyen (2011). Pembelajaran daring berupa pembelajaran menggunakan jaringan internet dengan aksesibilitas, konektivitas, fleksibilitas, dan kemampuan memunculkan berbagai jenis interaksi pembelajaran. Sebuah



penelitian oleh Zhang et al. (2004) dalam Sadikin (2020) menunjukkan bahwa penggunaan internet dan teknologi multimedia mampu mengubah cara penyampaian pengetahuan dan dapat menjadi alternatif pembelajaran yang dilakukan dalam kelas konvensional. Pembelajaran daring adalah teknik belajar yang mampu mempertemukan mahasiswa dan dosen untuk melaksanakan interaksi pembelajaran dengan bantuan internet (Kuntarto, E. (2017). Pada pelaksanaannya, pembelajaran daring memerlukan dukungan perangkat mobile seperti smartphone (telepon berbasis android, tablet, iphone) atau laptop maupun komputer yang dapat digunakan untuk mengakses informasi kapan saja dan di mana saja (Gikas & Grant, 2013).

Dengan mendayagunakan kapabilitas dari internet, metode pembelajaran daring tidak hanya mampu memfasilitasi penyampaian materi pembelajaran, namun juga dapat digunakan untuk mengevaluasi ketercapaian tujuan belajar mahasiswa. Pembelajaran daring dapat membuat mahasiswa belajar mandiri dan meningkatkan motivasi. Kelemahan pembelajaran daring diantaranya mahasiswa tidak terawasi dengan baik selama proses pembelajaran daring. Lemahnya sinyal internet dan besarnya biaya pembelian kuota menjadi tantangan tersendiri pembelajaran daring. Di sisi lain pembelajaran daring dapat menekan penyebaran Covid-19 di perguruan tinggi (Sadikin et al., 2020).

Di sisi lain, menggunakan internet dalam waktu yang lama secara terus-menerus akan memberikan dampak bagi penggunaannya, baik dampak positif maupun negatif di masa yang akan datang (Nugraha, 2013). Dibutuhkan pengelolaan yang bijak agar metode pembelajaran daring dapat memposisikan mahasiswa yang selalu menggunakan internet di sebagian besar waktunya. Selain efek positif yang diharapkan oleh komunitas pendidik, timbulnya efek negatif yang tidak diinginkan juga perlu diketahui, diidentifikasi, dan ditangani dengan serius. Tidak sedikit remaja

yang terkena dampak negatif dari penggunaan internet, salah satu adalah menjadi sangat tergantung dan menghabiskan waktu berlarut-larut mengakses internet untuk mencapai kepuasan, sehingga mengalami kecanduan (Fauziawati, 2015). Menurut Ma'rifatul Laili & Nuryono (2015), kecanduan merupakan suatu keterlibatan secara terus-menerus dengan sebuah aktivitas walaupun hal-hal tersebut mengakibatkan konsekuensi negatif. Seseorang dapat dikatakan mengalami adiksi internet bila penggunaannya lebih dari tiga jam dalam sehari atau jika dilihat dari frekuensi penggunaannya bisa lebih dari tiga kali dalam sehari (Laili and Nuryono, 2015). Penelitian yang dilakukan oleh Markeeters pada tahun 2013 menunjukkan hampir 70% pengguna internet di Indonesia berusia 15 - 22 tahun dan menghabiskan waktu lebih dari tiga jam sehari menggunakan internet. Tiga hal utama yang dilakukannya adalah mengakses media sosial (94%), mencari info (64%) dan membuka email (60,2%) (Hariadi, 2018).

Program Studi Kebidanan (D-3) Stikes Jenderal A. Yani Cimahi merupakan salah satu perguruan tinggi yang bermetamorfosis dengan menyelenggarakan pembelajaran jarak jauh secara daring selama pandemi Covid-19, baik untuk pembelajaran teori maupun praktikum. Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis potensi kecanduan internet pada mahasiswa dan mengeksplorasi pembelajaran jarak jauh yang telah dilaksanakan oleh Program Studi Kebidanan (D-3) Stikes Jenderal A. Yani Cimahi di era pandemi Covid-19

## **METODE**

Rancangan penelitian ini adalah mix-methods dengan convergent parallel design. Adapun variabel penelitian adalah pembelajaran jarak jauh (PJJ) dan potensi kecanduan internet. Populasi sebagai subjek penelitian ini adalah seluruh mahasiswa Prodi Kebidanan (D-3) Stikes Jenderal A. Yani Cimahi dengan pendekatan total sampling. Subjek yang memenuhi kriteria inklusi dan eksklusi yang



terlibat sebagai responden sebanyak 163 orang. Penelitian dilaksanakan pada bulan Juni sampai dengan September 2020.

Pengumpulan data secara kuantitatif dilakukan pada variabel potensi kecanduan internet dengan meminta mahasiswa mengisi kuesioner SKAI dan Kuesioner Diagnostik Adiksi Internet (KDAI) melalui aplikasi yang tersedia di Google play pada gadget masing-masing, kemudian hasilnya dikolektif oleh peneliti. Kedua instrumen ini sudah teruji validitas dan reliabilitasnya melalui penelitian dan dikembangkan oleh Universitas Indonesia. Data kualitatif untuk variabel pelaksanaan pembelajaran jarak jauh/pembelajaran daring dilakukan dengan meminta mahasiswa mengisi survey dan diskusi melalui whatsapp. Analisis data dilakukan menggunakan model analisis Miles & Huberman (1994) yang terdiri dari tiga tahapan, yaitu reduksi data, display data, serta penarikan dan verifikasi kesimpulan. Kedua data penelitian diambil dalam satu waktu, kemudian dibandingkan untuk mengetahui apakah ada konvergensi, membandingkan hasil analisis kedua data tersebut, dan membuat interpretasi apakah hasil yang ditemukan mendukung atau bertentangan satu sama lain.

## HASIL DAN PEMBAHASAN

### 1. Karakteristik Responden Berdasarkan Umur

Tabel 1. Karakteristik Mahasiswa Prodi Kebidanan (D-3) Stikes Jenderal A. Yani Berdasarkan Umur

Umur	Frekuensi	Prosentase
18 tahun	9	5,5
19 tahun	45	27,6
20 tahun	63	38,6
21 tahun	37	22,8
22 tahun	9	5,5
<b>Jumlah</b>	<b>163</b>	<b>100</b>

Tabel 1 menunjukkan bahwa sebagian mahasiswa Prodi Kebidanan (D-3) Stikes Jenderal A.

Yani Cimahi berumur 19 tahun (27,6%) dan 20 tahun (38,6%). Paling muda berumur 18 tahun, dan hanya 9 orang (5,5%) berumur 22 tahun yang artinya sudah tidak termasuk ke dalam kategori remaja lagi.

Menurut pakar psikologi, yang dimaksud dengan remaja adalah individu yang berada pada rentang umur antara 13 sampai 21 tahun. Masa remaja merupakan periode di mana seseorang meninggalkan masa anak-anak memasuki masa dewasa. Oleh sebab itu periode remaja dapat dikatakan periode masa transisi dari masa anak-anak ke masa dewasa. Pada masa ini individu banyak mengalami tantangan dalam proses perkembangan, baik dari dalam diri maupun dari luar terutama lingkungan sosial (Prayitno, 2006 dalam Sari, 2018).

Keberhasilan seorang remaja dalam menjalani tugas perkembangannya akan berpengaruh pada keberhasilan untuk memenuhi tugas perkembangan pada fase berikutnya (Retnowati, 2016). Namun, tidak semua remaja dapat melewati tugas-tugas perkembangan tersebut dengan baik. Di era globalisasi seperti saat ini, banyak ditemukan perkembangan remaja yang tidak sesuai dengan tugas perkembangannya. Hal ini disebabkan oleh banyak faktor, diantaranya kemajuan ilmu pengetahuan dan teknologi (Ameliola & Nugraha, 2013). Saat ini, ilmu pengetahuan dan teknologi sangat pesat perkembangannya di masyarakat khususnya di kalangan remaja. Teknologi informasi yang sering digunakan oleh remaja dengan menggunakan telepon seluler maupun komputer seperti video call, media



sosial dan berbagai situs penghubung seperti facebook sangat membantu sebagai alat multi fungsi, sehingga remaja banyak menggunakan teknologi secara positif maupun negatif (Ma'rifatul Laili & Nuryono, 2015).

## 2. Potensi Kecanduan Internet Responden

Tabel 2. Distribusi Frekuensi Kondisi Yang Berpotensi Mengakibatkan Kecanduan Internet Berdasarkan SKAI

Kondisi 3 Bulan Terakhir	Berpotensi		Tidak Berpotensi	
	N	%	N	%
Durasi penggunaan internet	129	79	34	21
Tujuan penggunaan internet	116	71	47	29
Usia awitan penggunaan internet	30	18	133	82
Masalah emosi	36	22	17	78
Masalah perilaku	7	4	156	96
Masalah perilaku prososial	8	5	155	95
Pola asuh non exposure	17	10	146	90

Tabel 2 menunjukkan bahwa dari 7 kondisi yang berpotensi mengakibatkan kecanduan internet berdasarkan SKAI, yang paling tinggi menimbulkan potensi adalah durasi penggunaan internet > 20 jam/minggu sebanyak 129 orang (79%), diikuti dengan tujuan penggunaan internet untuk permainan daring dan media sosial sebanyak 116 (71%), serta ditemukan 17 orang (10%) responden yang memiliki orangtua dengan pola asuh exposure (pola asuh yang tidak diharapkan).

Dalam fenomena adiksi atau kecanduan internet, terdapat lima sub tipe klasifikasi yaitu: 1) Adiksi Cybersexual yaitu individu terlibat dalam perilaku melihat, mengunduh, atau menjual pornografi online; 2) Adiksi Cyber-relational yaitu ada orang lain yang terlibat dalam hubungan secara online dan lebih penting daripada kehidupan sebenarnya; 3) Net compulsions seperti perjudian, belanja, dan perdagangan online; 4) Informasi yang berlebihan yaitu terlalu sering melakukan pencarian informasi dari internet, 5) Adiksi komputer adalah individu yang terlibat dengan game yang sangat berlebihan. Tanda dari adiksi internet berupa keasyikan yang berlebihan atau

kurang terkontrol, dorongan atau perilaku penggunaan komputer dan akses internet yang menyebabkan gangguan atau penderitaan (Kurniasanti et al., 2019).

Di saat pandemi Covid-19, pemerintah menganjurkan untuk melakukan kegiatan pembelajaran jarak jauh di rumah guna memutus rantai penularan virus. Untuk mencegah pengaruh negatif dari penggunaan internet, diperlukan edukasi tentang pentingnya regulasi dan kontrol penggunaan internet yang jelas oleh diri sendiri & orang tua/ wali di rumah, seperti; pembatasan waktu penggunaan internet, pemberlakuan waktu jeda penggunaan gawai digital, restriksi terhadap situs-situs dan konten-konten negatif, dan lain sebagainya (Hakam, 2020). Selain itu, edukasi cara membangun komunikasi yang baik dan santun antara orang tua dan remaja dalam penggunaan internet serta cara pendampingan dalam melakukan proses pembelajaran jarak jauh berbasis internet juga tak kalah pentingnya. Sebuah penelitian menunjukkan bahwa remaja yang kurang dekat dengan orang tua cenderung lebih tinggi berisiko terkena cyberbullying, adiksi internet dan depresi (Chang FC et al, 2015). Oleh karena itu peran dan kedekatan orang tua sangat penting dalam mengontrol penggunaan internet pada remaja.

Tabel 3. Distribusi Frekuensi Kecanduan Internet Pada Mahasiswa Berdasarkan Hasil KDAI

Kecanduan Internet	Frekuensi	Prosentase
Adiksi Internet	9	5,5
Tidak Adiksi	154	94,5
<b>Jumlah</b>	<b>163</b>	<b>100</b>

Berdasarkan tabel 3 diketahui sebanyak 9 responden (5,5%) mengalami kecanduan internet dari jumlah total 163 mahasiswa. Adiksi internet merupakan suatu kondisi yang dinilai dari intensitas waktu yang digunakan seseorang untuk berada di depan komputer atau alat elektronik lain yang terkoneksi internet, dimana akibat banyaknya waktu yang digunakan untuk



online membuat mereka tidak peduli dengan kehidupan nyata. Adiksi internet atau kecanduan internet dapat disebut juga dengan Internet Addiction Disorder (IAD) walaupun jenis gangguan ini tidak tercantum pada manual diagnostik dan statistik gangguan mental (Santoso, 2013). Sampai saat ini belum ada konsensus resmi mengenai penegakan diagnosis adiksi internet. Sebagian besar peneliti menggunakan berbagai macam instrumen self-report questionnaire yang dibuat untuk membedakan subjek yang mengalami adiksi internet dengan orang normal (Hakam, 2020).

Seseorang dapat dikatakan mengalami adiksi internet jika penggunaannya lebih dari tiga jam dalam sehari atau jika frekuensinya penggunaannya lebih dari tiga kali dalam sehari (Laili and Nuryono, 2015). Selain itu, terdapat 5 dimensi yang menjadi tolok ukur dalam penilaian adiksi internet, diantaranya adalah dampak negatif di mana penggunaan internet menyebabkan turunnya performa atau kemampuan dalam mengikuti kegiatan belajar. Hal inilah yang dikhawatirkan dapat terjadi pada mahasiswa yang mengalami kecanduan internet karena aktivitas yang dilakukan menggunakan internet hampir seluruhnya tidak mendukung proses pembelajaran seperti mengakses media social.

Tabel 4. Analisis Hubungan Skor SKAI Dengan Hasil KDAI Pada Mahasiswa

Potensi Kecanduan Internet	n	Mean	Std. Deviation	Min	Max	P value
Skor SKAI	163	3,15	0,704	1,08	20,4	0,000
Hasil KDAI	163	34,8	0,655	1,00	174	

Tabel 4 menunjukkan bahwa skor minimal SKAI adalah 1,08 dan skor tertinggi 20,4. Hasil KDAI berada di angka rata-rata 34,8. Hasil analisis bivariat ditemukan menunjukkan nilai p value 0,000 ( $p < 0,05$ ) yang membuktikan terdapat hubungan yang bermakna antara skor SKAI dengan hasil Kuesioner Diagnostik Adiksi Internet (KDAI) yang artinya semakin tinggi

skor SKAI akan meningkatkan risiko kecanduan internet pada mahasiswa.

Media pembelajaran jarak jauh yang utama digunakan adalah internet, walaupun terdapat ancaman dan bahaya dampak negatif penggunaan internet yang tidak terkontrol khususnya pada remaja. Oleh karena itu, Hakam (2020) merekomendasikan perlunya arahan dari para pendidik dalam menumbuhkan kemawasdirian untuk menggunakan internet secara bijak bagi para remaja peserta didik, melalui edukasi cara penggunaan internet dengan bijak, seperti cara menjaga privasi dan keamanan di dunia siber, cara mengidentifikasi dan bersikap terhadap cyberbullying, ragam aktivitas berbasis internet yang konstruktif dan produktif, pentingnya keseimbangan aktivitas daring dengan aktivitas fisik, dan lain sebagainya.

Saat pandemi COVID-19, dimana proses pembelajaran dilakukan dengan internet, advokasi kepada pemangku kebijakan dalam menutup akses situs pornografi, judi online, game online yang menunjukkan kekerasan dan situs-situs lain yang bisa berdampak buruk terhadap remaja perlu terus dilaksanakan (Ang RP, 2015 dalam Hakam, 2020). Selain itu, pengaruh lingkungan sosial yang begitu mudah berpengaruh pada remaja ditengah pandemi COVID-19 dapat memberikan dampak negatif pada remaja. Orang tua/wali di rumah perlu memberikan pengenalan dan pendalaman religiositas. Hal ini karena dalam agama dapat menumbuhkan moral sense serta dapat digunakan sebagai penuntun dalam kehidupan, sehingga mendorong remaja untuk bertingkah laku sesuai dengan ketentuan dalam agama (Basri, 2014)

### **3. Respon Responden Mengenai Pembelajaran Jarak Jauh/Pembelajaran Daring**

Berikut ini adalah hasil analisis kualitatif tentang respon mahasiswa mengenai efektifitas pembelajaran jarak jauh atau pembelajaran daring selama masa pandemi Covid-19 yang



dilakukan pada 14 orang mahasiswa yang mewakili setiap tingkatnya:

**a. Respon positif mahasiswa terhadap pembelajaran jarak jauh/pembelajaran daring**

**1) Adaptasi dalam keluarga**

Hasil penelitian memperlihatkan terjalannya kerjasama di dalam keluarga dalam proses pembelajaran, terutama dalam praktik di mana anggota keluarga saling membantu dalam persiapannya, bahkan berperan menjadi pasien pada tindakan-tindakan yang membutuhkan. Pembelajaran di rumah membuat anggota keluarga menjadi lebih paham bagaimana aktivitas belajar yang selama ini dilakukan di kampus. Mahasiswa pun mengaku lebih bersemangat karena bisa melaksanakan kuliah sekaligus berkumpul dengan keluarga. Kehangatan dalam keluarga meningkat sejalan dengan intensitas waktu yang lebih banyak di rumah.

Dari aspek ekonomi, ada sebagian mahasiswa yang orangtuanya terdampak Covid-19 dan mengatakan dengan pembelajaran daring ini membantu mereka dalam hal efisiensi biaya dibandingkan bila tinggal di tempat kost atau harus berangkat ke kampus setiap hari. Proses pembelajaran jarak jauh yang dilaksanakan dari rumah saat ini belum dapat disebut sebagai kondisi belajar yang ideal, melainkan kondisi darurat yang harus dijalani. Ditemukan beberapa kendala sehingga sebagian proses pembelajaran belum bisa berjalan optimal. Pembelajaran dalam jaringan memberikan tekanan psikologi siswa dan mahasiswa karena sebagian dari mahasiswa khawatir masa studi akan lebih panjang didukung dengan penelitian (Hasan & Bao, 2020 dalam Sakti, 2020).

**2) Adaptasi pribadi**

Sejak pandemi berlangsung, mahasiswa dituntut untuk bertanggung jawab penuh dalam pembelajaran karena pada dasarnya dosen tidak dapat memantau secara langsung kegiatan yang dilakukan oleh mahasiswa. Selain itu, memacu mahasiswa untuk lebih jujur menilai diri sendiri mengenai apa yang sudah dilakukan dan dicapai

dalam proses pembelajaran. Kemampuan menggunakan dan memanfaatkan teknologi informasi pun sangat dibutuhkan dalam pembelajaran daring ini. Pembelajaran jarak jauh juga meningkatkan kesadaran mahasiswa untuk lebih memperhatikan keadaan di sekelilingnya, mampu menerapkan ilmu yang didapat dari kegiatan pembelajaran ke dalam kehidupan sehari-hari, seperti mencuci tangan pada saat sebelum dan setelah melakukan kegiatan.

Selama menjalankan pembelajaran daring, mahasiswa merasa harus berpikir lebih kreatif, walaupun dengan kondisi di rumah bagaimana caranya agar dapat melakukan prosedur pembelajaran sesuai yang sudah ditentukan seperti halnya praktikum. Melakukan manajemen waktu untuk belajar pun sangat penting agar dapat menyeting tempat dan peralatan yang akan gunakan sehingga saat berjalannya praktikum ataupun ujian praktikum dapat dijalankan dengan optimal.

Pembelajaran daring memiliki sisi positif mampu menumbuhkan kemandirian belajar (self regulated learning). Penggunaan aplikasi on line dapat meningkatkan kemandirian belajar. Beberapa penelitian menyatakan bahwa pembelajaran daring lebih berpusat pada peserta didik yang menyebabkan mereka mampu memunculkan tanggung jawab dan otonomi dalam belajar (learning autonomy). Belajar secara daring menuntut mahasiswa untuk mempersiapkan pembelajaran secara mandiri, mengevaluasi, mengatur dan mempertahankan motivasi secara simultan dalam belajar. Hal ini sejalan dengan pendapat Sobron, A. N., & Bayu, R., (2019) dalam Sadikin (2020) yang menyatakan bahwa pembelajaran daring dapat meningkatkan minat peserta didik.

**3) Fasilitas untuk melaksanakan pembelajaran jarak jauh/pembelajaran daring**

Hal yang paling utama dan prioritas saat ini berdasarkan hasil penelitian adalah alat elektronik (gadget/laptop), kuota, sinyal dan uang. Keterbatasan dalam koneksi jaringan



akibat jaringan tidak stabil, tinggal di daerah yang sinyalnya kurang mendukung, sangat menghambat proses pembelajaran. Pembelajaran secara daring sangat tergantung pada internet dan paket data. Pembelian kuota lebih banyak dari biasanya sehingga kuota terbatas terkadang menghambat proses pembelajaran, sedangkan tidak semua mahasiswa memungkinkan untuk dilengkapi dengan fasilitas wifi di rumah. Selain itu, gangguan pada laptop atau gadget yang terjadi secara tiba-tiba dan di luar dugaan juga dapat menghambat saat pembelajaran, termasuk pengumpulan tugas, pelaksanaan praktikum dan ujian.

Penggunaan smartphone dan laptop dalam pembelajaran daring dapat meningkatkan hasil belajar peserta didik (Anggrawan, 2019 dalam Sadikin, 2020). Beberapa penelitian lain menyatakan banyak kelebihan penggunaan teknologi informasi dan komunikasi dalam pelaksanaan pembelajaran daring, antara lain tidak terikat oleh ruang dan waktu. Penelitian telah banyak dilakukan tentang penggunaan gawai seperti smartphone dan laptop dalam pembelajaran. Kemampuan keduanya dalam mengakses internet terbukti membantu mahasiswa untuk mengikuti pembelajaran daring (Kay & Lauricella, 2011; Gikas & Grant, 2013; Chan, Walker, & Gleaves, 2015; Gokfearslan, Mumcu, Haslam, & Levik, 2016). Penelitian lain menunjukkan bahwa pembelajaran daring menggunakan zoom cloud meeting memiliki kelebihan adanya interaksi langsung antara mahasiswa dengan dosen serta bahan ajar tetapi memiliki kelemahan boros kuota dan kurang efektif bila lebih dari 20 peserta didik (Naserly, 2020).

Tantangan pembelajaran daring berikutnya adalah ketersediaan jaringan internet. Sebagian besar mahasiswa mengakses internet menggunakan layanan selular dan sebagian kecil menggunakan layanan WiFi. Ketika kebijakan pembelajaran daring diterapkan di Stikes Jenderal A. Yani Cimahi, mahasiswa pulang kampung. Mereka mengalami kesulitan sinyal

selular ketika di daerah masing-masing, jikapun ada sinyal yang didapatkan sangat lemah. Hal ini menjadi tantangan tersendiri dalam penerapan pembelajaran daring di Stikes Jenderal A. Yani Cimahi. Pembelajaran daring memiliki kelemahan ketika layanan internet lemah, dan intruksi dosen yang kurang dipahami oleh mahasiswa (Astuti, P., & Febrian, F., 2019 dalam Sadikin, 2020).

Tantangan lain yang dihadapi adalah kendala dalam pembiayaan pembelajaran daring. Mahasiswa mengungkapkan bahwa untuk mengikuti pembelajaran daring, mereka harus mengeluarkan biaya yang cukup mahal untuk membeli kuota data internet. Menurut mahasiswa pula, pembelajaran dalam bentuk konferensi video seperti zoom cloud meeting menghabiskan banyak kuota data, sementara diskusi online melalui aplikasi pesan instan seperti WhatsApp, telegram ataupun Line tidak membutuhkan banyak kuota (Naserly, 2020).

Pada saat praktikum dan ujian praktik, keterbatasan bahan dan alat menjadi kendala karena tidak semua mahasiswa memiliki alat-alat yang memadai untuk belajar ataupun dalam praktiknya. Mahasiswa mengungkapkan bahwa ada beberapa dosen yang mengharapkan mahasiswa dapat menyediakan alat dan bahan seideal mungkin sehingga memberatkan dalam pengadaannya.

#### **4) Efektivitas pembelajaran jarak jauh/ pembelajaran daring**

Waktu lebih fleksibel dalam pembelajaran daring ini. Mahasiswa pun tidak perlu terburu-buru untuk berangkat ke kampus dan menuju kelas. Secara umum mahasiswa mengungkapkan tidak ada masalah dalam sistem pembelajaran daring dan berjalan kondusif walaupun ada kekurangan. Dosen dan mahasiswa berusaha beradaptasi dengan maksimal agar pembelajaran berjalan dengan baik. Mahasiswa dapat mengikuti perkuliahan di mana dan kapan saja selama memiliki koneksi internet

Materi yang diberikan oleh dosen dapat diakses dengan sangat mudah di mana pun dan kapanpun oleh mahasiswa. Diskusi yang





dilakukan secara daring baik melalui aplikasi zoom meeting maupun chat room dirasakan oleh mahasiswa menjadi lebih aktif dan hidup bila dibandingkan dengan diskusi di dalam kelas sehingga mahasiswa merasa lebih paham ketika dosen yang menjelaskan dibandingkan dengan metode presentasi oleh kelompok mahasiswa. Tidak adanya penghambat fisik serta batasan ruang dan waktu menyebabkan peserta didik lebih nyaman dalam berkomunikasi. Lebih lanjut, pembelajaran secara daring menghilangkan rasa canggung yang pada akhirnya membuat mahasiswa menjadi berani berekspresi dalam bertanya dan mengutarakan ide secara bebas (Sadikin, 2020).

Perguruan tinggi pada masa pandemi ini perlu melaksanakan penguatan pembelajaran secara daring (Darmalaksana, 2020). Tidak dapat dipungkiri bahwa pembelajaran secara daring telah menjadi tuntutan dalam dunia pendidikan sejak beberapa tahun terakhir (He, Xu, & Kruck, 2014 dalam Sadikin, 2020). Berbagai media dapat digunakan untuk mendukung penyelenggaraan pembelajaran secara daring seperti kelas-kelas virtual menggunakan layanan Google Classroom, Edmodo, dan Schoology (Enriquez, 2014; Sicat, 2015; Iftakhar, 2016), dan aplikasi pesan instan seperti WhatsApp (So, 2016 dalam Sadikin, 2020). Media sosial seperti Facebook dan Instagram bahkan dapat digunakan dalam pembelajaran secara daring (Kumar & Nanda, 2018). Pembelajaran secara daring menghubungkan mahasiswa dengan sumber belajarnya (database, dosen/pakar/instruktur, perpustakaan) yang secara fisik terpisah atau bahkan berjauhan tetapi dapat saling berkomunikasi, berinteraksi atau berkolaborasi (secara langsung/synchronous dan secara tidak langsung/asynchronous).

#### **b. Respon negatif pembelajaran jarak jauh/pembelajaran daring**

##### **1) Pembelajaran teori**

Mahasiswa mengatakan bahwa tugas yang diberikan oleh dosen menjadi lebih banyak dan sering kali menumpuk dalam waktu yang

bersamaan. Antara mata kuliah yang satu dengan yang mata kuliah berikutnya sering kali tidak ada jeda waktu untuk beristirahat karena kendala teknis yang memakan waktu di luar rencana. Sebagian dosen menggunakan waktu yang lebih dari yang telah terjadwal, bahkan ada yang mengganti jam perkuliahan di malam hari atau di saat libur.

Pembelajaran daring memiliki tantangan khusus, mahasiswa dan dosen yang berada di lokasi berbeda menyebabkan dosen tidak dapat mengawasi secara langsung kegiatan mahasiswa selama proses pembelajaran. Tidak ada jaminan bahwa mahasiswa sungguh-sungguh dalam mendengarkan ulasan dari dosen. Szpunar, Moulton & Schacter (2013) dalam Sadikin (2020) melaporkan dalam penelitiannya bahwa mahasiswa mengkhayal lebih sering pada perkuliahan daring dibandingkan ketika kuliah tatap muka. Oleh karena itu disarankan pembelajaran daring sebaiknya diselenggarakan dalam waktu tidak lama mengingat mahasiswa sulit mempertahankan konsentrasinya apabila perkuliahan daring dilaksanakan lebih dari satu jam (Khan, 2012).

Pada saat mengerjakan tugas kelompok, ditemukan kesulitan dalam komunikasi, diantaranya saat harus menunggu teman lain untuk online yang cukup memakan waktu dan mengkoordinir teman untuk mengerjakan tugas bersama-sama atau sesuai tugas yang telah disepakati. Beberapa mahasiswa merasa kesulitan bertanya tentang pelajaran yang sedang berlangsung karena waktu yang terbatas dan kegiatan diskusi menjadi kurang efektif. Beberapa penelitian melaporkan bahwa kelas yang dosennya sering masuk dan memberikan penjelasan memberikan pembelajaran lebih baik dibandingkan kelas yang dosennya jarang masuk kelas dan memberikan penjelasan (Sadikin, 2020).

##### **2) Pembelajaran praktik**

Mahasiswa menyatakan kesulitan ketika mempersiapkan alat dan bahan saat harus melaksanakan praktikum melalui pembelajaran daring. Di sisi lain, timbul kekhawatiran



mengenai skill yang dicapai karena praktik yang seharusnya dilaksanakan di laboratorium dan lahan praktik menjadi tertunda. Mahasiswa sepakat bahwa skill akan lebih terasah bila dilakukan secara langsung baik dengan phantoom di laboratorium maupun langsung kepada pasien karena memberikan pengalaman nyata sesuai dengan situasi yang sebenarnya.

Dari hasil literature review didapatkan hasil pengujian bahwa belajar secara daring dengan Zoom dan WhatsApp hanya efektif pada mata kuliah teori dan praktikum sedangkan untuk mata kuliah praktik dan mata kuliah lapangan, perkuliahan secara online kurang efektif (Hermawan, 2020 dalam Sakti, 2020)

### **SIMPULAN**

Kondisi yang paling tinggi menimbulkan potensi kecanduan internet pada mahasiswa adalah durasi penggunaan internet > 20 jam/minggu sebanyak 129 orang (79%) dan ditemukan sebanyak 9 responden (5,5%) mengalami kecanduan internet. Ada hubungan antara kondisi yang berpotensi menimbulkan kecanduan internet dengan hasil Kuesioner Diagnostik Ketergantungan Internet (KDAI) pada pembelajaran jarak jauh di era pandemi.

Respon positif terhadap pembelajaran jarak jauh diperoleh dalam adaptasi keluarga, adaptasi pribadi, efektivitas pembelajaran dan fasilitas yang diperlukan sedangkan respon negatif ditemukan dalam pembelajaran teori dan praktik yang berhubungan dengan fasilitas yang dibutuhkan.

### **SARAN**

Dibutuhkan komitmen, metode dan sarana prasarana yang memadai dalam pembelajaran jarak jauh khususnya di era pandemi yang dapat diterima dengan optimal oleh mahasiswa di manapun mereka berada.

### **UCAPAN TERIMA KASIH**

Puji dan syukur penulis haturkan kehadirat Allah SWT karena atas perkenan-Nya lah penelitian ini dapat diselesaikan. Terima

kasih kepada Stikes Jenderal A. Yani Cimahi khususnya Prodi Kebidanan (D-3) yang telah mengizinkan dan memfasilitasi terlaksananya penelitian ini.

### **DAFTAR PUSTAKA**

- Ahmed, F., Zviedrite, N. and Uzicanin, A. (2018). "Effectiveness of Workplace Social Distancing Measures in Reducing Influenza Transmission: A Systematic Review". *BMC Public Health*. *BMC Public Health*, 18(1), pp. 1–13. doi: 10.1186/s12889-018-5446-1.
- Ameliola, S. & Nugraha, H. D. (2013). "Perkembangan Media Informasi dan Teknologi Terhadap Anak dalam Era Globalisasi". *The 5th International Conference on Indonesian Studies: "Ethnicity and Globalization"ity and Globalization*", 362–371.
- Basri, A. S. H. (2014). "Kecenderungan Internet Addiction Disorder Mahasiswa Fakultas Dakwah Dan Komunikasi Ditinjau Dari Religiositas". *Jurnal Dakwah*, XV(2), pp. 407–432.
- Chang, F.C. et al. (2015). "The Relationship Between Parental Mediation and Internet Addiction Among Adolescents, and The Association With Cyberbullying and Depression". *Comprehensive psychiatry*. vol 57 (feb). pp: 21-28.
- Darmalaksana, W. (2020). "WhatsApp Kuliah Mobile". *Fakultas Ushuluddin UIN Sunan Gunung Djati Bandung*.
- Dharmawan, P. E. & A. H. (2012). "Dampak Sosial-Ekonomi Masuknya Pengaruh Internet dalam Kehidupan Remaja di Pedesaan". *Departemen Sains Komunikasi Dan Pengembangan Masyarakat, Fakultas Ekologi Manusia, IPB*.
- Enriquez, M. A. S. (2014). *Students' Perceptions on the Effectiveness of the Use of Edmodo as a Supplementary Tool for Learning*. *DLSU Research Congress*. <https://doi.org/10.1017/CBO9781107415324.004>.



- Fauziawati, W. (2015). "Upaya Mereduksi Kebiasaan Bermain Game Online Melalui Teknik Diskusi Kelompok". *PSIKOPEDAGOGIA Jurnal Bimbingan Dan Konseling*, 4(2), 115–123.
- Firman, F., & Rahayu, S. (2020). "Pembelajaran Online di Tengah Pandemi Covid19". *Indonesian Journal of Educational Science (IJES)*, 2(2), 81-89.
- Gikas, J., & Grant, M. M. (2013). "Mobile Computing Devices in Higher Education: Student Perspectives on Learning With Cellphones, Smartphones & Social Media". *Internet and Higher Education*. <https://doi.org/10.1016/j.jheduc.2013.06.002>.
- Hakam, M. T., Levani, Y., Utama, M. R. (2020). "Potensi Adiksi Penggunaan Internet Pada Remaja di Periode Awal Pandemi Covid-19". *Hang Tuah Medical Journal*, 17(2), 102-115.
- Hariadi, A. F. (2018). "Hubungan Antara Fear of Missing Out (fomo) dengan Kecanduan Media Sosial Pada Remaja. Skripsi.
- Iftakhar, S. (2016). *GOOGLE CLASSROOM: WHAT WORKS AND HOW?* *Journal of Education and Social Sciences*.
- Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. (2020). "Pedoman Kesiapsiagaan Menghadapi Infeksi Novel Coronavirus (2019-nCov)". Direktorat Jenderal Pencegahan dan Pengendalian Penyakit, pp. 0–74.
- Kementerian Komunikasi dan Informatika Republik Indonesia (Kominfo RI). (2018). "Pengguna Internet Indonesia Nomor Enam Dunia". Jakarta: Kementerian Komunikasi dan Informatika. (serial online) [https://kominfo.go.id/content/detail/4286/pengguna-internet-indonesia-nomorenam-dunia/0/sorotan\\_media](https://kominfo.go.id/content/detail/4286/pengguna-internet-indonesia-nomorenam-dunia/0/sorotan_media).
- Kuntarto, E. (2017). "Keefektifan Model Pembelajaran Daring dalam Perkuliahan Bahasa Indonesia di Perguruan Tinggi". *Indonesian Language Education and Literature*, 3(1), 99-110. [10.24235/ileal.v3i1.1820](https://doi.org/10.24235/ileal.v3i1.1820).
- Kumar, V., & Nanda, P. (2018). "Social Media in Higher Education". *International Journal of Information and Communication Technology Education*. <https://doi.org/10.4018/ijicte.2019010107>.
- Kurniasanti, K. S. et al. (2019). "Internet addiction: A new addiction?", *Medical Journal of Indonesia*, 28(1), pp.82–91. doi: 10.13181/mji.v28i1.2752.
- Laili, F. M. and Nuryono, W. (2015). "Penerapan Konseling Keluarga Untuk Mengurangi Kecanduan Game Online Pada Siswa Kelas VIII SMP Negeri 21 Surabaya". *Jurnal BK*.
- Moore, J. L., Dickson-Deane, C., & Galyen, K. (2011). "E-Learning, Online Learning, and Distance Learning Environments: Are They The Same? *Internet and Higher Education*. <https://doi.org/10.1016/j.jheduc.2010.10.001>.
- Naserly, M. K. (2020). "Implementasi Zoom, Google Classroom, dan Whatsapp Group Dalam Mendukung Pembelajaran Daring (Online) Pada Mata Kuliah Bahasa Inggris Lanjut" (Studi Kasus Pada 2 Kelas Semester 2, Jurusan Administrasi Bisnis, Fakultas Ekonomi dan Bisnis, Universitas Bina Sa. *Aksara Public*, 4(2), 155-165.
- Nugraha, S. A. & H. D. (2013). "Perkembangan Media Informasi Dan Teknologi". *Perkembangan Media Informasi dan Teknologi Terhadap Anak dalam Era Globalisasi*. [Online].
- Retnowati, S. (2016). "Remaja dan Permasalahannya". *Fakultas Psikologi UGM*.
- Sadikin, A., Hamidah, A., Pinang, K., Ji, M., Ma, J., Km, B., Indonesia, P. (2020). "Pembelajaran Daring di Tengah Wabah Covid19" (Online Learning in the Middle of the Covid19 Pandemic). *BIODIKIlmiah Pendidikan Biologi*, 6(1), 214–224.



- Sakti, G., Sulung, N., (2020). “Analisis Pembelajaran di Masa Pandemi Covid 19” (Literature Review). *Jurnal Endurance : Kajian Ilmiah Problema Kesehatan*, 5(3), 496-513.
- Santoso, T. W. (2013). “Perilaku Kecanduan Permainan Internet dan Faktor Penyebabnya Pada Siswa Kelas VIII di SMP Negeri 1 Jatisrono Kabupaten Wonogiri”. (studi kasus pada siswa kelas VIII di SMP Negeri 1 Jatisrono Kabupaten Wonogiri). Universitas Negri Semarang.
- Sari, A. P., Ilyas, A., Ifdil. (2018). “Tingkat Kecanduan Internet pada remaja Awal”. *Jurnal Penelitian Pendidikan Indonesia*, 3(2), 110-117.
- Zhang, D., Zhao, J. L., Zhou, L., & Nunamaker, J. F. (2004). ”Can E-learning Replace Classroom Learning? *Communications of the ACM*.  
<https://doi.org/10.1145/986213.986216>

