

Dampak *Learning Loss* terhadap Psikososial Mahasiswa Saat dan Pasca Pandemi Covid-19

Alfi Sihati¹

Universitas Ahmad Dahlan Yogyakarta¹

Email: alfisihati28@gmail.com

Hanif Cahyo Adi Kistoro^{2*}

Universitas Ahmad Dahlan Yogyakarta²

Email: hanif.kistoro@pai.uad.ac.id

Iefone Shiflana Habiba³

Universitas Ahmad Dahlan Yogyakarta³

Email: iefoneshiflana@gmail.com

Salsabila Difany⁴

Universitas Ahmad Dahlan Yogyakarta⁴

Email: salsabilladifany@gmail.com

Abstrak Masa pandemi covid-19 mempunyai dampak luas disegala lini kehidupan. Salah satu efek yang sangat terasa dampaknya adalah aspek sosial. Tujuan Penelitian ini adalah untuk mengetahui dampak *Learning Loss* terhadap Psikososial Pelajar Pada saat dan pasca pandemi. Metode penelitian yang digunakan adalah metode penelitian kualitatif dengan pendekatan fenomenologi. Partisipan dalam penelitian ini adalah mahasiswa dari tiga perguruan tinggi islam di yogyakarta yang berjumlah 15 orang. pemilihan partisipan didasarkan pada kriteria yang sudah ditentukan secara purposive yaitu dari perguruan tinggi islam, mengalami masalah sosial secara khusus dan dapat diambil datanya. Teknik pengambilan data menggunakan wawancara secara mendalam sesuai dengan panduan instrument wawancara yang sudah dibuat. Teknik analisis data melalui tiga tahap yaitu reduksi, penyajian data dan interpretasi data untuk mengambil

kesimpulan. Temuan penelitian menghasilkan tiga kesimpulan. Pertama, dampak pandemi adalah hilangnya semangat belajar atau learning loss. Kedua, secara sosial dampak pandemi menimbulkan masalah psikososial yaitu cenderung menyendiri atau introvert. Ketiga, pasca pandemi sebagian besar mahasiswa sudah terlanjur nyaman dengan kondisinya saat pandemi sehingga mengalami kemalasan dan kejenuhan untuk melakukan aktifitas secara langsung. Hasil penelitian ini masih mempunyai banyak celah kelemahan khususnya dalam pemilihan responden yang masih terbatas dan penggalian data serta analisisnya. Penelitian berikutnya akan sangat dibutuhkan dalam memberikan penguatan dan tambahan hasil yang lebih komprehensif

Kata kunci: learning loss, Dampak, psikososial, kejenuhan, introvert

Abstract The COVID-19 pandemic has had a wide impact on all walks of life. One of the effects that is very pronounced is the social aspect. The purpose of this study was to determine the impact of learning loss on psychosocial students during and after the pandemic. The research method used is a qualitative research method with a phenomenological approach. The participants in this study were students from three Islamic universities in Yogyakarta, totaling 15 people. The selection of participants was based on criteria that had been determined purposively, namely from Islamic colleges, experienced social problems in particular and data could be taken. The data collection technique used in-depth interviews in accordance with the interview instrument guidelines that had been made. The data analysis technique went through three stages, namely reduction, data presentation and data interpretation to draw conclusions. The research findings lead to three conclusions. First, the impact of the pandemic is the loss of enthusiasm for learning or learning loss. Second, socially, the impact of the pandemic causes psychosocial problems, namely they tend to be aloof or introverted. Third, after the pandemic, most of the students are already comfortable with their conditions during the pandemic, so they experience laziness and boredom to carry out activities directly. The results of this study still have many weaknesses, especially in the selection of respondents who are still limited and data mining and analysis. Subsequent research will be urgently needed to provide more comprehensive reinforcement and additional results.

Keywords: learning loss, impact, psychosocial, saturation, introvert.

PENDAHULUAN

Penyebaran virus corona atau yang lebih akrab dikenal dengan Covid-19 telah menjadi wabah penyebaran virus secara pandemi, dimana bukan terjadi pada

satu negara yang berdampingan saja, tetapi pada hampir seluruh negara. Hal ini tentu bukan suatu hal yang mudah untuk ditangani, berbagai macam jalan telah ditempuh untuk menghentikan penyebaran virus ini. Covid-19 sendiri adalah virus yang menyerang sistem pernafasan manusia. Terlepas dari itu, pandemi covid-19 ini telah menjadi momok yang memberikan amat banyak dampak terhadap keberlangsungan roda kehidupan bagi setiap negara, baik itu dari sektor ekonomi, politik, hingga pendidikan¹.

Pendidikan menjadi salah satu aspek yang terdampak amat besar dari adanya pandemi covid-19 ini, dimana proses pembelajaran yang mulanya dilaksanakan secara langsung atau tatap muka di sekolah, telah dialihkan menjadi proses pembelajaran jarak jauh dengan sistem online² hal tersebut, tentu cukup beresiko untuk diterapkan di Indonesia. Mengingat belum adanya pemerataan fasilitas pendidikan yang memadai di Indonesia, sehingga transformasi proses pembelajaran yang terjadi secara tiba-tiba, menjadikan pendidik dan peserta didik cukup kebingungan. Tidak bisa dipungkiri bila akhirnya, transformasi tersebut menghasilkan permasalahan-permasalahan baru di dunia pendidikan Indonesia.

Penerapan pembelajaran jarak jauh, berdampak cukup buruk terhadap perubahan pertumbuhan sisi psikologis peserta didik di Indonesia. Secara singkatnya, hal ini didasari karena tidak adanya pertemuan secara langsung atau tatap muka bagi peserta didik dalam kegiatan belajar mengajar. Sehingga menciptakan ruang yang amat besar bagi peserta didik. Sebagaimana diketahui bahwa manusia adalah makhluk sosial, segala sesuatunya dilakukan bersama-sama atau dengan kata lain, selalu membutuhkan orang lain. Memang betul, bila komunikasi bisa dialihkan secara online melalui platform-platform digital seperti Facebook, WhatsApp, hingga Twitter. Namun platform-platform tersebut tidak cukup untuk menciptakan atau menjalin ikatan manusia yang seutuhnya satu sama

¹ Yusron Masduki et al., "The Impact of the COVID-19 Pandemic on Student Learning Motivation," *CONCIENCIA: Journal of Islamic Education* 21, no. 2 (2021): 39–51.

² Abdul Hopid and Hanif Cahyo Adi Kistoro, "The Existence of Islamic Education in Pandemic (Case Study on Communities Not Having Online Learning Facilities)," *Fikroh: Jurnal Pemikiran dan Pendidikan Islam* 15, no. 2 (2022): 153–170.

lain, yang mana kemudian tercipta jurang keputusan atau yang lebih akrab disebut dengan istilah *learning loss*³. Karena pada dasarnya, manusia membutuhkan pertemuan secara langsung dalam dunia nyata, bukan hanya dunia maya.

Perasaan hilang semangat, keputusan, hingga cemas yang berkepanjangan telah dirasakan oleh peserta didik selama kegiatan belajar mengajar dialihkan secara jarak jauh. Perasaan-perasaan tersebut, jika terus menerus terjadi akan menyebabkan stress⁴ yang tentu akan mengganggu pola pikir dan pertumbuhan peserta didik. Selain dari tidak adanya ruang yang cukup untuk melakukan komunikasi secara langsung, tanggung jawab dan tuntutan sebagai peserta didik untuk menyelesaikan berbagai macam materi serta tugas, juga menjadi satu factor lain yang memberikan beban berat dari sisi psikologis peserta didik. Stress sendiri merupakan reaksi atau respon yang dirasakan manusia ketika mengalami atau menghadapi suatu fase yang amat berat⁵. Setiap manusia pun, memiliki pengalaman terhadap stress, bahkan sebelum manusia tersebut lahir.

Adapun sumber lain atau factor lain yang menjadikan fase tersebut terjadi adalah, situasi yang berjalan monoton, kebisingan atau keributan, tugas yang banyak, harapan yang mengada-ngada, ketidakjelasan menjalani hari-hari, kurang adanya kontrol diri, keadaan kritis, merasa tidak dihargai dan diacuhkan, hilangnya kesempatan, aturan yang cukup membingungkan, tuntutan yang bertentangan, hingga deadline tugas yang kejar-kejaran⁶.

Masalah-masalah yang dialami peserta didik, apabila tidak segera ditangani akan menimbulkan permasalahan baru yang dampaknya lebih fatal,

³ Emma Dorn et al., "COVID-19 and Learning Loss-Disparities Grow and Students Need Help," *Mckinsey & Company*, no. December (2020): 1–2.

⁴ Abdulrahman Essa Al Lily et al., "Distance Education as a Response to Pandemics: Coronavirus and Arab Culture," *Technology in Society* 63, no. April (2020): 101317.

⁵ Ross A. Thompson, "Stress and Child Development," *Future of Children* 24, no. 1 (2014): 41–59.

⁶ M. Hasan, Romiko, and Efraliza, "Pengaruh Status Kerja Terhadap Tingkat Stress Belajar Mahasiswa Semester VIII," *The Indonesian Journal of Health Science Volum* 12, no. 2 (2020): 158–168.

yakni depresi. Depresi sendiri mampu menyebabkan manifestasi psikomotor yang berupa keadaan gairah, semangat, aktivitas serta gerak produktivitas kerja yang menurun, melambatnya konsentrasi serta daya pikir. Dampak tersebut tentu mengancam kemajuan peserta didik dalam menjalani kehidupan. Manifestasi psikomotor bisa membawa pengaruh pada prestasi belajar, apabila penderita merupakan peserta didik yang aktif. Peserta didik yang dievaluasi selama pandemi menunjukkan tingkat kecemasan, depresi⁷, serta stress yang jauh lebih tinggi⁸ dibandingkan dengan peserta didik pada periode normal sebelumnya.

Dari hasil tersebut, menunjukkan bahwa pandemi memiliki efek atau dampak yang cukup signifikan terhadap sisi negatif psikologis peserta didik. Kejadian atau fase tersebut, saat ini lebih akrab dengan sebutan learning loss dimana secara singkatnya diartikan sebagai suatu fase hilangnya minat peserta didik⁹ dalam mengikuti kegiatan belajar mengajar, dengan ancaman yang perlu segera ditangani demi keberlangsungan hidup peserta didik di masa mendatang. Berdasarkan minimnya pengetahuan masyarakat mengenai permasalahan tersebut, menjadi salah satu alasan yang mendasari peneliti untuk melakukan penelitian tentang dampak learning loss terhadap psikososial mahasiswa pada saat pandemi dan pasca pandemi.

METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan jenis kualitatif dengan pendekatan fenomenologi. Subyek penelitian merupakan mahasiswa dari tiga perguruan tinggi di Yogyakarta yang dipilih secara purposive¹⁰ dengan kriteria yang sudah ditentukan. Jumlah partisipan adalah 15 orang. prosedur pengambilan data

⁷ Raldy A. Ratunuman, Lydia E. V. David, and Hendri Opod, "Dampak Psikologis Pandemi COVID-19 Pada Mahasiswa," *Jurnal Biomedik (Jbm)* 13, no. 2 (2021): 227.

⁸ Ni Komang Yanti and Dedent Eka Bimmaharyanto, "Dampak Pandemi Covid-19 Pada Kesehatan Psikologis Mahasiswa Dalam Proses Pembelajaran," *Health Care Media* 5, no. 1 (2021): 39–46.

⁹ Robin Donnelly and Harry Anthony Patrinos, "Learning Loss during Covid-19: An Early Systematic Review," *Prospects* 51, no. 4 (2021): 601–609.

¹⁰ Eva Latipah et al., "Elaborating Motive and Psychological Impact of Sharenting in Millennial Parents," *Universal Journal of Educational Research* 8, no. 10 (2020): 4807–4817.

dilakukan dengan cara wawancara mendalam kepada subyek setelah meminta izin kepada calon partisipan terkait dengan kesediaanya untuk diwawancara. Berikutnya peneliti membuat jadwal wawancara sesuai dengan hari, waktu dan lokasi penelitian. Lokasi wawancara dilakukan di sekolah dengan menggunakan protokol kesehatan dikarenakan masih situasi pandemi. Instrumen yang dipergunakan dalam mengambil data melalui wawancara dengan menggunakan panduan atau protokol wawancara.¹¹

Adapun teknik analisis data melalui tahap reduksi data kemudian dilanjutkan penyajian data dan yang terakhir adalah pemberian kesimpulan setelah ditafsirkan¹². Reduksi data dilakukan dengan cara mengklasifikasikan pernyataan penting dari partisipan kemudian dimasukkan dalam kategori tema yang sama. Selanjutnya dilakukan validitas data melalui data melalui triangulasi sumber dimana partisipan ditanyai kembali apakah jawaban yang diberikan sama. Apabila sudah sesuai dengan wawancara sebelumnya maka dianggap valid. Terakhir data diberikan pemaknaan dari tema utama dan kemudian diberikan deskripsi secara menyeluruh untuk mendapatkan jawaban dari penelitian.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Berdasarkan hasil data lapangan ada beberapa kata kunci dan tema penting yang ditemukan berkaitan dengan kondisi secara sosial dan efek pandemi bagi mahasiswa baik saat terjadi pandemi atau pasca meredanya pandemi covid-19. Seperti yang dituturkan responden pertama, dijelaskan bahwa “kami khususnya saya, merasa bahwa efek pandemi yang begitu besar membuat kendala dalam pembelajaran langsung. Semua menjadi online. Kami juga kemudian muncul rasa malas dan susah untuk belajar. Karena kita secara mental terbayang-bayang dengan korban covid yang banyak meninggal”.

¹¹ Fawait Syaiful Rahman and Yatno Isworo, “Implementation of Gotong Royong Value in Increasing National Resilience during The New Normal Order,” *AT-TURAS: Jurnal Studi Keislaman* 8, no. 2 (2021): 156–180.

¹² Mathew B Miles and A. Michael Huberman, *Qualitative Data Analysis* (London: Sage, 1994).

Ditambahkan oleh responden kedua bahwa “saat pandemi kita lebih memprioritaskan dengan kondisi kesehatan dan keamanan diri sendiri dan keluarga. kuliah dilakukan secara online dan bisa diselingi dengan melakukan kerjaan lain dirumah. Yang kami rasakan juga saat pandemi sudah reda kami sudah terbiasa dengan kondisi tersebut dan juga kadang menjadi malas untuk keluar apalagi kuliah secara langsung”.

Subyek yang ketiga juga hampir sama menyebutkan bahwa” pandemi covid dulu dan sekarang saat sudah reda masih berdampak, khususnya dalam belajar dan juga melakukan aktifitas secara langsung. Meskipun semua sudah mulai normal, tetapi yang dilakukan dulu saat covid masih terbawa sampai saat ini”.

Pemaparan diatas menggambarkan bahwa secara umum semua terdampak dari adanya pandemi covid 19. Dampak tersebut sangat berhubungan dengan segala bidang khususnya pendidikan dan sosial. penjelasan lain juga dituturkan oleh responden keempat yang menjelaskan bahwa “kami dan teman-teman mahasiswa, sampai saat ini meskipun covid sudah tidak ada tetapi berasa sampai sekarang. Meskipun begitu kami tetap melakukan perkuliahan yang sudah dilakukan secara langsung, meskipun di beberapa kampus saya mendengar masih melakukan dengan blended learning”.

Point penting yang dihasilkan dari penjelasan para partisipan tersebut dapat di rangkum dalam klasifikasi tema-tema khusus pada tabel 1.

Table 1. Dampak Pandemi Covid-19

Aspek	Dampak saat Pandemi	Dampak pasca pandemi
pendidikan	1. Pembelajaran secara online terkesan monoton 2. Perangkat pembelajaran masih menyesuaikan 3. Durasi waktu dikurangi	1. Beberapa instansi masih menggunakan blended learning. 2. Durasi waktu belum penuh
sosial	Interaksi pembelajaran terbatas	Pembelajaran sudah dilakukan secara langsung tetapi masih ada beberapa yang menggunakan protokol kesehatan
Psikologi	1. Munculnya perilaku introvert atau tertutup 2. Munculnya rasa malas dan berkurangnya minat belajar secara langsung	1. Beberapa instansi yang menggunakan blended learning menjadi alternatif mahasiswa yang belum bisa belajar secara langsung 2. Masih terbawanya suasana belajar online menjadikan mahasiswa belum sepenuhnya bisa aktif secara langsung

Source: Hasil wawancara, 2022)

Learning Loss Pada Masa Pandemi

Learning loss berasal Bahasa Inggris yang terdiri dari dua kata dasar yaitu learn dan loss. Learn dapat diterjemahkan dalam Bahasa Indonesia berarti belajar.

Menurut beberapa para ahli diantaranya Sanjaya Wina, pada dasarnya belajar merupakan aktivitas mental seseorang dalam berinteraksi dengan lingkungannya sehingga menghasilkan perubahan tingkah laku yang bersifat positif baik perubahan dalam aspek pengetahuan, sikap, maupun psikomotor¹³. Menurut Travers, belajar merupakan suatu proses menghasilkan penyesuaian tingkah laku. Sedangkan hakikat belajar menurut Witherington, belajar merupakan suatu perubahan di dalam kepribadian yang menyatakan diri sebagai suatu pola baru daripada reaksi yang berupa kecakapan, sikap, kebiasaan, kepandaian atau suatu pengertian. Kemudian Hilgard Bower menjelaskan bahwasanya belajar saling berhubungan dengan perubahan tingkah laku seseorang terhadap suatu situasi tertentu yang disebabkan oleh pengalamannya yang berulang-ulang dalam situasi tersebut¹⁴.

Belajar merupakan suatu proses perubahan dalam kepribadian manusia (Mujito, 2014), dan perubahan tersebut ditampakkan dalam bentuk peningkatan kualitas dan kuantitas tingkah laku seperti peningkatan kecakapan, pengetahuan, sikap, kebiasaan, pemahaman, keterampilan, daya pikir dan kemampuan lainnya¹⁵. Peningkatan kualitas dan kuantitas tersebut ditunjukkan dalam bentuk bertambahnya kualitas dan kuantitas kemampuan seseorang dalam berbagai bidang. Ketika dalam proses belajar seseorang tersebut tidak mendapatkan peningkatan baik berupa kualitas maupun kuantitas maka dapat dikatakan bahwa ia mengalami kegagalan dalam proses belajar¹⁶.

Belajar adalah aktivitas untuk mengarah kepada kehidupan yang lebih baik secara terstruktur. Dalam proses pembelajaran tersebut setiap orang mempunyai cara yang berbeda, ada belajar dengan cara melihat, menemukan serta meniru yang didalamnya seseorang akan mengalami pertumbuhan serta perubahan dalam

¹³ Andi Setiawan, *Belajar Dan Pembelajaran* (Ponorogo: Uwais Inspirasi Indonesia, 2017), 2.

¹⁴ M. Ismail Makki and Aflahah, *Konsep Dasar Belajar Dan Pembelajaran* (Pamekasan: Duta Media Publishing, n.d.), 2.

¹⁵ Burhanudin Ata Gusman, Hanif Cahyo Adi Kistoro, and Sutipyo Ru'iyah, "Strategy of Islamic Religious Education Teachers in Cultivating Islamic Character During the Covid-19 Pandemic," *Al Qalam* 38, no. 2 (2021): 209–224.

¹⁶ Thursan Hakim, *Belajar Secara Efektif* (Jakarta: Puspa Swara, 2011), 1.

diri baik secara psikis maupun fisik. Jika yang dipelajari secara fisik akan berhubungan dengan dimensi motorik, secara psikis berkaitan dengan dimensi afeksi, serta secara kognitif dapat berupa pengetahuan baru. Sehingga pada hakikatnya ketiga ranah tersebut yaitu afektif, kognitif dan psikomotorik¹⁷ saling berhubungan antara satu dengan lainnya.

Dalam proses belajar memiliki beberapa tahapan yaitu pertama tahap informasi, yaitu proses penjelasan, penguraian dan pengarahan mengenai struktur pengetahuan, sikap serta keterampilan¹⁸. Kedua tahap transformasi yang merupakan suatu proses pemindahan struktur tadi ke dalam diri peserta didik¹⁹. Proses transformasi tersebut dilakukan melalui informasi. Dan yang ketiga pembelajaran, yakni proses interaksi peserta didik dengan pendidik dan sumber belajar pada suatu lingkungan belajar²⁰. Kemudian hasil dari proses belajar tersebutlah yang akan menjadi model atau bekal dalam proses pembelajaran selanjutnya.

Loss dalam Bahasa Indonesia berarti kehilangan yang dapat dijabarkan sebagai suatu kondisi seseorang yang berpisah dengan sesuatu yang sebelumnya ada kemudian menjadi tidak ada, baik terjadi sebagian maupun secara keseluruhan. Dari pengertian tersebut maka learning loss dapat didefinisikan sebagai kehilangan sesuatu dalam proses pembelajaran. Sesuatu tersebut dapat berupa minat dan semangat dalam belajar, berkurangnya pengetahuan serta keterampilan, hingga pengurangan waktu belajar. Hilang semangat merupakan suatu kondisi jiwa yang sering dialami oleh seseorang dari waktu ke waktu. Pada

¹⁷ Eva Latipah, *Psikologi Pendidikan*, ed. Hanif Cahyo Adi Kistoro (Pustaka Pelajar, 2021).

¹⁸ Fitria Ismail, M.Pd Dra. Samsiar RivaI, S.Pd, and M.Pd Dra. Martianty Nalole, "Deskripsi Penerapan Model Pembelajaran Kooperatif Tipe Stad Dalam Pembelajaran Matematika Di Kelas V SDN 6 Bulango Selatan Kabupaten Bone Bolango," *Jurnal Penelitian Kualitatif* (2013): 1–13.

¹⁹ Merry Agustina, "Pemanfaatan E-Learning Sebagai Media Pembelajaran," *Seminar Nasional Aplikasi Teknologi Informasi (SNATI)*, no. 12 (2013): 8–12.

²⁰ AM Sadiman, *Interaksi & Motivasi Belajar Mengajar* (Jakarta: PT Rajagrafindo Persada, 2000).

kondisi ini seseorang akan enggan melakukan apapun, meskipun hal sederhana. Kehilangan semangat menyebabkan seseorang kehilangan banyak kesempatan ²¹.

Keberhasilan dalam kegiatan pembelajaran tak hanya dipengaruhi oleh pendidik saja melainkan juga peserta didik itu sendiri. Kondisi peserta didik dalam mengikuti pembelajaran dapat mengindikasikan bagaimana ketertarikannya terhadap pembelajaran yang sedang berlangsung. Ketertarikan tersebut dapat dikenal dengan istilah minat belajar. Yaitu suatu keadaan mental yang menghasilkan respons terarah kepada suatu obyek tertentu yang menyenangkan serta memberikan kepuasan kepada seseorang. Yang mana keadaan tersebut menunjukkan berpusatnya pikiran, perasaan maupun keinginan terhadap suatu obyek yang menarik bagi seseorang.

Psikososial Dalam Pendidikan

Psikososial merupakan suatu keadaan yang terjadi pada seseorang terlihat dari sikap tertentu yang muncul dari gejala psikis maupun sosial yang mana keduanya saling mempengaruhi satu sama lain²². Psikososial berasal dari dua kata yakni psiko dan sosial. Psikologis mengarah kepada aspek psikologi seseorang yang meliputi pikiran, perasaan dan perilaku²³. Sedangkan psikososial bermakna menyinggung relasi sosial yang mencakup faktor-faktor psikologis ²⁴. Psikososial merupakan suatu istilah yang digunakan untuk menggambarkan hubungan antara kondisi sosial individu berkaitan dengan kesehatan mental serta emosinya. Misalnya hubungan antara ketakutan seseorang terhadap cara orang tersebut berinteraksi dengan individu lain di lingkungannya.

Dalam integrasi lingkup psikososial aspek kejiwaan berasal dari diri seseorang sedangkan sosial berasal dari luar. Keduanya sangat saling berpengaruh

²¹ Ameliasari Tauresia Kesuma et al., "The Effects of MANSA Historical Board Game toward the Students' Creativity and Learning Outcomes on Historical Subjects," *European Journal of Educational Research* 9, no. 4 (2020): 1689–1700.

²² Dwipa Satria Negara, "Analisis Dampak Pasca Covid19 Terhadap Perubahan Psikososial Siswa Di Tengah Kebijakan Transisi Pendidikan," *Seminar Nasional Psikologi UAD 1* (2022).

²³ Sri Endriyani, Shely Permata Sari, and Aksanonnisa Aksanonnisa, "Analisis Dampak Pandemi Covid-19 Terhadap Psikososial Remaja," *Jurnal Keperawatan Jiwa* 10, no. 2 (2022): 277.

²⁴ Barto Masyah, "Pandemi Covid-19 Terhadap Kesehatan Dan Psikososial," *Jurnal Keperawatan* 2, no. 8 (2020): 353–362.

ketika mengalami masa pertumbuhan dan perkembangan. Dapat dikatakan juga bahwa aspek psikososial merupakan aspek hubungan yang dinamis antara dimensi psikologis/kejiwaan serta sosial ²⁵. Psikososial adalah suatu perubahan dalam kehidupan seseorang baik yang bersifat psikologis ataupun sosial yang memiliki pengaruh timbal balik. Masalah kejiwaan tersebut memiliki pengaruh timbal balik sebagai akibat dari perubahan sosial atau gejala sosial dalam masyarakat yang dapat menghadirkan gangguan dalam diri seseorang. Maka dampak dari psikosis adalah perubahan psikis dan sosial yang terjadi pada seseorang setelah adanya beban atau tekanan maupun peristiwa traumatik.

Gangguan psikososial dapat terjadi kepada siapapun, baik yang pernah memiliki riwayat gangguan mental maupun tidak. Adapun ciri-ciri dari gangguan psikososial ²⁶ ialah cemas, khawatir secara berlebihan, mudah tersinggung, takut, sulit untuk berkonsentrasi, ragu-ragu maupun rendah diri, merasa kecewa, pemarah dan agresif, serta mengalami reaksi fisik seperti jantung berdebar, otot tegang dan sakit kepala. Bahkan dalam masa pandemi covid-19 anak-anak/peserta didik dapat mengalami gangguan psikososial karena sekolah daring/online. Kesehatan mental tidak terjadi dalam waktu yang singkat, melainkan terbentuk melalui beberapa tahapan perkembangan, berawal sejak individu lahir hingga dewasa.

Erikson menjelaskan bahwa terdapat delapan tahapan²⁷ dalam perkembangan psikososial yang membentuk kepribadian. Pertama, Trust vs mistrust (kepercayaan vs kecurigaan) yang terbentuk dari awal kehidupan hingga usia satu tahun lebih. Kedua, Autonomy vs shame and doubt (otonomi vs rasa malu dan keragu-raguan) dalam rentang usia 1-3 tahun. Ketiga, Initiative vs guilt (inisiatif vs perasaan bersalah) dalam rentang usia 4-5 tahun. Pada masa ini peran

²⁵ Ivan Muhammad Agung and Desma Husni, "Pengukuran Konsep Amanah Dalam Pendekatan Kualitatif Dan Kuantitatif," *Jurnal Psikologi* 43, no. 3 (2017): 194.

²⁶ Suyadi Suyadi, "Dampak Pembelajaran Daring Pada Perkembangan Psikososial Anak Saat Pandemi COVID-19," *Jurnal Obsesi : Jurnal Pendidikan Anak Usia Dini* 6, no. 4 (2022): 3078–3090.

²⁷ Henny Ginting and Hary Febriansyah, *Copenhagen Psychosocial Questionnaire (COPSOQ) III* (Jakarta: Kencana, 2020).

orang tua sangat menentukan keberhasilan untuk membentuk kepercayaan, otonomi, dan inisiatif individu. Keempat, Industry vs inferiority (rajin/produktif vs rendah diri) dalam kurun usia 6-12 tahun.

Perkembangan kelima, Identity vs role confusion (identitas diri vs kebingungan identitas) yang berada pada rentang usia 12-18 tahun. Keenam, Intimacy vs isolation (relasi vs menyendiri) usia 18/20-30 tahun. Ketujuh, Generativity vs stagnation (nilai-nilai kebaikan vs stagnasi) usia 20/30-55 tahun, kedelapan, Integrity vs despair (integritas vs keputusasaan) usia 56 tahun ke atas.

Penentu kematangan dalam tahap perkembangan keempat hingga kedelapan akan menjadi lebih kompleks. Peran interaksi terhadap orang tua secara gradual diambil alih oleh interaksi dengan lingkungan lebih luas mulai dari keluarga besar, sekolah, tetangga dan komunitas lainnya. Elemen pokok dalam rangkaian tahapan perkembangan psikososial tersebut adalah identitas diri (ego) yakni kesadaran diri yang dikembangkan melalui interaksi sosial. Interaksi dalam keseharian pada lingkungan sosial seseorang menjadi sumber terciptanya pengalaman serta informasi baru bagi individu tersebut. Tantangan baru yang dihadapi akan membantu individu untuk sukses dan berhasil menuju tahap perkembangan psikososial selanjutnya.

Dampak Learning Loss Terhadap Psikososial Mahasiswa

Adanya wabah corona yang merata hingga ke seluruh penjuru dunia menjadikan alasan ditetapkannya wabah tersebut menjadi sebuah pandemi global oleh WHO yang berdampak kepada seluruh aspek kehidupan tak terkecuali pendidikan. Dalam upaya untuk mencegah penyebaran virus covid-19 setiap peserta didik harus melaksanakan pembelajaran dari rumah. Kebijakan pendidikan di masa pandemi berupa pembelajaran online atau pembelajaran jarak jauh di masa pandemi covid-19. Kondisi ini berpengaruh terhadap kondisi psikologis

maupun sosial kepada peserta didik dari taman pendidikan kanak-kanak hingga perguruan tinggi²⁸.

Meskipun kondisi tersebut sangat diuntungkan dengan berkembangnya Era 4.0 yang mendekatkan seluruh lapisan masyarakat kepada teknologi digital. Sehingga fase perubahan pendidikan dari konvensional menuju daring dapat menjadi lebih mudah. Pembelajaran daring dengan memanfaatkan teknologi digital merupakan solusi dalam kondisi pandemi meskipun dalam prosesnya memiliki kekuatan, tantangan serta hambatan tersendiri. Pembelajaran daring merupakan pembelajaran yang memanfaatkan jaringan internet dengan aksesibilitas, konektifitas, fleksibilitas serta kemampuan menghadirkan berbagai interaksi pembelajaran meski tidak dapat terelakkan tetap membawa dampak positif maupun negative²⁹. Pembelajaran dengan konsep daring diterapkan dengan berbagai cara oleh guru atau pendidik, namun dikarenakan minimnya pengetahuan serta bingungnya orang tua menghadapi pembelajaran daring dinilai tidak maksimal serta menunjukkan masih adanya ketidaksiapan dari berbagai kalangan pendidik dalam beradaptasi di iklim digital atau revolusi industri 4.0³⁰.

Salah satu dampak dari pembelajaran daring ialah learning loss atau hilangnya semangat belajar. Hal ini tentunya dapat berpengaruh kepada sisi psikososial peserta didik. Learning loss dapat berawal dari stress dan kebosanan, stress yang dialami peserta didik di masa pandemi berasal dari adanya transisi dalam kehidupannya, adanya masalah yang dialami diantaranya berupa tugas sekolah, orang tua, lingkungan, dll. Stress sendiri adalah cara tubuh memberi tahu bahwa tuntutan yang kita terima melebihi kemampuan kita untuk mengatasinya. Perubahan lingkungan belajar siswa yang tidak dikondisikan dengan baik akan mengakibatkan stress pada tingkat yang lebih tinggi. Dalam kaitannya dengan tulisan ini stress yang dialami peserta didik merupakan stress yang buruk yang

²⁸ Wahyu Aji Fatma Dewi, "Dampak Covid-19 Terhadap Implementasi Pembelajaran Daring Di Sekolah Dasar," *Jurnal Edukatif: Jurnal Ilmu Pendidikan* 2, no. 1 (2020): 55–61.

²⁹ Uswatun Hasanah, "Gambaran Psikologis Mahasiswa Dalam Proses Pembelajaran Selama Pandemi Covid-19," *Jurnal Keperawatan Jiwa* 8, no. 3 (2020): 299 – 306.

³⁰ Bahru Rozi, "Problematika Pendidikan Islam Di Era Revolusi Industri 4.0.," *Jurnal Pendidikan Islam* 9, No. 1 (2020): 33–47.

mengakibatkan hilangnya minat belajar atau learning loss bersumber dari banyaknya tugas yang diberikan oleh pendidik maupun dosen. Adanya tugas yang diberikan selama pembelajaran menjadi faktor utama yang menyebabkan stresnya mahasiswa selama pandemic Covid-19. Stress negatif ini dapat memunculkan sikap beragam sikap negatif dalam lingkungan sosial seperti kehilangan kepekaan terhadap orang lain, kehilangan pandangan, serta menarik diri dari kehidupan sosial. Stress negatif ini adalah stress yang berakibat pada kemarahan, kecemasan, kebingungan bahkan keputusasaan³¹ yang dapat berakibat pada sifat hakiki seseorang yang mencerminkan sikap serta perilakunya.

Perlu diyakini secara konkret, bahwa learning loss yang merupakan dampak buruk dari adanya pandemic covid-19 dalam sektor pendidikan, adalah satu ancaman besar yang bisa mengakibatkan hilangnya etos kerja peserta didik ataupun semangat dalam mengikuti pembelajaran, baik itu online ataupun offline. Karena suatu permasalahan yang teridentifikasi menyerang sisi psikologis justru lebih rentan atau lebih berpotensi merusak perjalanan tumbuh seseorang. Dalam sebuah penelitian, yang dilakukan UEA atau Uni Emirat Arab menunjukkan bahwa adanya peningkatan perasaan kecemasan dari mahasiswa non-kedokteran selama pembelajaran online diterapkan³².

Selain itu didapati timbulnya perasaan ansietas yang mana merupakan salah satu bentuk respon terhadap stimulus tertentu yang tidak diinginkan hingga dapat terjadi dimanapun dan sulit untuk diobservasi secara langsung akan tetapi dapat diidentifikasi melalui perubahan tingkah laku³³. Perasaan cemas dan ansietas merupakan bentuk dari learning loss, yang mana dari adanya perasaan tersebut akan menimbulkan perasaan lain yang salah satunya adalah hilangnya kontrol diri dan semangat dalam menjalankan aktifitas sehari-hari. Adapun

³¹ Ahmad Faesal Mubarizi, "Dampak Covid-19 Terhadap Kesejahteraan Psikologis (Psychal-Well-Being) Selama Pembelajaran Daring Di Sekolah Dasar Kabupaten Batang," *Abdimas* 24, No. 1 (2020): 1–6.

³²

³³ Daesy Kristiana Lau Et Al., "Gambaran Tingkat Ansietas Dan Mekanisme Koping Pada Mahasiswa Keperawatan Dalam Menghadapi Ujian Praktek Laboratorium," *Jurnal Keperawatan Jiwa* 7, No. 2 (2019): 215–226.

beberapa hal yang mengakibatkan learning loss terjadi, yakni sebagai berikut: tekanan akademis yang diberikan oleh sekolah atau lingkungan sekitar, kendala keuangan, kurangnya tidur, hingga tugas yang terlalu banyak diberikan, adalah factor-faktor yang telah berkontribusi pada masalah psikologis terkait dengan stress dan kecemasan³⁴.

Kondisi pandemi seperti ini, peserta didik disetiap tingkatan pendidikan Indonesia dihadapkan pada situasi yang lebih berpeluang memicu stress. Tekanan dan harapan untuk berprestasi tinggi telah dialami oleh mereka dalam usia manapun, bahkan telah dialami oleh anak-anak Indonesia dengan usia yang amat muda. Sehingga, dengan lebih memerhatikan dampak buruk yang didapatkan dari pembelajaran daring atau pembelajaran jarak jauh, mampu mencegah keruntuhan semangat mencari ilmu yang telah ditumbuhkan, karena dengan begitu cita-cita serta mimpi yang diharapkan dari pendidikan dapat tercapai tanpa meninggalkan jejak generasi zaman yang mengalami penurunan kualitas diri.

KESIMPULAN

Berdasarkan hasil temuan penelitian dapat disimpulkan bahwa ada tiga dampak dari learning loss terhadap psikososial mahasiswa pada aspek pendidikan, sosial dan psikologi. Saat pandemi dalam proses pendidikan mahasiswa mengalami adaptasi pembelajaran yang disesuaikan secara online. Disamping itu juga penyesuaian waktu belajar yang dikurangi sehingga materi juga berkurang. Munculnya rasa bosan dan malas dalam belajar karena sistem yang monoton apalagi guru juga harus adaptasi dengan strategi pembelajarannya. Aspek sosial dan psikologi menjadikan mahasiswa kurang berinteraksi karena tidak dapat bertatap muka langsung. disamping itu juga minat belajar menjadi berkurang dan cenderung introvert atau tertutup.

Pasca pandemi juga kondisi ini masih ada meskipun sudah berangsur membaik. Hal ini karena sekolah sudah mulai menggunakan model pembelajaran

³⁴ Eva Latipah, Hanif Cahyo Adi Kistoro, and Farah Dina Insani, "Academic Procrastination of High School Students During the Covid-19 Pandemic : Review from Self-Regulated Learning and the Intensity of Social Media," *Dinamika Ilmu* 21, no. 2 (2021): 293–308.

blended learning. Beberapa universitas masih belum melaksanakan pembelajaran secara penuh baik dari sisi keamanan melalui protokol kesehatan atau dari durasi waktu pembelajarannya. Secara psikis mahasiswa masih terbawa suasana online sehingga ketika mulai pembelajaran tatap muka mereka membutuhkan adaptasi waktu penyesuaian.

DAFTAR PUSTAKA

- Agung, Ivan Muhammad, and Desma Husni. "Pengukuran Konsep Amanah Dalam Pendekatan Kualitatif Dan Kuantitatif." *Jurnal Psikologi* 43, no. 3 (2017): 194.
- Agustina, Merry. "Pemanfaatan E-Learning Sebagai Media Pembelajaran." *Seminar Nasional Aplikasi Teknologi Informasi (SNATI)*, no. 12 (2013): 8–12.
- Dewi, Wahyu Aji Fatma. "Dampak Covid-19 Terhadap Implementasi Pembelajaran Daring Di Sekolah Dasar." *Jurnal Edukatif: Jurnal Ilmu Pendidikan* 2, no. 1 (2020): 55–61.
- Donnelly, Robin, and Harry Anthony Patrinos. "Learning Loss during Covid-19: An Early Systematic Review." *Prospects* 51, no. 4 (2021): 601–609.
- Dorn, Emma, Bryan Hancock, Jimmy Sarakatsannis, and Ellen Viruleg. "COVID-19 and Learning Loss-Disparities Grow and Students Need Help." *Mckinsey & Company*, no. December (2020): 1–2.
- Endriyani, Sri, Shely Permata Sari, and Aksanonnisa Aksanonnisa. "Analisis Dampak Pandemi Covid-19 Terhadap Psikososial Remaja." *Jurnal Keperawatan Jiwa* 10, no. 2 (2022): 277.
- Ginting, Henny, and Hary Febriansyah. *Copenhagen Psychosocial Quetsionnaire (COPSOQ) III*. Jakarta: Kencana, 2020.
- Gusman, Burhanudin Ata, Hanif Cahyo Adi Kistoro, and Sutipyo Ru'iya. "Strategy of Islamic Religious Education Teachers in Cultivating Islamic Character During the Covid-19 Pandemic." *Al Qalam* 38, no. 2 (2021): 209–224.
- Hakim, Thursan. *Belajar Secara Efektif*. Jakarta: Puspa Swara, 2011.
- Hasan, M., Romiko, and Efraliza. "Pengaruh Status Kerja Terhdap Tingkat Stress

- Belajar Mahasiswa Semester VIII.” *The Indonesian Journal of Health Science* Volum 12, no. 2 (2020): 158–168.
- Hasanah, Uswatun. “Gambaran Psikologis Mahasiswa Dalam Proses Pembelajaran Selama Pandemi Covid-19.” *Jurnal Keperawatan Jiwa* 8, no. 3 (2020): 299 – 306.
- Hopid, Abdul, and Hanif Cahyo Adi Kistoro. “The Existence of Islamic Education in Pandemic (Case Study on Communities Not Having Online Learning Facilities).” *Fikroh: Jurnal Pemikiran dan Pendidikan Islam* 15, no. 2 (2022): 153–170.
- Ismail, Fitria, M.Pd Dra. Samsiar Rival, S.Pd, and M.Pd Dra. Martianty Nalole. “Deskripsi Penerapan Model Pembelajaran Kooperatif Tipe Stad Dalam Pembelajaran Matematika Di Kelas V SDN 6 Bulango Selatan Kabupaten Bone Bolango.” *Jurnal Penelitian Kualitatif* (2013): 1–13.
- Kesuma, Ameliasari Tauresia, Harun, Himawan Putranta, Jefri Mailool, and Hanif Cahyo Adi Kistoro. “The Effects of MANSA Historical Board Game toward the Students’ Creativity and Learning Outcomes on Historical Subjects.” *European Journal of Educational Research* 9, no. 4 (2020): 1689–1700.
- Latipah, Eva. *Psikologi Pendidikan*. Edited by Hanif Cahyo Adi Kistoro. Pustaka Pelajar, 2021.
- Latipah, Eva, Hanif Cahyo Adi Kistoro, Fitria Fauziah Hasanah, and Himawan Putranta. “Elaborating Motive and Psychological Impact of Sharenting in Millennial Parents.” *Universal Journal of Educational Research* 8, no. 10 (2020): 4807–4817.
- Latipah, Eva, Hanif Cahyo Adi Kistoro, and Farah Dina Insani. “Academic Procrastination of High School Students During the Covid-19 Pandemic : Review from Self-Regulated Learning and the Intensity of Social Media.” *Dinamika Ilmu* 21, no. 2 (2021): 293–308.
- Lau, Daesy Kristiana, Venti Agustina, Heri Setiawan, Program Studi, Ilmu Keperawatan, Universitas Kristesn, and Satya Wacana. “GAMBARAN TINGKAT ANSIETAS DAN MEKANISME KOPING PADA MAHASISWA KEPERAWATAN DALAM MENGHADAPI UJIAN PRAKTEK LABORATORIUM.” *Jurnal Keperawatan Jiwa* 7, no. 2 (2019): 215–226.
- Al Lily, Abdulrahman Essa, Abdelrahim Fathy Ismail, Fathi Mohammed

- Abunasser, and Rafdan Hassan Alhajhoj Alqahtani. "Distance Education as a Response to Pandemics: Coronavirus and Arab Culture." *Technology in Society* 63, no. April (2020): 101317.
- Makki, M. Ismail, and Aflahah. *Konsep Dasar Belajar Dan Pembelajaran*. Pamekasan: Duta Media Publishing, n.d.
- Masduki, Yusron, Mohd Fauzi Abu-Hussin, Hanif Cahyo Adi Kistoro, Parjiman, and Ahmad Zainuri. "The Impact of the COVID-19 Pandemic on Student Learning Motivation." *CONCIENCIA: Journal of Islamic Education* 21, no. 2 (2021): 39–51.
- Masyah, Barto. "Pandemi Covid-19 Terhadap Kesehatan Dan Psikososial." *Jurnal Keperawatan* 2, no. 8 (2020): 353–362.
- Miles, Mathew B, and A. Michael Huberman. *Qualitative Data Analysis*. London: Sage, 1994.
- Mubarizi, Ahmad Faesal. "Dampak Covid-19 Terhadap Kesejahteraan Psikologis (Pysical-Well-Being) Selama Pembelajaran Daring Di Sekolah Dasar Kabupaten Batang." *Abdimas* 24, no. 1 (2020): 1–6.
- Negara, Dwipa Satria. "Analisis Dampak Pasca Covid19 Terhadap Perubahan Psikososial Siswa Di Tengah Kebijakan Transisi Pendidikan." *Seminar Nasional Psikologi UAD* 1 (2022).
- Rahman, Fawait Syaiful, and Yatno Isworo. "Implementation of Gotong Royong Value in Increasing National Resilience during The New Normal Order." *AT-TURAS: Jurnal Studi Keislaman* 8, no. 2 (2021): 156–180.
- Ratunuman, Raldy A., Lydia E. V. David, and Hendri Opod. "Dampak Psikologis Pandemi COVID-19 Pada Mahasiswa." *Jurnal Biomedik (Jbm)* 13, no. 2 (2021): 227.
- Rozi, Bahru. "Problematika Pendidikan Islam Di Era Revolusi Industri 4.0." *Jurnal Pendidikan Islam* 9, no. 1 (2020): 33–47.
- Sadiman, AM. *Interaksi & Motivasi Belajar Mengajar*. Jakarta: PT Rajagrafindo Persada, 2000.
- Setiawan, Andi. *Belajar Dan Pembelajaran*. Ponorogo: Uwais Inspirasi Indonesia, 2017.
- Suyadi, Suyadi. "Dampak Pembelajaran Daring Pada Perkembangan Psikososial

Anak Saat Pandemi COVID-19.” *Jurnal Obsesi : Jurnal Pendidikan Anak Usia Dini* 6, no. 4 (2022): 3078–3090.

Thompson, Ross A. “Stress and Child Development.” *Future of Children* 24, no. 1 (2014): 41–59.

Yanti, Ni Komang, and Dedent Eka Bimmaharyanto. “Dampak Pandemi Covid-19 Pada Kesehatan Psikologis Mahasiswa Dalam Proses Pembelajaran.” *Health Care Media* 5, no. 1 (2021): 39–46.