

BAB 1

PENDAHULUAN

1.1. Latar Belakang

World Health Organization (WHO) mengukuhkan *Corona Virus Disease* (COVID-19) sebagai pandemi pada tanggal 11 Maret 2021 (Kementerian Kesehatan RI, 2020). Usaha untuk menekan angka penyebaran COVID-19 di Indonesia yang merangkak naik, pemerintah Indonesia memutuskan untuk menerapkan sistem *social distancing* serta kebijakan Pembatasan Sosial Berskala Besar (PSBB) seperti memberlakukan sistem belajar jarak jauh melalui sistem daring mulai dari tingkat dasar hingga perguruan tinggi (Deliviana et al., 2020). Berlakunya sistem belajar jarak jauh selama masa pandemi dari rumah memicu suatu permasalahan baru, yaitu peningkatan stres pada peserta didik, terutama pada mahasiswa. Terjadinya peningkatan stres pada mahasiswa tersebut menyebabkan perubahan sikap dan perilaku yang dialami, terutama pada perubahan emosi yang dirasakan. Berdasarkan hasil survei tentang kesehatan mental selama masa pandemi yang dilakukan oleh Perhimpunan Dokter Spesialis Kedokteran Jiwa Indonesia (PDSKJI) menunjukkan bahwa sebesar 64.8% masyarakat mengalami masalah psikologi dengan golongan usia terbanyak pada 17-29 tahun dan diatas 60 tahun. Adapun perbandingan rasionya yaitu 61.4% mengalami depresi, 64.8% mengalami cemas, serta 74.8% mengalami trauma (Infografik Masalah Psikologis Terkait Pandemi COVID-19 di Indonesia, 2020).

Dalam dunia psikologi, terdapat salah satu tes kepribadian yang digunakan sebagai pengukur kesehatan mental pada seseorang. Tes kepribadian tersebut menggunakan sebuah alat ukur yang disebut DASS 42 yang terdiri dari 42 pernyataan untuk tiga skala yaitu depresi, kecemasan dan stres. Hasil dari tes kepribadian ini akan memberikan informasi mengenai tingkat dari masing-masing skala yang dialami, sehingga dapat dimanfaatkan untuk membantu dalam pengendalian tingkat kesehatan mental terutama stres dari seseorang (Damanik, 2006).

Pemanfaatan teknologi informasi dalam membuat sistem dapat membantu mahasiswa lebih mudah untuk mengukur tingkat stres yang

sedang dialami. Penggunaan teknologi di era ini dapat digunakan dalam mengukur tingkat stres secara efisien. Berdasarkan penelitian yang dilakukan oleh Syafitri 2019 menunjukkan bahwa web responsif bernama bernama WARAS dapat membantu pengguna untuk lebih peduli terhadap kesehatan mental yang mungkin sedang mereka alami dan dengan cepat menentukan kondisi kesehatan mental mereka. Berdasarkan penelitian ini, penulis memutuskan untuk merancang sistem pengukuran tingkat stres pada data mahasiswa pada masa pandemi dengan menggunakan paramater stres dari alat ukur DASS 42 untuk memudahkan mahasiswa dalam mempelajari tingkat stres yang sedang dialami serta mendapatkan informasi untuk mengatasi tingkat stres tersebut dengan memanfaatkan kemajuan teknologi pada saat ini.

1.2. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang diatas, masalah yang ditemukan adalah bagaimana merancang sistem dengan menerapkan alat ukur DASS 42 paramater stres untuk mengukur tingkat stres pada data mahasiswa?

1.3. Tujuan Penelitian

Tujuan dari penelitian adalah sebagai berikut.

1. Merancang sistem informasi pengukuran tingkat stres pada data mahasiswa FIK UPN “Veteran Jakarta” berbasis website dengan alat ukur DASS 42 paramater stres.
2. Menghasilkan sistem informasi pengukuran tingkat stres sebagai alat untuk mengukur tingkat stres dini pada mahasiswa untuk membantu dalam kepedulian terhadap kesehatan mental yang dialami pada diri sendiri.

1.4. Luaran yang Diharapkan

Luaran yang diharapkan dari penulisan tugas akhir ini yaitu terciptanya sistem pengukuran tingkat stres untuk mahasiswa berbasis website yang dapat menampilkan nilai hasil serta saran atau solusi yang dapat dilakukan untuk mengatasi tiap-tiap tingkat stres yang dialami.

1.5. Manfaat Penelitian

1. Diharapkan bisa menjadi sebagai salah satu referensi informasi untuk penelitian selanjutnya.
2. Diharapkan bisa menjadi sumber tambahan wawasan mengenai perancangan sistem untuk mengukur tingkat stres pada mahasiswa selama masa pandemi.

1.6. Ruang Lingkup

Luaran berupa aplikasi *StressLevel* yang bertujuan untuk memberikan informasi mengenai tingkat stres yang dialami oleh mahasiswa selama masa pandemi dengan menggunakan DASS42 sebagai paramater dalam pengukurannya.