

BAB I

PENDAHULUAN

A Latar Belakang Masalah

Karena semakin meningkatnya pasien yang terinfeksi covid-19 di Indonesia hingga menjadi pandemi, pemerintah akhirnya memberlakukan kebijakan lockdown dan belajar dari rumah. Hal tersebut berdampak besar dalam kehidupan sehari-hari dan proses belajar pembelajaran, khususnya bagi mahasiswa. Ketidakpastian kapan pandemi akan berakhir, kecemasan tertular virus, tantangan penyelesaian tugas akhir dan efek ekonomi sebagai imbas pandemi menjadi persoalan yang dihadapi mahasiswa di masa pandemi. Sebuah artikel yang memaparkan survei terkait kesehatan mental mahasiswa selama pandemi menggambarkan bahwa 91% mahasiswa mengalami stres atau kecemasan, 81% merasa kecewa atau kesedihan, 80% merasa kesepian atau isolasi, 48% mengalami persoalan keuangan, dan 56% mengalami relokasi (Zalaznick, 2020). Survei tersebut menunjukkan bahwa pandemi memberikan dampak pada kesejahteraan psikologis mahasiswa. Kesejahteraan psikologis mengarah pada bagaimana individu dapat berfungsi secara efektif dalam kehidupan dan menjalaninya dengan bahagia (Huppert, 2009). Salah satu ahli yang memiliki kontribusi besar dalam menjelaskan konsep kesejahteraan psikologis adalah Carol Ryff. Ryff (1989) menggambarkan kesejahteraan psikologis sebagai suatu fungsi psikologis positif. Pandangan Ryff berakar dari konsep-konsep para ahli psikologi yang telah berkembang

sebelumnya yakni aktualisasi diri dari Maslow, individu yang berfungsi penuh dari Roger, individuasi dari Jung, serta maturitas dari Allport (Ryff & Singer, 1996). Beberapa temuan penelitian yang ada memperkuat pandangan Ryff tentang kesehatan mental mahasiswa. Hasil penelitian pada mahasiswa di Universitas Jordania menunjukkan bahwa perspektif positif terhadap kesejahteraan psikologis berkorelasi dengan kondisi fisik seperti rendahnya keluhan sakit fisik, infeksi kronis, dan influenza (Hamdan-Mansour & Marmash, 2007). Hasil penelitian Olasupo, Idemudia, dan Dimatkakso (2018) menunjukkan bahwa kesejahteraan psikologis terkait dengan kesehatan mental mahasiswa. Mahasiswa yang memiliki kesejahteraan psikologis yang baik cenderung tidak mudah mengalami depresi, kecemasan, serta disfungsi sosial. Hal ini dikuatkan dengan menurunnya jumlah kunjungan mahasiswa ke psikiater maupun psikolog (Hamdan-Mansour & Marmash, 2007). Berbagai temuan tersebut menunjukkan bahwa kesejahteraan psikologis yang positif berdampak pada kondisi psikologis mahasiswa yang juga baik, yang menolong mahasiswa untuk berfungsi secara efektif. Demikian sebaliknya, kesejahteraan psikologis yang rendah berarti mahasiswa kurang dapat berfungsi secara efektif.

Dengan perkembangan teknologi modern yang semakin pesat ini, kesejahteraan psikologis semakin mudah didapatkan walaupun dengan adanya kebijakan lockdown yang berlaku. Menurut (Ameliola, S., Nugraha, 2013) Perkembangan teknologi dan informasi di dunia mengalami kemajuan yang sangat pesat, yang di tandai dengan kemajuan pada bidang informasi dan

teknologi, dan bangsa Indonesia merupakan salah satu bangsa yang ikut terlibat dalam kemajuan media informasi dan teknologi. Salah satu contoh perkembangan teknologi tersebut adalah penggunaan gawai atau gadget. Menurut (Hidayat, 2021) Gawai adalah sebuah perangkat mekanikal atau alat elektronik yang mempunyai fungsi tersendiri dengan ukuran yang kecil atau praktis dan berfungsi untuk mempermudah atau membantu aktifitas dalam kehidupan sehari-hari dengan perangkat (alat) yang lebih praktis. Dengan adanya gawai atau gadget yang memiliki banyak fitur dimungkinkan berpengaruh pada kesejahteraan psikologis mahasiswa yang sedang menyusun skripsi di masa pandemi. Salah satu fitur gawai adalah mampu mengakses informasi yang ada di seluruh penjuru dunia dalam waktu yang relatif singkat dan hampir bersamaan serta dengan biaya yang relatif murah sehingga dapat membantu mahasiswa dalam menyusun skripsi. Namun di lain pihak, gawai juga dapat menimbulkan dampak negatif dalam proses pembelajaran khususnya selama masa pandemi ini. Dengan adanya pandemi yang tidak terprediksi, sidang tugas akhir yang semakin dekat dan adanya efek candu pada gawai, diduga menimbulkan dampak baru terhadap kesejahteraan psikologis mahasiswa yang sedang menyusun skripsi. Oleh sebab itu, penelitian ini bertujuan untuk mengkaji bagaimana tanggapan dan strategi dari mahasiswa serta dampak yang ditimbulkan dari penggunaan gawai terhadap kesejahteraan psikologis pada mahasiswa yang sedang menyusun skripsi di masa pandemi.

B Identifikasi Masalah

Berdasarkan latar belakang masalah yang telah diuraikan di atas teridentifikasi masalah sebagai berikut:

- 1 Pandemi berdampak pada kehidupan sehari-hari.
- 2 Menurunnya kesejahteraan psikologis yang di sebabkan adanya pandemi.
- 3 Gawai berdampak pada kesejahteraan psikologis.

C Pembatasan Masalah dan Fokus Penelitian

Berdasarkan identifikasi masalah diatas, agar permasalahan yang dibahas lebih terarah, maka perlu adanya pembatasan masalah. Permasalahan dalam penelitian ini dibatasi dalam beberapa aspek, sebagai berikut :

- 1 Penelitian ini dibatasi dengan studi kasus di STKIP PGRI Pacitan
- 2 Perhatian mahasiswa yang meliputi : Mahasiswa Pendidikan Informatika tingkat 4.

D Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang masalah dan fokus penelitian diatas, rumusan masalah penelitian ini adalah sebagai berikut:

- 1 Bagaimana tanggapan dan strategi dari mahasiswa terhadap kesejahteraan psikologis dalam menyusun skripsi di masa pandemi covid-19?
- 2 Bagaimana dampak penggunaan gawai terhadap kesejahteraan psikologis mahasiswa dalam menyusun skripsi di masa pandemi di STKIP PGRI Pacitan?

E Tujuan Penelitian

Tujuan penelitian ini berdasarkan rumusan masalah di atas adalah sebagai berikut.

- 1 Untuk mengetahui bagaimana tanggapan dan strategi dari mahasiswa terhadap kesejahteraan psikologis dalam menyusun skripsi di masa pandemi covid-19.
- 2 Untuk mengetahui bagaimana dampak penggunaan gawai terhadap kesejahteraan psikologis mahasiswa.

F Manfaat Penelitian

Manfaat penelitian ini adalah sebagai berikut:

1. Manfaat teoretis
 - a. Sebagai dasar untuk penelitian selanjutnya yang relevan.
 - b. Menambah kajian tentang analisis dampak gawai terhadap kesejahteraan psikologis.
 - c. Menambah wawasan ilmu yang lebih mendalam khususnya pada dampak penggunaan gawai terhadap kesejahteraan psikologis.
2. Manfaat Praktis
 - a. Bagi Dosen
 - 1) Memberikan informasi mengenai dampak gawai terhadap kesejahteraan psikologis mahasiswa selama menyusun skripsi dimasa pandemi.
 - 2) Memberikan informasi tentang bagaimana tanggapan dan strategi mahasiswa terhadap penyusunan skripsi di masa pandemi.

b. Bagi Mahasiswa

- 1) Melalui bimbingan daring mahasiswa dimungkinkan untuk tetap melakukan bimbingan sekalipun tidak hadir secara fisik.
- 2) Memaksimalkan peran gawai terhadap penyusunan skripsi di masa pandemi.

c. Bagi Peneliti

- 1) Menambah pengetahuan mengenai dampak penggunaan gawai terhadap kesejahteraan psikologis.
- 2) Menambah pemahaman mengenai bagaimana kesulitan yang dialami mahasiswa selama menyusun skripsi di masa pandemi dan bagaimana mahasiswa menghadapi masalah tersebut.

d. Bagi Pembaca

- 1) Diharapkan hasil dari penelitian dapat berguna bagi semua orang.
- 2) Diharapkan hasil penelitian ini dapat menjadi referensi dan memberikan tambahan wawasan pengetahuan bagi pembaca atau mahasiswa lain yang memiliki topik yang sama.