

BAB II TINJAUAN PUSTAKA

2.1 Kajian Teori

2.1.1 Technostress

2.1.1.1 Pengertian *Technostress*

Istilah *technostress* pertama kali diperkenalkan pada tahun 1984 oleh seorang psikolog klinis bernama Craig Brod dalam Suryanto & Sasi (2018:214) yang mendefinisikan *technostress* sebagai:

“technostress is a modern disease of adaptation caused by an inability to cope with the new computer technologiest in a healthy manner. If manifest it self in two distinct but related ways: in the struggle to accept computer technology and in the more specialized form of over-identification with computer technology”

Brod beranggapan bahwa *technostress* merupakan suatu bentuk gangguan atau penyakit yang disebabkan karena ketidakmampuan menggunakan teknologi baru komputer dengan cara yang tepat yang dapat berupa dua hal yang berbeda namun saling berkaitan, yaitu: Pertama berupa suatu bentuk usaha untuk dapat menerima teknologi komputer serta yang kedua yaitu identifikasi yang berlebihan (pemanfaatan yang berlebihan) terhadap teknologi komputer.

Berbeda dengan pendapat Broad tersebut, Clark & Kalin dalam Suryanto & Sasi (2017:214) mengatakan bahwa, *“the real definition of technostress is resistance to change”*. Clark & Kalin mengatakan bahwa *“technology is not the culprit because computer and technologies are just tools and stress is a natural reaction”*. Dengan kata lain bahwa teknologi bukan merupakan pelaku/penyebab stres, karena komputer dan teknologi hanyalah merupakan suatu alat bantu sedangkan stres merupakan suatu bentuk reaksi alamiah. Selanjutnya Clark & Kalin menyarankan agar seseorang dapat mengelola *technostress* dengan cara mengelola perubahannya bukan pada teknis teknologinya.

Menurut Larry Rosen and Michelle M.Weil dalam Chiappetta (2017:2) *“technostress* memiliki gejala yang lebih luas seperti menunjukkan dampak negatif dalam sikap, pola pikir, perilaku atau psikologi yang disebabkan secara langsung maupun tidak langsung dari penggunaan teknologi”. Sementara menurut Weil & Rosen dalam Suryanto & Sasi (2017:215) mengatakan bahwa

“*technostress* dapat menyebabkan kecemasan dan pengaruh negatif pada pikiran, perilaku, tingkah laku dan tubuh seorang mahasiswa”. Pemanfaatan berbagai jenis teknologi baru di dunia perkuliahan dapat menimbulkan tekanan terhadap mahasiswa yang diakibatkan karena penggunaan suatu sistem yang terintegrasi computer, CD-ROM dan berbagai *database*, penggunaan internet serta perubahan teknologi yang berlangsung secara cepat.

Berdasarkan beberapa pendapat mengenai pengertian *technostress* di atas maka dapat dikatakan bahwa *technostress* merupakan suatu kondisi individu tidak mampu beradaptasi terhadap perubahan teknologi atau suatu kondisi individu ketergantungan terhadap teknologi yang mengakibatkan ketidaknyamanan baik secara fisik maupun psikis. Sebagai suatu bentuk stres, maka respon *technostress* pada satu individu dengan individu yang lain akan berbeda-beda tergantung pada kemampuan seseorang individu untuk beradaptasi.

2.1.1.2 Faktor Pemicu *Technostress*

Adapun faktor-faktor yang menjadi penyebab *technostress* menurut Tarafdar dalam Tama Aulia (2020:15) terdapat lima faktor yakni:

- a. *Techno-overload*: Kondisi yang timbul ketika individu menggunakan teknologi merasa terpaksa atau di bawah tekanan melebihi kemampuan produktivitas atau kegiatannya yang sudah ditetapkan. Pada situasi dan kondisi tertentu terpaksa harus bekerja dengan lebih cepat dan lebih lama sehingga menyebabkan individu mengalami gangguan kesehatan baik secara fisik maupun psikis.
- b. *Techno-invasion*: Suatu kondisi pada individu saat menggunakan teknologi bisa dihubungi kapan saja secara terus menerus sehingga menyebabkan perubahan antara kepentingan yang terkait dengan pekerjaan maupun dalam konteks pribadi.
- c. *Techno-complexity* : Faktor yang timbul dari situasi pengguna teknologi sulit untuk mengikuti perubahan pada perkembangan teknologi. Pengguna merasa kemampuan atau *skill* yang dimiliki tidak memenuhi kualifikasi disebabkan kecanggihan dan kerumitan teknologi baru yang terus hadir dan berkembang. Pengguna terpaksa meluangkan waktu dan belajar memahami aspek-aspek yang berkaitan dengan penggunaan teknologi.
- d. *Techno-insecurity* : Faktor yang timbul dari situasi pengguna teknologi menganggap bahwa kecanggihan teknologi akan menggantikan pekerjaan manusia. Individu akan kehilangan percaya diri terhadap perkembangan teknologi dan individu lain yang memiliki kemampuan lebih baik dalam mengoperasikan dan memahami aspek-aspek teknologi.
- e. *Techno-uncertainly* : Merupakan faktor yang tercipta ketika pengguna teknologi ada rasa ketidakpastian dan kecemasan dalam dirinya terhadap

perkembangan teknologi yang berubah secara terus menerus dan semakin canggih. Ketidakmampuan menyesuaikan kecanggihan teknologi sulit mengikuti perkembangan teknologi tersebut.

2.1.1.3 Dampak *Technostress*

Paparan berulang penggunaan teknologi dapat mengakibatkan penurunan kesehatan dan kesejahteraan baik fisik maupun psikis individu. Pengguna mungkin mengalami beragam gejala seperti peningkatan detak jantung dan tekanan darah, ketegangan otot, citra diri negatif, depresi dan kelelahan. Gejala-gejala ini tidak hanya berdampak negatif pada kualitas hidup bagi pengguna teknologi tetapi juga berdampak negatif pada kemampuan pengguna. Adapun efek yang ditimbulkan oleh *technostress* menurut Tarafdar dalam Nisak (2020:18) yaitu:

- a. Efek psikologis yang merugikan:
 1. Mengurangi kepuasan pengguna dengan pekerjaan mereka
 2. Mengurangi komitmen pengguna terhadap organisasi
 3. Meningkatkan konflik peran
 4. Meningkatkan peran berlebihan
- b. Efek terkait penggunaan yang merugikan:
 1. Mengurangi kepuasan pengguna dengan sistem informasi
 2. Mengurangi produktivitas pengguna saat menggambarkan sistem informasi untuk pekerjaannya
 3. Mengurangi inovasi pengguna saat menggunakan sistem informasi untuk pekerjaannya

2.1.1.4 Gejala *Technostress*

Bentuk-bentuk *technostress* dapat berupa gejala-gejala yang sering muncul dan dapat kita lihat pada orang-orang disekitar kita bahkan tanpa kita sadari kita termasuk dalam orang yang terjangkit *technostress*. Menurut Sholikhah (2015:34) “gejala *technostress* seperti ketergantungan pada *game online addict, mobile phone addict, internet addict*, perilaku menyendiri atau soliter, bekerja dengan ketergantungan pada komputer atau laptop, bekerja selalu mengandalkan LCD, selalu menggantungkan pekerjaan dan belajar dengan komputer dan beberapa bentuk gejala stress lainnya karena dampak perkembangan teknologi”.

Sementara menurut Okebaram dan Moses (2013:652) “tanda dan gejala *technostress* begitu luas mencakup berbagai fisiologis, psikologis dan prilaku”. Perubahan ini diwujudkan dalam bentuk kelelahan fisik dan emosional yang melibatkan sikap negatif. Gejala lain dari *technostress* seperti kelelahan, sakit otot

bahu, ketidakmampuan untuk bersantai setelah bekerja dan kesulitan dalam tidur. Berikut merupakan pembagian gejala *technostress* menurut Weil et al dalam Okebaram dan Moses (2013:652):

- a. *Anxious technopobe*: reaksi kecemasan dan khawatir berlebih saat menggunakan teknologi
- b. *Sweaty palm*: telapak tangan berkeringat berlebihan secara tidak normal
- c. *Cognitive technopobe*: terlihat tenang dan santai namun di dalam diri penuh dengan pikiran-pikiran negatif.

Pada intinya gejala *technostress* dapat disimpulkan menjadi 3 macam gejala *technostress* yaitu:

- a) Gejala Fisiologis yaitu sakit kepala, sakit punggung dan leher, sakit otot bahu, sakit pergelangan tangan, telapak tangan berkeringat berlebihan serta merasa pusing;
- b) Gejala Psikologis yaitu merasa cemas saat menggunakan teknologi seperti penolakan terhadap teknologi, tidak mau mempelajari komputer, kelelahan, merasa harus berkomputer setiap harinya, mimpi buruk, insomnia, kesulitan berkonsentrasi, kesulitan berpikir jernih, tidak sabar serta mudah tersinggung;
- dan c) Gejala Prilaku yaitu tidak mampu bersantai karena kesulitan untuk tidur, sering marah serta kurang bersosialisasi dengan rekan kerja, mudah tersinggung dan terlihat santai namun dipenuhi berbagai pikiran negatif.

2.1.1.5 Cara Menghadapi *Technostress*

Lazarus dan Folkman dalam Maryam (2017:102) mengatakan bahwa “keadaan stres yang dialami seseorang akan menimbulkan efek yang kurang menguntungkan baik secara fisiologis maupun psikologis”. Individu tidak akan membiarkan efek negatif ini terus terjadi, ia akan melakukan suatu tindakan untuk mengatasinya. Tindakan yang diambil individu dinamakan strategi *coping*. Menurut pendapat Lazarus dan Folkman dalam Khedhaouria & Cucchi (2019:351) “*coping* sebagai usaha untuk mengurangi stress yang merupakan proses pengaturan atau tuntutan (eksternal maupun internal) yang dinilai sebagai beban yang melampaui kemampuan seseorang”. Lazarus dan Folkman secara umum membagi strategi *coping* menjadi dua macam yaitu:

- a. *Problem-focused coping* memandang situasi *stressor* sebagai suatu problem dan menggunakan strategi-strategi *problem solving* untuk mengurangi atau menghilangkan stres dengan cara mempelajari cara-cara

atau keterampilan-keterampilan baru. Individu akan menggunakan strategi ini bila dirinya yakin dapat merubah situasi yang mendatangkan stres serta metode ini cenderung digunakan oleh orang dewasa.

- b. *Emotional-focused coping* yaitu strategi coping yang berusaha mengubah persepsi individu terhadap situasi *stressor*. Bila individu tidak mampu mengubah kondisi yang penuh dengan stres maka individu akan cenderung untuk mengatur emosinya. Strategi ini bertujuan untuk menguasai, mengatur serta mengarahkan tanggapan emosional terhadap situasi stres. Pengendalian emosi ini bisa dilakukan dengan perilaku positif dan perilaku negatif ataupun dengan melakukan penanganan stres lewat pengendalian emosi lainnya dengan mengubah pemahaman terhadap masalah stres yang dihadapi.

2.1.2 Pembelajaran *E-learning*

Dengan berkembangnya teknologi khususnya internet, pembelajaran berbasis internet dengan komputer (*internet-based computerised learning*) disebut dengan *e-learning* telah menarik perhatian pendidik. *E-learning* didefinisikan sebagai pembelajaran yang menggunakan teknologi multimedia dan internet untuk meningkatkan kualitas pembelajaran dengan memfasilitasi sumber-sumber belajar dan pelayanan atau menggunakan jaringan teknologi untuk menciptakan, mengembangkan, menyampaikan dan memfasilitasi pembelajaran kapan saja dan dimana saja.

Strategi pembelajaran *e-learning* merupakan salah satu tuntutan kurikulum 2013 yang dimana dalam kurikulum 2013 mata pelajaran Teknologi Informatika Komputer (TIK) di hilangkan dan sebagai konsekuensinya mata pelajaran tersebut harus terintegrasi pada semua mata pelajaran di sekolah. Dengan demikian semua mata pelajaran pada kurikulum 2013 wajib memaksimalkan penggunaan teknologi informasi sebagai aplikasi dalam pembelajaran, hal ini merupakan salah satu tuntutan pendekatan *scientific* dalam pembelajaran kurikulum 2013.

2.1.2.1 Pengertian Pembelajaran *e-learning*

Pada umumnya perbedaan *e-learning* terfokus pada cakupan media dan teknologinya. Banyak pakar pendidikan memberikan definisi mengenai *e-learning* seperti yang dipaparkan oleh Haryanto dalam Akmal (2021:213) *e-learning* adalah “suatu proses pembelajaran yang dilakukan dengan menggunakan media internet maupun jaringan komputer” dengan kata lain *e-learning* merupakan pembelajaran dengan menggunakan media elektronik yang memiliki akses internet. Hal ini sejalan dengan pendapat dari Michael dalam Septiani (2018:92)

bahwa *e-learning* adalah “pembelajaran yang disusun dengan tujuan menggunakan sistem elektronik atau komputer sehingga mampu mendukung proses pembelajaran”. Pada dasarnya *e-learning* merupakan sebuah perangkat untuk proses pembelajaran, penggunaan media (internet, CD-ROM dan video) serta kegiatan komunikasi secara formal maupun informal.

Sementara menurut teori *E-learning Santisfaction (ELS)* dikembangkan oleh Wang dalam Pratama & Arief (2019:3) yang mencakup kualitas dalam penggunaan *e-learning* “yaitu kualitas tatap muka dalam pembelajaran, kualitas belajar dalam komunitas, kualitas materi pembelajaran dan kualitas perseorangan”. Dengan adanya pemanfaatan *e-learning* guru akan lebih mudah memberikan informasi tentang materi pelajaran kepada mahasiswa sehingga dapat didiskusikan bersama sebagai bahan pelajaran.

Dari beberapa pengertian di atas, dapat disimpulkan bahwa *e-learning* merupakan proses pembelajaran yang melibatkan penggunaan peralatan elektronik dalam melakukan transfer bahan ajar antara pendidik dan peserta didik yang bertujuan untuk memudahkan suatu proses pembelajaran serta dilakukan secara interaktif kapan pun dan di mana pun.

2.1.2.2 Karakteristik Pembelajaran *E-learning*

Pada dasarnya *e-learning* tidaklah sama dengan pembelajaran konvensional, adapun karakteristik *e-learning* menurut Rusman dalam Bahrudin (2019:199) adalah sebagai berikut:

- a. *Interactivity* (Interaktivitas) yaitu tersedianya jalur komunikasi yang lebih banyak baik secara langsung (*synchronus*) seperti *chatting* atau *messenger*, serta secara tidak langsung (*asynchronus*) seperti forum, *mailing list* atau buku tamu.
- b. *Independency* (Kemandirian) yaitu fleksibilitas dalam aspek penyediaan waktu, tempat, pengajar dan bahan ajar. Hal ini menyebabkan pembelajaran menjadi lebih terpusat kepada siswa (*student-centered learning*).
- c. *Accessibility* (Aksesibilitas) yaitu sumber-sumber belajar menjadi lebih mudah diakses melalui pendistribusian di jaringan internet dengan akses yang lebih luas dari pada pendistribusian sumber belajar pada pembelajaran konvensional.
- d. *Enrichment* (Pengayaan) yaitu kegiatan pembelajaran, presentasi materi kuliah dan materi pelatihan sebagai pengayaan memungkinkan penggunaan perangkat teknologi informasi seperti *video streaming*, stimulasi dan animasi.

Keempat karakteristik di atas merupakan hal yang membedakan *e-learning* dari kegiatan pembelajaran secara konvensional. Dalam *e-learning*, daya tangkap mahasiswa terhadap materi pembelajaran tidak lagi tergantung kepada instruktur/dosen tetapi terhadap daya konstruk mahasiswa itu sendiri karena dalam pembelajaran *e-learning* mahasiswa dituntut mengonstruksi sendiri ilmu pengetahuannya melalui bahan-bahan ajar yang disampaikan melalui *interface* situs web. Dalam *e-learning* pula, sumber ilmu pengetahuan tersebar di mana-mana serta dapat diakses dengan mudah oleh setiap orang. Hal ini dikarenakan sifat media internet yang mengglobal dan bisa diakses oleh siapa pun yang terkoneksi ke dalamnya.

2.1.2.3 Indikator E-learning

Adapun indikator *e-learning* yang digunakan dalam penelitian ini yaitu mengacu kepada indikator dari Patrisius Afrisno (2020:86) sebagai berikut:

1. Kemudahan akses yaitu variabel ini menjelaskan tentang persepsi mahasiswa terhadap *e-learning* yang mudah diakses melalui komputer atau perangkat teknologi, kemudahan dalam mengakses bahan ajar, serta kemudahan dalam hal interaksi baik dengan dosen maupun antar mahasiswa.
2. Kemudahan penggunaan yaitu variabel ini menjelaskan tentang persepsi mahasiswa bahwa *e-learning* harus mudah digunakan oleh pengguna. Baik dari fitur-fitur *e-learning* yang mudah dioperasikan, memudahkan pengguna dalam penugasan serta dengan adanya kemudahan penggunaan bisa menghemat biaya dan waktu lebih fleksibel.
3. Kebermanfaatan penggunaan yaitu variabel ini menjelaskan tentang persepsi mahasiswa yang memperoleh manfaat dari proses *e-learning* ini, baik manfaat dalam pemahaman materi, membantu belajar mandiri dimanapun dan kapanpun serta memberikan manfaat dalam peningkatan produktivitas.
4. Kepuasan penggunaan yaitu variabel ini menjelaskan tentang persepsi mahasiswa yang merasa puas dengan performa *e-learning* dan merasa bahwa proses *e-learning* dirasa berjalan efektif.

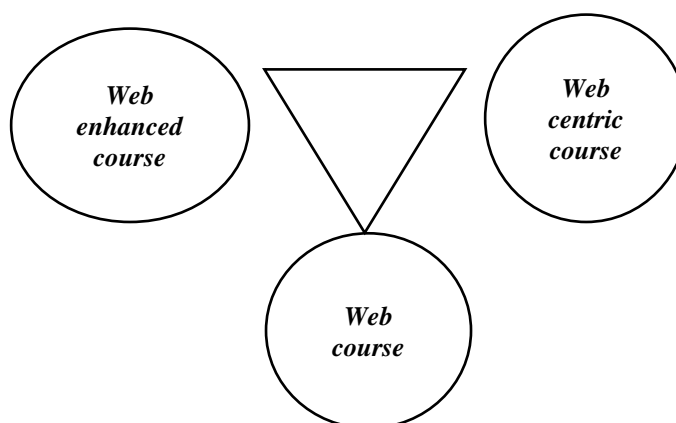
2.1.2.4 Pengembangan Model E-learning

Pendapat Haughey dalam Fauziah (2020:42) tentang pengembangan *e-learning* menurutnya ada tiga kemungkinan dalam pengembangan sistem pembelajaran berbasis internet, yaitu:

- a. *Web course*, adalah penggunaan internet untuk keperluan pendidikan yang mana mahasiswa dan dosen sepenuhnya terpisah dan tidak diperlukan adanya tatap muka. Seluruh bahan ajar, diskusi, konsultasi, penugasan, latihan, ujian dan kegiatan pembelajaran lainnya sepenuhnya

disampaikan melalui internet. Dengan kata lain model ini menggunakan sistem jarak jauh.

- b. *Web centric course*, adalah penggunaan internet yang memadukan antara belajar jarak jauh dan tatap muka (konvensional). Sebagian materi disampaikan melalui internet dan sebagian lagi secara tatap muka. Dalam model ini dosen bisa memberikan petunjuk pada mahasiswa untuk mempelajari materi perkuliahan melalui web yang telah dibuatnya. Mahasiswa juga diberikan arahan untuk mencari sumber lain dari situs-situs yang relevan, sedangkan dalam tatap muka mahasiswa dan dosen lebih banyak diskusi tentang temuan materi yang telah dipelajari melalui internet tersebut.
- c. *Web enhanced course*, adalah pemanfaatan internet untuk menunjang peningkatan kualitas pembelajaran yang dilakukan di kelas. Fungsi internet adalah untuk memberikan pengayaan dan komunikasi antara mahasiswa dengan dosen, sesama mahasiswa, anggota kelompok atau mahasiswa dengan narasumber lain. Oleh karena itu, peran dosen dalam hal ini dituntut untuk menguasai teknik mencari informasi di internet, membimbing mahasiswa mencari dan menemukan situs-situs yang relevan dengan bahan perkuliahan, menyajikan materi melalui web yang menarik dan diminati, melayani bimbingan dan komunikasi melalui internet, serta kecakapan lain yang di perlukan.



Gambar 2. 1

Model-model *e-learning*

Sumber: Rusman, D (2011:293)

2.1.2.5 Kurikulum Pembelajaran Darurat Masa Pandemi

Menyikapi masa pandemi Covid-19, Kementerian Pendidikan dan Kebudayaan (Kemendikbud) mengeluarkan Surat Edaran pada Nomor 4 Tahun 2020 tentang Pelaksanaan Kebijakan Pendidikan dalam masa darurat penyebaran *corona virus disease* (Covid-19). Dalam surat tersebut bahwa proses belajar dari rumah dilaksanakan dengan ketentuan-ketentuan sebagai berikut:

- a. Belajar dari rumah melalui pembelajaran daring atau jarak jauh yang dilaksanakan untuk memberikan pengalaman belajar yang bermakna bagi

peserta didik tanpa merasa terbebani akan tuntutan menuntaskan seluruh capaian kurikulum untuk kenaikan kelas maupun kelulusan.

- b. Belajar dari rumah dapat difokuskan pada pendidikan kecakapan hidup antara lain mengenai pandemi Covid-19.
- c. Aktivitas dan tugas pembelajaran dari rumah dapat bervariasi antar peserta didik sesuai dengan minat dan kondisi masing-masing. Termasuk mempertimbangkan kesenjangan akses atau fasilitas belajar di rumah.
- d. Hasil kegiatan atau aktivitas belajar dari rumah diberi umpan balik yang bersifat kualitatif dan bermanfaat bagi guru tanpa diharuskan memberi skor atau nilai kuantitatif.

2.1.2.6 Kelebihan dan Kekurangan *E-learning*

Munculnya *e-learning* di era digital menjadikan *e-learning* sebagai media alternatif dan berdampak besar dalam pendidikan. Menurut Nurdiansyah dalam Albab (2020:41) kelebihan *e-learning* diantaranya:

- a. Tersedianya fasilitas *e-moderating* dimana dosen dan mahasiswa dapat berkomunikasi secara mudah melalui fasilitas internet secara regular atau kapan saja kegiatan berkomunikasi itu dilakukan dengan tanpa dibatasi oleh jarak, tempat dan waktu.
- b. Dosen dan mahasiswa dapat menggunakan bahan ajar atau petunjuk belajar yang terstruktur dan terjadwal melalui internet sehingga keduanya bisa saling menilai sampai berapa jauh bahan ajar dipelajari.
- c. Mahasiswa dapat belajar atau me-review bahan perkuliahan setiap saat dan dimana saja kalau diperlukan mengingat bahan ajar tersimpan di komputer.
- d. Bila mahasiswa memerlukan tambahan informasi yang berkaitan dengan bahan yang dipelajarinya, maka mahasiswa dapat melakukan akses di internet secara lebih mudah.
- e. Baik dosen maupun mahasiswa dapat melakukan diskusi melalui internet yang dapat diikuti dengan jumlah peserta yang banyak sehingga menambah ilmu pengetahuan dan wawasan yang lebih luas.
- f. Berubahnya peran mahasiswa dari biasanya pasif menjadi lebih aktif dan lebih mandiri.
- g. Relatif lebih efisien, misalnya bagi mereka yang tinggal jauh dari sekolah atau perguruan tinggi.

Walaupun demikian, pemanfaatan internet untuk pembelajaran atau *e-learning* juga tidak terlepas dari berbagai kekurangan. Menurut Nursalam dalam Septiani (2018:93) kekurangan *e-learning* yaitu:

- a. Kurangnya interaksi antara dosen dan mahasiswa bahkan antar mahasiswa itu sendiri.

- b. Kecenderungan mengabaikan aspek akademik atau aspek sosial dan sebaliknya membuat tumbuhnya aspek bisnis/komersil.
- c. Proses belajar mengajar cenderung kearah pelatihan dari pada pendidikan.
- d. Berubahnya peran pengajar dari yang semula menguasai teknik pembelajaran konvensional, kini juga dituntut mengetahui teknik pembelajaran yang menggunakan ICT (*information, communication dan technology*).
- e. Tidak semua tempat tersedia fasilitas internet.
- f. Kurangnya sumber daya manusia yang menguasai internet dan penguasaan bahasa computer.
- g. Akses pada komputer yang kurang memadai dapat menjadi masalah tersendiri bagi mahasiswa.
- h. Mahasiswa bisa frustrasi jika mereka tidak bisa mengakses grafik, gambar dan video karena peralatan yang tidak memadai.
- i. Mahasiswa dapat merasa terisolasi

2.2 Kajian Relevan Penelitian Sebelumnya

Penelitian terdahulu merupakan penelitian yang sudah dilakukan sebelumnya oleh peneliti lain yang memiliki keterkaitan dengan topik yang akan diteliti serta dijadikan sebagai perbandingan antara penelitian yang satu dengan yang lainnya. Penelitian mengenai *technostress* bukanlah penelitian yang pertama dilakukan, melainkan sudah ada beberapa penelitian mengenai topik *technostress* tersebut. Adapun penelitian terdahulu yang berkaitan dengan topik penelitian ini yaitu:

Tabel 2.1
Kajian Relevan Penelitian Sebelumnya

No	Sumber	Judul	Hasil Penelitian
1.	A Anggraini (2018). Jurnal Sosial Humaniora, Vol.9, No.2, Hal: 95-105	Keefektifan Pembelajaran Elektronik (<i>e-learning</i>) Sebagai Pengganti Perkuliahan Konvensional Untuk Meningkatkan Kemampuan Analitis Mahasiswa	Hasil penelitian menunjukkan bahwa tidak efektifnya penggunaan <i>e-learning</i> sebagai pengganti perkuliahan konvensional (<i>non e-learning</i>) sebagai upaya untuk meningkatkan kemampuan berpikir analitis peserta didik terhadap permasalahan–permasalahan pada mata kuliah pengantar akuntansi I, hal ini dibuktikan dengan hasil pengukuran kemampuan berpikir analitis diperoleh rata –rata nilai pada kelompok pembelajaran <i>e-</i>

			<i>learning</i> sebesar 67,23 sedangkan kelompok pembelajaran non <i>e-learning</i> sebesar 74,87.
2.	Uu Sunarya, Puji N Hasanah & Neneng Ratnengsih (2021). Jurnal Keperawatan 'Aisyiyah, Vol.8, No.2 Hal: 161-169	Hubungan Pembelajaran Daring Dengan Tingkat Stress Mahasiswa Pada Masa Pandemic Covid-19 Tahun 2021	Analisis data dilakukan dengan menggunakan uji Rank Spearman's. Hasil penelitian menunjukkan nilai $p = 0,032$ yang berarti bahwa secara statistik pembelajaran metode daring berhubungan dengan tingkat stres mahasiswa. Upaya peningkatan koping mahasiswa perlu dilakukan dalam mengelola stres selama pandemi COVID-19.
3.	Ariani, D,S,R., Ulfa, M., Amalia,W (2022). Media Husada Jaournal of Nursing Science, Vol.3, No.2 Hal:123-131	Hubungan Persepsi Mahasiswa Dengan Stress Akademik Dalam Pembelajaran <i>Online</i> Di Masa Pandemi Covid-19	Hasil penelitian menunjukkan bahwa sebagian besar mahasiswa semester II STIKes Widyagama Husada Malang mengalami persepsi kurang dan mengalami stres akademik ringan.Terdapat hubungan persepsi mahasiswa dengan stres akademik dalam penerapan pembelajaran online di masa pandemi COVID-19 pada mahasiswa semester II STIKES Widyagama Husada Malang.
4.	Ahmet Naci COKLAR, Erkan EFILTI, Yusuf Levent SAHIN, Arif AKCAY (2016). <i>The Turkish Online Journal of Educational Technology, Special Issue for INTE 2016</i> , Hal: 1331-1339	<i>Investigation Of Techno-Stress Levels Of Teachers Who Were Included In Technology Integration Processes</i>	Penelitian ini menyelidiki tingkat <i>technostress</i> guru yang dilakukan terhadap 370 guru dari berbagai jenjang pendidikan dan cabang pada tahun ajaran 2015-2016. Hasil penelitian dapat dikatakan bahwa guru mengalami <i>technostress</i> tingkat menengah dalam proses pengajaran dan dari segi sosial dan teknis, namun proses pengajaran dan <i>technostress</i> berorientasi pribadi tidak dianggap sebagai masalah karena ini

			adalah tingkat rendah. Dalam hal variabel demografis, tingkat stres teknis guru secara umum tidak bervariasi menurut jenis kelamin dan masa kerja, dan bervariasi menurut variabel waktu penggunaan internet rata-rata.
5.	Pallavi Upadhyaya, Vrinda (2020). <i>Education and Information Technologies</i> , Vol.26, No.2, Hal: 1647-1664	<i>Impact of technostress on academic productivity of university students</i>	Penelitian ini menyelidiki dampak <i>technostress</i> pada produktivitas akademik mahasiswa. Hasil dari penelitian ini menunjukkan bahwa instrument <i>technostress</i> valid untuk digunakan dalam konteks akademik dengan sedikit modifikasi dan mahasiswa mengalami tingkat <i>technostress</i> sedang. Ditemukan juga bahwa <i>technostress</i> memiliki dampak negatif pada produktivitas akademik mahasiswa.

Terdapat perbedaan dan persamaan dalam penelitian yang dilakukan peneliti dengan penelitian sebelumnya. Perbedaan dengan beberapa penelitian relevan terdahulu yaitu dari populasi penelitian yang diambil, dimana disini yang menjadi populasi yaitu mahasiswa pendidikan ekonomi angkatan 2019-2021. Sementara populasi di penelitian relevan sebelumnya yaitu tidak hanya mahasiswa tetapi juga kepada guru. Perbedaan selanjutnya terletak pada teknik pengambilan sampel penelitian, jika dalam penelitian ini peneliti dalam pengambilan sampel menggunakan teknik *sample random sampling*. Sementara pada penelitian relevan sebelumnya menggunakan berbagai teknik pengambilan sampel, ada yang menggunakan teknik *cluster random sampling*, metode *stratified sampling*, teknik *accidental sampling* serta teknik *stratified proportionate random sampling*. Sedangkan untuk persamaan dalam penelitian yang dilakukan peneliti dengan penelitian relevan sebelumnya yaitu sama-sama meneliti variabel *E-learning* dan variabel *Technostress*. Persamaan lain juga terletak pada pendekatan yang

dilakukan yaitu sama-sama melakukan pendekatan kuantitatif dengan metode survey dalam pengumpulan data.

2.3 Kerangka Pemikiran

Menurut Sugiyono (2017:60) kerangka pemikiran merupakan model konseptual mengenai bagaimana teori berhubungan dengan berbagai faktor yang telah diidentifikasi sebagai masalah yang penting. Kerangka pemikiran yang baik adalah kerangka pemikiran yang dapat menjelaskan secara teoritis keterkaitan antar variabel yang akan diteliti.

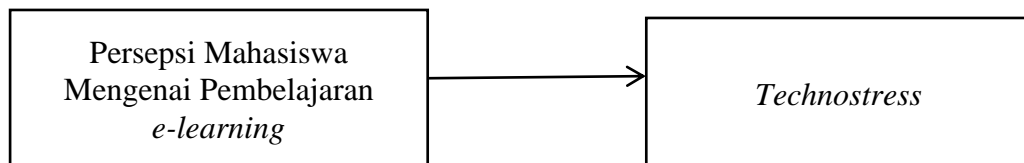
Technostress secara sederhana dapat didefinisikan sebagai suatu respon karena adanya interaksi yang berlebihan dengan teknologi atau bisa disebut karena ketidakmampuan individu dalam berinteraksi dengan teknologi. Hal ini sesuai dengan penjelasan dari teori belajar tingkah laku (*behaviorisme*) yang dikemukakan oleh Skinner dalam Asfar (2019:7) bahwa “menurut teori ini dalam belajar yang penting adalah input yang berupa stimulus dan output yang berupa respon”. Teori belajar behavioristik lebih menekankan pada hubungan antara stimulus dan respon yang terjadi melalui interaksi individu dengan lingkungannya yang kemudian menimbulkan perubahan tingkah laku manusia. Sejalan dengan teori behaviorisme, bahwa yang menjadi stimulus dalam hal ini yaitu proses *e-learning* yang kemudian mempengaruhi serta menghasilkan suatu respon atau perilaku berupa *technostress*.

Dengan seiring terjadinya pandemi Covid-19 menyebabkan terjadinya pembatasan aktivitas seperti dilakukannya isolasi sosial, anjuran untuk tetap berada di rumah, karantina seluruh masyarakat dan penutupan instansi pendidikan. Mahasiswa sebagai salah satu individu yang jumlahnya paling banyak di institusi pendidikan tentunya sangat merasakan dampak pandemi Covid-19 ini, dimana sistem pembelajaran yang biasanya dilakukan secara tatap muka di kampus kini harus dialihkan menjadi *e-learning*. Dengan adanya kebijakan tersebut maka hal ini membuat mahasiswa mau tidak mau dituntut untuk selalu menggunakan teknologi dalam proses belajar mengajar.

Pembelajaran dengan metode *e-learning* ini merupakan pembelajaran yang mempermudah kedua belah pihak baik dosen ataupun mahasiswa karena bisa melaksanakan pembelajaran walaupun dengan jarak yang berjauhan. Namun

ternyata dengan adanya pembelajaran *e-learning* ini akan membuat intensitas hubungan mahasiswa dengan teknologi akan semakin tinggi, hal tersebut akan menyebabkan stres yang diakibatkan oleh teknologi (*technostress*). *Technostress* ini disebabkan oleh ketidakmampuan individu untuk menguasai atau menangani produk perkembangan teknologi dengan cara yang sehat.

Hal tersebut diduga karena mahasiswa kesulitan dan tidak mempunyai keterampilan yang mumpuni dalam penggunaan teknologi serta ditambah juga dengan beban kuliah mahasiswa yang tinggi selama pandemi Covid-19 sehingga banyak mahasiswa yang mengalami gejala *technostress* selama pelaksanaan pembelajaran *e-learning*. Ini terjadi karena mahasiswa awalnya terbiasa dengan pembelajaran tatap muka secara reguler sedangkan sekarang mau tidak mau harus beralih menjadi pembelajaran jarak jauh atau *e-learning* yang membuat mahasiswa tertekan karena harus bisa menyesuaikan dengan teknologi yang baru. Hal ini menjadi permasalahan tersendiri bagi mahasiswa khususnya permasalahan yang diakibatkan oleh teknologi dalam proses *e-learning* yang membuat mahasiswa mengalami stres, sehingga pada titik ini tekanan akan menjadi terasa sangat berat dan membuat mahasiswa banyak yang mengalami gejala *technostress* yang merupakan pengaruh dari *e-learning* selama pandemi Covid-19.



Gambar 2. 2
Kerangka Berpikir Penelitian

2.4 Hipotesis Penelitian

Hipotesis menurut Sugiyono (2017:105) merupakan jawaban sementara terhadap rumusan masalah penelitian, dimana rumusan masalah penelitian telah dinyatakan dalam bentuk kalimat pertanyaan. Adapun hipotesis dalam penelitian ini yaitu:

Ha : Terdapat pengaruh signifikan dari persepsi mahasiswa mengenai pembelajaran *e-learning* terhadap tingkat *technostress* mahasiswa pendidikan ekonomi 2019-2021 Universitas Siliwangi Tasikmalaya

Ho : Tidak terdapat pengaruh signifikan dari persepsi mahasiswa mengenai pembelajaran *e-learning* terhadap tingkat *technostress* mahasiswa pendidikan ekonomi 2019-2021 Universitas Siliwangi Tasikmalaya