

# **BAB I**

## **PENDAHULUAN**

### **1.1 Latar Belakang**

Munculnya virus Covid-19 di Indonesia memberikan banyak perubahan pada semua sektor kehidupan masyarakat Indonesia seperti ekonomi, politik, pendidikan, dan lain-lain. Berbagai kebijakan dibuat sebagai upaya untuk meminimalisir penyebaran Covid-19 pada semua sektor kehidupan salah satunya sektor pendidikan. Berdasarkan Surat Edaran Nomor 4 Tahun 2020 tentang Pelaksanaan Kebijakan Pendidikan Dalam Masa Darurat Penyebaran *Coronavirus Disease* (Covid-19), dalam Surat Edaran tersebut diterangkan bahwa proses pembelajaran dilaksanakan dari rumah melalui sistem pembelajaran daring/jarak jauh (Kemendikbud,2020). Pemberlakuan pembelajaran daring dirasa lebih efektif dilakukan selama masa pandemi virus Covid-19 untuk menekan angka penyebaran virus Covid-19 melalui pembatasan interaksi fisik.

Pandemi Covid-19 menyebabkan perubahan pada pola kegiatan belajar mengajar pada Universitas Pembangunan Nasional Veteran Jawa Timur. Kegiatan perkuliahan dan praktikum yang sebelumnya dilakukan dengan metode tatap muka kini beralih menjadi metode daring. Melalui penggunaan *platform* seperti *Zoom conferences*, *Google Meet*, *e-learning* dan sebagainya. Program Studi Teknik Industri sebagai salah satu departemen pada Fakultas Teknik UPN Veteran Jawa Timur juga terus berusaha melakukan perubahan dan pembenahan untuk meningkatkan kualitas lulusan dan juga berusaha menyesuaikan perkembangan

teknologi digital dan kebutuhan industri yang terus berkembang pesat. Perubahan ini menuntut mahasiswa harus mampu beradaptasi dengan sistem baru, dan tentunya adaptasi tersebut tidaklah mudah. Permasalahan tersebut menjadi tantangan bagi mahasiswa untuk terus berinovasi dan lebih mandiri dalam proses pembelajaran. Tantangan yang secara tidak langsung membentuk serta melatih kemandirian maupun kekuatan mental mahasiswa.

Pada masa perkuliahan tatap muka (*luring*) yang terjadi sebelum pandemi, semua kegiatan dilaksanakan sesuai dengan waktu dan tempat yang telah ditetapkan sebelumnya. Dapat dikatakan perkuliahan tatap muka ini memiliki ruang dan waktu terbatas. Dalam masa tersebut mahasiswa dan dosen berada dalam satu ruang dan waktu yang sama untuk melakukan kegiatan belajar mengajar dengan pertemuan secara langsung tanpa bantuan internet untuk komunikasi. Berbeda halnya dengan perkuliahan jarak jauh (*daring*), pembelajaran dapat dilakukan kapan saja dan dari mana saja melalui perantara *internet*. Karena memiliki sifat yang fleksibel, memungkinkan mahasiswa untuk melakukan kegiatan lain bersamaan dengan berlangsungnya kegiatan perkuliahan dan hal tersebut tentu akan mengganggu konsentrasi dalam kegiatan pembelajaran. Dalam tenggang waktu pengerjaan tugas atau kegiatan yang bersamaan mengakibatkan mahasiswa kesulitan dalam mengatur dan mengontrol waktu yang mereka miliki.

Menurut Fanani dan Jainurakhma (2020), perubahan sistem pembelajaran mempengaruhi kondisi mental mahasiswa, karena disposisi setiap individu untuk beradaptasi dengan perubahan tersebut juga bervariasi. Dampak dari perubahan

pembelajaran yang dirasakan oleh mahasiswa berisiko mengakibatkan munculnya masalah utamanya beban kerja mental. Dari hasil wawancara dengan beberapa mahasiswa teknik industri terdapat indikasi yang merujuk pada beban kerja mental seperti munculnya rasa bosan, cemas, kelelahan, mudah mengantuk dan stres. Berdasarkan penelitian sebelumnya yang telah dilakukan oleh Fauziyyah et al. (2021) diperoleh hasil mengenai angka stres yang dialami mahasiswa Indonesia selama pembelajaran jarak jauh mencapai 55,1% dan angka kecemasan yang mencapai 40%.

Beban kerja mental pada mahasiswa ini timbul akibat terjadi *gap* antara tuntutan tugas yang yang diberikan dengan kapasitas atau kemampuan yang dimiliki. Serupa dengan pendapat yang dikemukakan oleh Tarwaka et al. (2004), beban kerja mental adalah perbandingan antara besarnya desakan kerja dengan besarnya kemampuan pekerja tersebut. Tuntutan tugas suatu pekerjaan tidak boleh terlalu rendah (*underload*) dan juga tidak boleh terlalu berlebihan (*overload*). Karena keduanya, baik *underload* maupun *overload* akan mengakibatkan terjadinya stres (Manuaba,2000). Stres menjadi salah satu aspek yang paling berpengaruh terhadap prestasi belajar mahasiswa (Lubis et al., 2021).

Menurut Sagita et al. (2017), mahasiswa yang mengalami stres akademik seringkali dipengaruhi oleh kemampuan mengatur atau mengelola waktu antara waktu studi dan kegiatan lainnya. Hal tersebut sejalan dengan pandangan Harras et al.(2020) yang mengatakan bahwa beban kerja mental menjadi hal yang krusial sehingga harus diperhatikan terutama dalam hal waktu. Manajemen waktu menurut Macan (1994) merupakan suatu kemampuan untuk menggunakan waktu

secara efektif dan efisien untuk mencapai produktivitas yang optimal. Dalam sebuah studi tentang ekspektasi beban kerja mahasiswa teknik tahun pertama di University of Toronto, Gerrard et al. (2017), menemukan adanya korelasi antara persepsi mahasiswa tentang tuntutan akademik dengan waktu yang mereka gunakan untuk penilaian akademik. Selanjutnya, ketika meneliti tekanan mental pada mahasiswa teknik untuk mengungkapkan beban dan kecemasan mereka, Yanik et al. (2016) menemukan bahwa refleksi mahasiswa tentang manajemen waktu merupakan poin penting dalam permasalahan tersebut. Nofri et al. (2017) dalam penelitiannya mengenai pengukuran beban kerja mental di kalangan mahasiswa departemen Teknik Industri UNDIP, menemukan fakta bahwa 73% responden mengalami kesulitan mengatur waktu antara kegiatan akademik dengan kegiatan di luar akademik.

Penelitian ini dilaksanakan guna mengetahui tingkat beban mental serta keterampilan manajemen waktu pada kalangan mahasiswa program studi teknik industri UPN Veteran Jawa Timur. Selain itu, peneliti juga akan menyelidiki ada ataupun tidaknya korelasi antara kemampuan manajemen waktu dengan tingkat beban kerja mental yang dimiliki oleh mahasiswa program studi teknik industri di UPN Veteran Jawa Timur. Untuk memperkuat hipotesa penelitian maka akan diberikan dua perlakuan yang berbeda yaitu model perkuliahan daring dan model perkuliahan luring. Beban kerja mental ini akan diukur secara subjektif dengan menggunakan alat ukur berupa kuesioner NASA-TLX yang memiliki enam dimensi pengukuran beban kerja mental di dalamnya sehingga hasil pengukuran yang didapatkan lebih *valid*. Untuk pengukuran manajemen waktu dilakukan

dengan penyebaran kuesioner berskala likert. Hasil analisis ini dapat dijadikan sebagai bahan evaluasi bagi mahasiswa maupun bagi perguruan tinggi dalam pelaksanaan perbaikan sistem kerja atau pembelajaran kedepannya.

## **1.2 Perumusan Masalah**

Berdasarkan latar belakang masalah diatas, maka identifikasi masalah dalam penelitian ini adalah sebagai berikut:

1. Apakah terdapat perbedaan manajemen waktu antara model perkuliahan luring dan daring.
2. Bagaimana korelasi antara manajemen waktu pada model perkuliahan luring dengan beban kerja mental pada mahasiswa program studi teknik industri UPN ‘Veteran’ Jawa Timur.
3. Bagaimana korelasi antara manajemen waktu pada model perkuliahan daring terhadap beban kerja mental pada mahasiswa program studi teknik industri UPN ‘Veteran’ Jawa Timur.

## **1.3 Batasan Masalah**

Adapun batasan masalah dalam penelitian ini adalah sebagai berikut:

1. Penelitian dilakukan pada mahasiswa di program studi teknik industri UPN ‘Veteran’ Jawa Timur angkatan 2018-2019.
2. Dalam pengambilan sampel, tidak ada perbedaan strata atau tingkatan dari populasi yang ada.

3. Dalam pengukuran skala manajemen waktu digunakan indikator-indikator yang mengacu pada aspek manajemen waktu yaitu penetapan tujuan dan prioritas, perencanaan dan penjadwalan, kontrol terhadap waktu serta preferensi terhadap pengorganisasian.
4. Manajemen waktu diteliti pada model perkuliahan luring dan model perkuliahan daring.

#### **1.4 Asumsi-Asumsi**

Adapun asumsi yang digunakan dalam penelitian ini adalah sebagai berikut:

1. Responden yang dijadikan objek penelitian adalah mahasiswa yang mengikuti perkuliahan daring dan luring dalam kondisi sehat secara jasmani dan rohani.
2. Mahasiswa dapat memahami pertanyaan-pertanyaan dalam kuesioner yang digunakan selama pengambilan data berdasarkan petunjuk yang telah diberikan sebelumnya.
3. Dalam melakukan pengukuran, responden tidak dipengaruhi oleh pihak lain.

#### **1.5 Tujuan Penelitian**

Adapun tujuan dari penelitian yang dilakukan ini adalah sebagai berikut:

1. Untuk mengetahui perbedaan manajemen waktu antara model perkuliahan luring dan perkuliahan daring.

2. Untuk mengetahui korelasi manajemen waktu pada model perkuliahan luring dengan tingkat beban kerja mental pada mahasiswa program studi Teknik Industri UPN ‘Veteran’ Jawa Timur.
3. Untuk mengetahui korelasi manajemen waktu pada model perkuliahan daring dengan tingkat beban kerja mental pada mahasiswa program studi Teknik Industri UPN ‘Veteran’ Jawa Timur.

### **1.6 Manfaat Penelitian**

Adapun manfaat yang dapat diperoleh dari penelitian ini adalah sebagai berikut:

1. Penelitian ini dapat memberikan gambaran kepada perguruan tinggi terkait kemampuan manajemen waktu dan tingkat beban kerja mental pada mahasiswa dalam pembuatan program akademik.
2. Penelitian ini diharapkan dapat menjadi pertimbangan bagi mahasiswa agar dapat menyeimbangkan kapabilitas dengan tuntutan akademik untuk mengurangi beban mental yang berlebih.
3. Penelitian ini diharapkan dapat digunakan sebagai referensi untuk menambah wawasan terkait beban kerja mental dan manajemen waktu bagi pembaca serta dapat dijadikan acuan untuk konsep penelitian berikutnya.

## **1.7 Sistematika Penulisan**

Adapun sistematika penulisan pada penelitian ini akan terbagi atas beberapa bagian yaitu sebagai berikut:

### **BAB I PENDAHULUAN**

Pendahuluan menjelaskan tentang latar belakang yang mendasari diadakannya penelitian dan apa saja yang mendasari pemilihan tema tersebut. Selain itu pendahuluan juga memuat perumusan masalah, tujuan penelitian, batasan dan asumsi serta manfaat yang didapatkan melalui penelitian ini.

### **BAB II TINJAUAN PUSTAKA**

Pada bab 2 berisi tentang landasan teori yang berhubungan dengan permasalahan penelitian yang diambil untuk menunjang penelitian ini meliputi teori mengenai beban kerja mental, manajemen waktu, metode pengukuran beban kerja mental dengan *The National Aeronautics and Space Administration Task Load Index (NASA-TLX)* serta aspek-aspek dalam manajemen waktu.

### **BAB III METODE PENELITIAN**

Bab 3 merupakan penjelasan mengenai metode penelitian yang dipilih dalam pelaksanaan penelitian yang meliputi tempat dan waktu penelitian, populasi dan sampel pada penelitian, variabel operasional yang digunakan, teknik pengumpulan data serta teknik analisis data yang digunakan untuk menyelesaikan penelitian ini.

## **BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN**

Hasil penelitian merupakan bagian yang penting dalam menjawab permasalahan penelitian karena didalamnya terdapat penyajian data, pengolahan data, analisis data, interpretasi data serta pembahasan permasalahan. Dalam bagian ini akan diperoleh gambaran secara jelas apakah permasalahan penelitian sudah terjawab atau belum.

## **BAB V KESIMPULAN DAN SARAN**

Pada bagian kesimpulan berisi pernyataan singkat dan jelas tentang sesuatu yang telah dijabarkan dalam hasil penelitian. Selain itu juga terdapat saran yang relevan dengan permasalahan yang diangkat dalam penelitian dan juga rumusan kesimpulan.

## **DAFTAR PUSTAKA**

## **LAMPIRAN**