

BAB II

LANDASAN TEORI

A. Variabel Penelitian

1. Pembelajaran *Online*

1) Pengertian pembelajaran

Dalam penerapan social distancing ini yang mengharuskan segala macam bentuk kegiatan dilakukan di dalam rumah, tak lain dengan proses belajar mengajar di tingkat perkuliahan.

Dampak yang terjadi akibat hal ini adalah mahasiswa tidak dapat melaksanakan perkuliahan dengan tatap muka. Semua perguruan tinggi diminta untuk menerapkan teknologi pembelajaran berbasis *online*. Perkuliahan *online* bertujuan untuk dapat memberi kesempatan kepada mahasiswa bahkan seluruh masyarakat Indonesia dapat melaksanakan proses pembelajaran dari mana saja. Selama pembelajaran via *online* dalam waktu yang cukup lama pasti memberikan dampak atau perubahan yang terjadi pada mahasiswa.

2) Pengertian pembelajaran *online*

Dengan adanya pandemi Covid-19 ini yang mengharuskan seluruh pendidikan yang ada di Indonesia untuk melaksanakan pendidikan dengan sistem pembelajaran *online*. Menurut (Sanjaya, 2020), yang dimaksud dengan pembelajaran *online* adalah suatu metode pembelajaran yang berlangsung dengan memanfaatkan jaringan untuk membaca, menulis, dan

berkomunikasi yang dapat dilaksanakan di tempat yang berbeda namun pada waktu yang sama melalui berbagai media elektronik dan berbagai aplikasi seperti komputer, *smartphone*, video, audio, dan lain sebagainya.

Pembelajaran *online* merupakan pembelajaran yang dilaksanakan menggunakan media elektronik, terkhusus media yang digunakan untuk komunikasi dan penyaluran informasi (Choirunissa, 2016).

3) Kelebihan Pembelajaran *Online*

Menurut Ridwan Sanjaya (2020), pembelajaran *online* memiliki beberapa kelebihan, diantaranya yaitu:

- 1.3.1.1 Sebagai sarana untuk meningkatkan kemampuan profesionalitas yang dimiliki oleh seorang pengajar,
- 1.3.1.2 Materi yang disampaikan melalui media pembelajaran secara *online* dapat diputar atau diulang kembali pada waktu yang diinginkan oleh mahasiswa,
- 1.3.1.3 Selama pembelajaran *online* antara mahasiswa maupun pengajar dapat melaksanakan pembelajaran dimanapun mereka berada namun ditempat yang berbeda,
- 1.3.1.4 Pembelajaran *online* dapat lebih meningkatkan jalan untuk mahasiswa belajar dan menambah wawasan
- 1.3.1.5 Pembelajaran *online* juga dapat dijadikan sarana untuk meningkatkan kemampuan mahasiswa dan pendidik dalam

mengoperasikan teknologi informasi untuk membantu proses berjalannya pembelajaran *online*.

4) Kelemahan Pembelajaran *Online*

Selain kelebihan pembelajaran *online* juga memiliki kelemahan. Kelemahan pembelajaran *online* menurut (Simanihuruk, 2019) diantaranya adalah:

1.4.1.1 Interaksi tatap muka pendidik dan peserta didik, dan peserta didik dengan peserta didik berkurang,

1.4.1.2 Proses pembelajaran lebih banyak mengedepankan pelatihan bukan lagi pendidikan,

1.4.1.3 Seorang pendidik diharuskan untuk menguasai media masa berbasis TIK sebagai saran pembelajaran *online*,

1.4.1.4 Fasilitas internet yang tidak merata disetiap daerah,

1.4.1.5 Sumber daya manusia yang dapat menjalankan komputer masih minim,

1.4.1.6 Terdapat perbedaan dalam menafsirkan informasi yang dididapatkan,

1.4.1.7 Sulitnya dalam mengakses gambar maupun video karena sarana dan prasarana yang kurang mendukung,

2. Hasil Belajar

1) Pengertian hasil belajar

Belajar merupakan suatu proses yang dialami oleh seseorang berdasarkan latihan atau pengalaman yang dimiliki oleh seseorang yang dapat menyebabkan perubahan pada diri dan

cara manusia bereaksi terhadap suatu rangsangan tertentu (Sagala, 2005). Belajar merupakan suatu proses perubahan yang terjadi pada diri seseorang dari yang tidak tahu menjadi tahu, dari yang tidak bisa menjadi bisa agar menjadi manusia yang lebih baik lagi.

Belajar matematika memang sudah tidak asing lagi dikalangan mahasiswa, setiap program studi pasti terselipkan mata kuliah yang berhubungan dengan matematika. Oleh karena itu, belajar matematika merupakan proses dalam memahami konsep matematika yang diawali dengan hal-hal yang tingkatannya lebih mudah hingga menuju ke hal yang tingkatannya lebih sulit, tujuannya adalah agar mahasiswa lebih mudah untuk memahami konsep yang akan disampaikan.

Hasil belajar merupakan suatu kemampuan yang dimiliki oleh mahasiswa setelah mengalami proses belajar pada sebelumnya (Sudjana, 2005). Ketika mahasiswa telah melewati proses belajar, mahasiswa akan memahami dan mengetahui apa yang sudah dipelajari berdasarkan latihan maupun pengalaman. Jadi pengetahuan atau wawasan yang didapatkan setelah proses belajar inilah yang disebut dengan hasil belajar. Setelah mendapatkan hasil belajar kemudian akan diberikan suatu upaya evaluasi belajar. Evaluasi hasil belajar adalah suatu proses yang dilakukan dalam menentukan nilai belajar mahasiswa melalui

penilaian atau asesmen pembelajaran terhadap hasil belajar mahasiswa (Dimiyati, 2006).

Dari pengertian di atas, dapat disimpulkan bahwa hasil belajar matematika merupakan suatu hasil akhir yang diperoleh mahasiswa setelah mengalami suatu proses belajar matematika yang dapat dilihat melalui penilaian yang berupa huruf, simbol, maupun suatu angka, dengan adanya nilai dapat digunakan sebagai tolak ukur berhasil atau tidaknya mahasiswa dalam memahami materi matematika selama pembelajaran secara daring.

3. faktor yang mempengaruhi hasil belajar

Hasil belajar seseorang dipengaruhi oleh beberapa faktor. Dibawah ini merupakan faktor-faktor yang mempengaruhi hasil belajar menurut beberapa ahli. Faktor-faktor yang mempengaruhi hasil belajar dibagi menjadi 2 diantaranya adalah faktor *internal* dan faktor *eksternal* (Anni, 2004).

- 1) Faktor *internal*, merupakan faktor yang dibagi menjadi 3 aspek yaitu aspek fisik, aspek psikis, dan aspek sosial. Aspek fisik misalnya aspek yang berhubungan dengan kesehatan organ tubuh. Aspek psikis seperti intelektual, motivasi, emosional. Sedangkan yang termasuk dalam aspek sosial misalnya adalah kemampuan seseorang untuk bersosialisasi kepada lingkungan sekitar.

- 2) Faktor *eksternal*, hal-hal yang mencakup faktor eksternal diantaranya adalah tempat belajar, suasana lingkungan, tingkat kesulitan materi, budaya belajar masyarakat, dan lain sebagainya.

Sedangkan faktor-faktor yang mempengaruhi hasil belajar menurut (Purwanto, 2004) adalah sebagai berikut:

- 1) Faktor dalam, yang terdiri dari dua aspek yakni fisiologis dan psikologis. Fisiologis seperti halnya kondisi fisik, serta panca indera, dan psikologis seperti bakat, tingkat kecerdasan, minat, kemampuan kognitif dan motivasi.
- 2) Faktor luar, yang berhubungan dengan guru, sarana dan prasarana sekolah, dan kurikulum sekolah yang bersangkutan.

Dari beberapa teori belajar diatas maka dapat disimpulkan bahwa faktor-faktor yang mempengaruhi hasil belajar terdiri dari dua faktor yakni faktor *internal* dan faktor *eksternal*. Faktor internal merupakan faktor yang berasal dari diri mahasiswa sendiri. Sedangkan faktor *eksternal* merupakan faktor yang berasal dari luar diri mahasiswa.

Hasil belajar mahasiswa bidang akademik dapat dilihat berdasarkan indeks prestasi (IP) yang sudah dicapai (Hasanah dkk., 2019). Hasil belajar dari kegiatan belajar selama pembelajaran di perguruan tinggi yang memiliki kognitif adalah

pengertian dari indeks prestasi menurut Hadi (2012) dalam (Hasanah dkk., 2019).

4. Kecemasan

4.1 Pengertian kecemasan

“*anxiety*” merupakan kecemasan yang berasal dari bahasa latin yaitu “*angustus*” yang berarti kaku, sedangkan “*angoana*” yang berarti mencekik. Kondisi emosional tidak menyenangkan yang memiliki ciri-ciri perasaan yang tegang, perasaan ketakutan dan rasa kekhawatiran, serta pengaktifan sistem saraf pusat merupakan pengertian dari kecemasan. Penekanan ego dan pengambilan tindakan defensi kepada tekanan yang berasal dari dalam merupakan suatu sinyal adanya kecemasan (Dwi Rachmawati Hartono, 2012).

Kecemasan adalah bentuk dari berbagai perasaan-perasaan yang kurang menyenangkan seperti perasaan gelisah dan perasaan khawatir. Dalam situasi tertentu yang tidak menyenangkan inilah kecemasan dapat muncul pada individu.

4.2 Faktor Penyebab Kecemasan

Kecemasan yang terjadi dalam diri seseorang sering kali timbul akibat dari sesuatu hal yang sedang dialami. Kecemasan sering kali muncul akibat dari peristiwa yang sedang dialami atau situasi tertentu yang sedang terjadi. Menurut Savitri Ramaiah dalam (Nasrulloh dkk., 2020), faktor yang menjadi penyebab timbulnya kecemasan adalah sebagai berikut:

4.2.1 Faktor lingkungan

Faktor lingkungan atau daerah sekitar tempat tinggal yang dapat memengaruhi cara berfikir seseorang akan dirinya sendiri maupun orang lain. karena adanya pengalaman yang kurang menyenangkan yang membekas di dalam diri seseorang dengan keluarga, teman, maupun rekan bekerja. Hal inilah yang dapat menyebabkan seseorang merasa tidak nyaman terdapat lingkungan dimana seseorang berada.

4.2.2 Faktor Emosi yang ditekan

Emosi yang terlalu ditekan oleh seseorang juga dapat menjadi faktor penyebab timbulnya kecemasan. Faktor ini dapat terjadi ketika seseorang tidak dapat menemukan solusi untuk perasaannya sendiri sehingga seseorang akan menekan rasa frustrasi atau bahkan marah dalam kurun waktu yang cukup lama.

4.2.3 Faktor fisik

Tubuh dan pikiran seseorang adalah dua hal yang tidak bisa dipisahkan dan saling berinteraksi yang dapat menyebabkan tumbuhnya kecemasan. Misalkan ketika seseorang sedang hamil, kondisi fisik ketika remaja, sewaktu pulih dari penyakit, dan kondisi fisik lainnya yang tidak sama dengan seseorang pada semestinya, hal inilah yang dapat menyebabkan timbulnya kecemasan.

Selain beberapa faktor yang dipaparkan di atas, terdapat beberapa ahli yang menyebutkan faktor penyebab adanya kecemasan. Diantaranya adalah menurut Page dalam (Nasrulloh dkk., 2020), faktor yang menyebabkan timbulnya kecemasan yaitu:

1. Faktor fisik

Faktor fisik sangat mudah untuk menimbulkan kecemasan pada seseorang. Dengan adanya kelemahan fisik yang dimiliki oleh seseorang dapat melemahkan kondisi mental seseorang. Hal ini yang dapat memicu munculnya kecemasan.

2. Trauma atau konflik

Konflik mental atau pengalaman-pengalaman emosional yang terjadi pada seseorang dapat menyebabkan mudahnya timbul kecemasan pada seseorang.

3. Lingkungan awal yang tidak baik

Yang menjadi faktor utama dalam munculnya kecemasan adalah faktor lingkungan. Jika lingkungan kurnag baik maka dapat menjadi penghalang dalam pembentukan kepribadian sehingga dapat timbul gejala-gejala kecemasan.

4.3 Faktor Penyebab Kecemasan Ketika Pandemi Covid-19

Penyebaran Covid-19 dapat menimbulkan kecemasan bagi seseorang. Hal ini dikarenakan di saat ini banyak muncul hal-hal baru yang tidak pernah terpikirkan oleh seseorang yang dapat menimbulkan adanya kecemasan tersendiri. Masalah ini muncul karena terjadi perubahan sistem dengan tiba-tiba yang diakibatkan oleh meluasnya

virus Corona diseluruh daerah di Indonesia, sehingga dengan adanya hal ini seseorang harus menyesuaikan diri secara mendadak terhadap perubahan yang terjadi. Menurut Dijemi dalam (Mellu, 2020) kecemasan yang dimaksud adalah akibat dari:

4.3.1 Isolasi sosial, minimnya interaksi dan gerakan fisik

Emosi yang dapat menguasai pikiran, perilaku, bahkan perasaan sehingga seseorang akan merasakan ketidakmampuan dalam melaksanakan fungsi dalam keseharian bahkan merasakan penderitaan, hal ini dapat menjadi tanda munculnya gangguan mental.

4.3.2 Faktor psikologi

Penyebab adanya kecemasan ketika pandemi diantaranya adalah faktor psikologis. Faktor ini sangat berpengaruh terhadap timbulnya kecemasan pada seseorang. Gaya berpikir seseorang, kemampuan dalam beradaptasi, pola stresor yang berubah-ubah serta cara menghadapinya, dan juga faktor sosial diantaranya adalah sistem pendukung dari orang-orang yang berada di sekitar lingkungan seseorang.

4.4 Gejala kecemasan

Beberapa ahli telah menjelaskan bahwa kecemasan akan mengakibatkan suatu gangguan. Adapun gejala-gejala yang disebutkan sebagai pertanda adanya kecemasan adalah (Hawarti, 2006):

1. Cenderung merasa bimbang, tidak tenang, cemas, bahkan merasa khawatir,
2. Melihat masa depan dengan perasaan yang khawatir,
3. Merasa gugup, bahkan tidak memiliki rasa percaya diri,
4. Sering mengeluh apa yang sedang terjadi kepada orang lain,
5. Mudah merasa teringgung dan selalu membesar-besarkan masalah yang kecil,
6. Sering merasa bimbang ketika akan mengambil suatu keputusan,
7. Ketika diliputi dengan rasa emosi sering kali bertindak histeris,
8. Ketika menyampaikan pendapat atau bertanya sesuatu sering kali mengulang-ulang pengucapannya,
9. Tidak mudah untuk mengalah,
10. Sering menyalahkan orang lain atau tidak mau mengalah,
11. Sering merasa gelisah, atau tidak tenang.

4.5 Aspek-Aspek kecemasan

Aspek aspek kecemasan yang dipaparkan oleh Syah (2011) dibagi menjadi tiga aspek, diantaranya adalah sebagai berikut:

1. **Aspek fisik** : yang terdiri dari kepala yang terasa berat, keluar keringat dingin, jantung yang berdebar lebih cepat, menimbulkan sering buang air kecil atau besar dan lain sebagainya,
2. **Aspek emosional** : yaitu seperti munculnya perasaan ragu-ragu, muncul rasa khawatir, dan munculnya rasa takut.

3. Aspek kognitif atau mental : yang terdiri dari gangguan terhadap perhatian dan memori, rasa khawatir, ketidakteraturan dalam berpikir, dan timbul rasa bingung.

Sedangkan menurut para ahli yang lain yaitu Calhoun dan Acocella (1995) dalam (toby, 2018), aspek-aspek kecemasan dibagi menjadi 3 reaksi, yaitu sebagai berikut:

- 1. Reaksi emosional** : reaksi emosional ini merupakan reaksi kecemasan yang berkaitan dengan persepsi seseorang, oleh karena itu reaksi ini akan memengaruhi psikologis seseorang. Contohnya adalah ketegangan, perasaan sedih, perasaan prihatin, dan melakukan celaan terhadap diri sendiri ataupun orang lain.
- 2. Reaksi kognitif** : komponen kecemasan yang berkaitan dengan kemampuan berpikir dengan jernih seseorang dalam menyelesaikan sebuah permasalahan hal ini disebut dengan reaksi kognitif. Reaksi ini mampu menumbuhkan perasaan khawatir dan ketakutan pada seseorang.
- 3. Reaksi fisiologis** : reaksi fisiologis yang berkaitan dengan reaksi tubuh seseorang terhadap sumber kecemasan. Reaksi fisiologis berhubungan dengan sistem syaraf yang dapat mengendalikan kelenjar dan otot sehingga menimbulkan reaksi yang lain seperti, detak jantung yang berdetak lebih cepat, dan nafas bergerak lebih cepat dibandingkan biasanya sehingga tekanan darah dapat meningkat.

4.6 Tingkat Kecemasan

Kecemasan dibagi menjadi beberapa kecemasan, tingkatan tersebut meliputi (Gail W, 2006):

1. Kecemasan ringan

Kecemasan ini menyebabkan seseorang menjadi waspada. Pada kecemasan ini dapat menimbulkan motivasi belajar dan menghasilkan kreativitas.

2. Kecemasan sedang

Pada tingkat ini memungkinkan seseorang untuk fokus pada sesuatu hal yang penting. Kecemasan ini mempersempit lapang persepsi seseorang. Oleh karena itu, seseorang mengalami tidak memiliki perhatian yang penuh namun tetap dapat fokus pada lebih banyak area jika diarahkan untuk melakukannya.

3. Kecemasan berat

Kecemasan berat mulai banyak mengurangi lapang persepsi seseorang. Seseorang akan cenderung fokus pada sesuatu yang lebih spesifik dan tidak berpikir tentang hal yang lainnya. Semua perilaku ditujukan untuk mengurangi ketegangan. Seseorang yang mengalami kecemasan berat perlu banyak arahan untuk dapat fokus pada area lain.

4. Tingkat panik

Tingkat panik ini sangat berhubungan dengan ketakutan, teror dan terpengaruh. Seseorang yang mengalami panik tidak mampu melakukan sesuatu walaupun disertai dengan arahan. Panik

menimbulkan turunnya kemampuan untuk berhubungan dengan orang lain, peningkatan pada aktivitas motorik, persepsi yang menyimpang, dan kehilangan pemikiran yang rasional.

B. Kerangka Teoritis

