

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang Penelitian

Program Kampus Mengajar merupakan salah satu program Kemendikbudristek yang bertujuan untuk memberikan pendidikan kepada sekolah dengan akreditasi C serta sekolah yang terletak di daerah terpencil atau dalam kondisi yang sangat membutuhkan. Program tersebut mengusung tema "Merdeka Belajar, Kampus Mengajar" (kemdikbud 2021). Partisipasi mahasiswa dalam program Kampus Mengajar menunjukkan kepedulian mereka terhadap pendidikan siswa sekolah dasar, baik di daerah pedesaan maupun perkotaan, yang sedang menghadapi situasi yang kurang menguntungkan. Melalui program Kampus Mengajar, para mahasiswa diharapkan dapat mengembangkan kemampuan mereka, terutama dalam hal kreativitas, kepemimpinan, dan kemampuan interpersonal lainnya. Pengalaman dalam program ini diharapkan dapat membantu mereka menjadi agen perubahan yang menginspirasi lingkungan masyarakat sekitar. Selain itu, para mahasiswa juga diharapkan dapat memberikan bantuan kepada sekolah dalam menghadapi tantangan pembelajaran dengan memanfaatkan teknologi yang dikuasai oleh mereka (kemdikbud, 2021).

Program Kampus Mengajar menyediakan kesempatan pada mahasiswa agar dapat belajar serta melaksanakan pengembangan diri dengan melalui kegiatan yang disediakan atau tersedia di luar lingkungan perkuliahan. Program ini bertujuan untuk membantu siswa dapat memberikan kontribusi yang nyata dalam pelaksanaan kegiatan pembelajaran, yakni yang berpusat pada mahasiswa yang sangat esensial, terdapat pembelajaran yang mengharuskan mahasiswa tersebut untuk melakukan riset diantaranya pengembangan inovasi, kapasitas, kebutuhan, kepribadian, kreativitas serta berupaya melaksanakan pengembangan diri dengan melalui dinamika serta kenyataan di lapangan, sebagai misalnya ialah persyaratan riil, tuntutan

kinerja, kolaborasi, manajemen diri, interaksi sosial, target dan pencapaiannya, asumsi yang menjadi latar belakang atas dijalankannya. Kebijakan ini ialah bahwa pembelajaran dapat dilangsungkan di manapun, tidak hanya di ruang kelas, laboratorium serta perpustakaan, melainkan juga di desa, pusat riset maupun lingkungan masyarakat yang dimana memerlukan suatu penyesuaian terhadap lingkungan tersebut (Widianarko, 2020). Adanya tuntutan yang mengharuskan para mahasiswa melaksanakan program kampus mengajar dalam jangka waktu cepat, tentunya dapat mengganggu kondisi psikologis para mahasiswa seperti kekhawatiran yang berlebih dapat menyebabkan terjadinya *stress*, maka dari itu *stressor* yang dapat menyebabkan mahasiswa mengalami *stress* salah satunya adalah karena banyaknya program kampus mengajar yang harus diselesaikan dalam jangka waktu cepat.

Menurut Sarwono (2003), stres didefinisikan dengan kondisi atau keadaan psikologis yang timbul saat jiwa seseorang mengalami beban. Stres dapat bervariasi, ada yang tingkat keparahannya tinggi dan ada juga yang ringan. Stres yang parah berpotensi menyebabkan berbagai gangguan dalam kesehatan dan keseimbangan seseorang. Menurut Silverman et al. (2010), stres adalah respons tubuh terhadap perubahan yang membutuhkan emosional, psikologis, adaptasi fisik, regulasi serta respon. *Stressor*, atau pemicu stres, merupakan situasi atau kondisi yang mengurangi, meredakan serta meminimalkan kemampuan seseorang agar nantinya akan merasa produktif, bahagia, senang serta nyaman. Adapun berdasarkan (Hayanto, 2019) menyatakan efek yang dapat menyebabkan masalah kesehatan seperti gangguan pencernaan, obesitas, hipertensi, dan bahkan stroke yang disebabkan oleh gejala stres. Bahkan jika yang dirasakannya terlampaui tinggi ini akan dapat menyebabkan terganggunya konsentrasi, memori, kemampuan dalam menyelesaikan permasalahan menurun serta kemampuan akademik (Goff, A.M, 2011).

Mahasiswa yang mengikuti kampus mengajar diharuskan mematuhi segala aturan dan melaksanakan kewajiban mahasiswa selama program tersebut, adapun terdapat beberapa kewajiban mahasiswa selama

melaksanakan program ini, mahasiswa diharuskan menyediakan dokumen pendukung yang sah dan valid dalam proses aplikasi dan pelaporan. Selain itu, mereka diwajibkan untuk hadir dan tinggal di lokasi dan sekolah yang telah ditentukan sebagai penempatan. Mahasiswa juga diharapkan memiliki komitmen terhadap tugas mereka dengan melaksanakan semua kewajiban yang telah ditetapkan. Mahasiswa di dalam berlangsungnya proses penerapan program ini diwajibkan agar mengisi laporan mingguan dengan berlandaskan terhadap kegiatan Kampus Mengajar yang telah mereka lakukan. Mereka juga diharuskan untuk mengikuti sesi berbagi dengan dosen pembimbing lapangan (DPL) sesuai jadwal atau kesepakatan yang telah ditentukan. Selain itu, mahasiswa diwajibkan melakukan evaluasi diri secara daring setiap minggu dengan membaca dan menindaklanjuti tanggapan dari DPL terhadap laporan mingguan yang diunggah melalui aplikasi Kampus Merdeka. Selanjutnya, mereka harus menyusun dan mengunggah laporan akhir kegiatan setelah program selesai. Mahasiswa juga diharapkan melakukan evaluasi diri dan asesmen secara mandiri serta memberikan asesmen kepada rekan-rekan dalam kelompoknya. Selain itu, mahasiswa wajib mengikuti aturan dan etika yang berlaku di sekolah tempat mereka ditempatkan selama program berlangsung. Berdasarkan dalam kewajiban mahasiswa yang disebutkan, ada beberapa kegiatan mahasiswa yang nantinya menyita tenaga dan pikiran. Dimana memungkinkan terjadinya *stress* pada mahasiswa yang menjalani kegiatan tersebut, dimana *stress* bisa terjadi oleh keadaan ketika mahasiswa dihadapkan dengan peluang serta tantangan yang berpotensi menghasilkan perubahan serta ketegangan perilaku.

Menurut Wijono (2010), terdapat berbagai gejala stres yang dapat diamati melalui faktor-faktor yang tentunya memperlihatkan perubahan fisik secara fisiologis. Perubahan fisiologis ini dikarakteristikan dengan berbagai gejala, di antaranya ialah gangguan pencernaan, pusing, kepala pusing, tenaga yang mudah habis, merasa lemas atau letih. Perubahan psikologis ini dikarakteristikan dengan terjadinya kecemasan yang berlarut, sesak nafas, susah tidur, perubahan sikap. Menurut Desmita (sebagaimana dikutip oleh Oktamiati, 2013), terdapat empat tuntutan sekolah

yang menjadi sumber stres, yaitu: Kondisi dan situasi lingkungan fisik, Tuntutan tugas sekolah, Tuntutan peran, dan juga Tuntutan interpersonal, Semua faktor ini dapat memicu stres pada siswa jika mereka tidak mampu mengatasi atau memenuhi tuntutan tersebut dalam proses belajar-mengajar. Mengacu pada uraian pendahuluan dengan melalui wawancara terhadap empat mahasiswa yang sedang melaksanakan program kampus mengajar, mengatakan mengalami gejala-gejala *stress* seperti mendapatkan lokasi penempatan mengajar mereka yang jaraknya cukup jauh dengan tempat tinggal mereka, terdapat beberapa program yang harus diselesaikan secara spesifik seperti peningkatan “Literasi dan Numerisasi” terhadap sekolah tersebut dalam waktu kurang lebih 4 bulan, tentunya dalam hal tersebut dapat membuat waktu istirahat dan waktu aktivitasnya tidak seimbang sehingga akan menyebabkan mereka sulit untuk berkonsentrasi. Selain itu 2 diantaranya mengatakan kesulitan dalam melakukan penyesuaian terhadap lingkungan masyarakat. Fenomena penyesuaian tersebut telah diungkapkan oleh pakar kesehatan jiwa Fakultas Kedokteran Universitas Indonesia (UI) dr. Heriani, SpKJ (K), yaitu bahwasanya dalam menghadapi lingkungan atau suatu tuntutan yang terdapat diluar program perkuliahan tentunya para mahasiswa mengalami suatu kesulitan penyesuaian. Hal tersebut sesuai dengan yang dialami para mahasiswa yang baru saja mengikuti program kampus mengajar ditahun 2023 ini. Dampak stres yang dialami siswa juga dipengaruhi oleh kecenderungan mereka untuk mengalami *stress*. akibatnya, siswa mengalami kesulitan untuk berkonsentrasi, kurangnya waktu dalam beristirahat hingga pola makan yang tidak teratur dikhawatirkan akan berdampak buruk didalam kinerja pada program tersebut.

Mempertimbangkan latar belakang diatas mengenai pemicu *stress* yang ditimbulkan cukup signifikan maka peneliti tertarik untuk melakukan penelitian mengenai “Tingkat *Stress* Mahasiswa Dalam Melaksanakan Program Kampus Mengajar” di Universitas Pendidikan Indonesia.

1.2 Rumusan Masalah Penelitian

Dari rumusan masalah diatas dapat dirumuskan adalah “Bagaimanakah Gambaran Tingkat *Stress* Dalam Melaksanakan Program Kampus Mengajar Pada Mahasiswa Prodi S1 Pgsd Di Universitas Pendidikan Indonesia Tahun 2023”

1.3 Tujuan Penelitian

1.3.1 Tujuan Umum

Untuk mengetahui “Gambaran Tingkat *Stress* Mahasiswa Dalam Melaksanakan Program Kampus Mengajar Pada Mahasiswa Prodi S1 PGSD Di Universitas Pendidikan Indonesia”

1.3.2 Tujuan Khusus

Tujuan khusus dari penelitian ini yaitu sebagai berikut :

1. Mengidentifikasi gambaran tingkat stres ringan pada mahasiswa UPI dalam melaksanakan program kampus mengajar
2. Mengidentifikasi gambaran tingkat stres sedang pada mahasiswa UPI dalam melaksanakan program kampus mengajar
3. Mengidentifikasi gambaran tingkat stres berat pada mahasiswa UPI dalam melaksanakan program kampus mengajar

1.4 Manfaat Penelitian

1.4.1 Manfaat Teoritis

Hasil penelitian ini diharapkan dapat menambah pengetahuan mengenai gambaran tingkat *stress* mahasiswa dalam melaksanakan program kampus mengajar.

1.4.2 Manfaat Khusus

1. Bagi Institusi Universitas Pendidikan Indonesia

Dapat digunakan sebagai bahan evaluasi dalam menanamkan motivasi mahasiswa dalam pelaksanaan program kampus mengajar, sehingga dapat meningkatkan kontribusi dalam pelaksanaan program tersebut.

2. Bagi Peneliti Selanjutnya

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan pengetahuan, pemahaman, dan pengalaman untuk penelitian dimasa mendatang.