

## TINGKAT HARDINESS PADA MAHASISWA DALAM MENGHADAPI PEMBELAJARAN *ONLINE* MASA PANDEMI

Cah Soniman Nitema Gea<sup>1</sup>, Iyus Yosep<sup>2</sup>, Udin Rosidin<sup>3</sup>,  
Indra Maulana<sup>4</sup>, Witdiawati<sup>5</sup>  
Universitas Padjadjaran<sup>1,2,3,4,5</sup>  
iyuskasep\_07@yahoo.com<sup>2</sup>

### ABSTRAK

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui tingkat hardiness mahasiswa tahun terakhir Fakultas Keperawatan Unpad 2018 dalam menghadapi pembelajaran online di masa pandemi. Metode penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah metode deskriptif kuantitatif. Hasil penelitian menunjukkan bahwa mahasiswa FKep Unpad A'2018 memiliki hardiness sedang sebanyak 108 orang (70,6%). Simpulan, tingkat resiliensi dan hardiness mahasiswa FKep Unpad A'2018 berada pada kategori sedang.

Kata Kunci: Hardiness, Mahasiswa, Pandemi COVID-19, Pembelajaran Online

### ABSTRACT

*This study aims to determine the hardiness of 2018 Unpad Faculty of Nursing final-year students dealing with online learning during a pandemic. The research method used in this research is a quantitative descriptive method. The results showed that 108 students (70.6%) of FKep Unpad A'2018 had moderate hardiness. In conclusion, the resilience and hardiness of FKep Unpad A'2018 students are in the medium category.*

*Keywords: Hardiness, Student, COVID-19 Pandemic, Online Learning*

### PENDAHULUAN

Mahasiswa merupakan individu yang belajar dan menekuni disiplin ilmu. Mahasiswa menempuh pendidikan yang tinggi karena perannya sebagai *agent of change* di masyarakat. Tuntutan yang biasanya terjadi pada mahasiswa yaitu penugasan, praktikum, ujian, nilai IPK standar, skripsi dan lulus tepat waktu sesuai dengan waktu yang diberikan oleh Fakultas atau Universitas. Dalam mengikuti pembelajaran, para mahasiswa mempunyai gaya masing-masing agar mereka merasa nyaman dan dapat mengikuti pada saat proses pembelajaran atau perkuliahan berlangsung. Ada gaya belajar visual, auditorial dan kinestetik. Melihat, mengamati dan memandang adalah gaya belajar visual, biasanya cenderung pada indra penglihatan pada saat proses belajar mengajar sedang berlangsung. Untuk auditorial sendiri lebih kearah mendengar, dimana individu lebih cepat untuk belajar dan menangkap apa yang disampaikan. Kemudian gaya belajar kinestetik dimana para mahasiswa dengan gaya belajar ini lebih banyak bergerak, bekerja dan aktivitas.

Dalam studi terkait didapatkan bahwa mahasiswa lebih cenderung menggunakan gaya auditorial dalam pembelajaran (Papilaya & Huliselan, 2016).

Dipenghujung tahun 2019 terjadi sebuah bencana yang menggemparkan dunia yaitu kemunculan sebuah virus yang mematikan yang disebut dengan COVID-19. Virus ini berawal dari sebuah daerah di China bernama Wuhan yang kemudian menyebar ke semua negara. Oleh karena situasi pandemi dan penyebaran COVID-19 yang sangat pesat meningkat, sekolah dan instansi perguruan tinggi diliburkan. Kebijakan Pembatasan Sosial Berskala Besar (PSBB) ditetapkan, perkuliahan atau pembelajaran dilakukan secara *online* atau daring (WHO, 2021). Menurut Kumalasari & Akmal, pembelajaran daring adalah proses belajar mengajar yang dilakukan dengan media internet menggunakan aplikasi tertentu agar tersampaikan bahan ajar ke mahasiswa (Kumalasari & Akmal, 2020). Pada pembelajaran daring penggunaan beberapa aplikasi *online* sebagai media pembelajaran memiliki beberapa masalah, diantaranya seperti jaringan tidak memadai, mahasiswa tidak fokus saat mengikuti perkuliahan, dosen terkadang tidak datang tepat waktu, mahasiswa terkadang tidak bisa datang tepat waktu, mahasiswa kurang paham dengan materi pembelajaran, mahasiswa kurang senang dengan penilaian tugas dari dosen, kuota internet mahal sampai mahasiswa malas untuk mengikuti pembelajaran yang ada (Simamora et al., 2021).

Menurut pembelajaran daring memberikan dampak pada tekanan mental mahasiswa. Dimulai dari permasalahan *device* yang digunakan pada saat pembelajaran, jaringan, kuota bahkan dengan tugas-tugas yang diberikan. Tidak sedikit mahasiswa yang merasakan stress, depresi, kecemasan bahkan ada yang sampai *drop out* perkuliahan. Kesiapan beradaptasi dengan teknologi dan tugas yang menumpuk menjadi pemicu terjadinya tekanan mental tersebut. Faktor situasional dan lingkungan juga menjadi acuan tekanan yang dialami oleh mahasiswa. Seperti halnya kesulitan konsentrasi jika di rumah, kurang motivasi, lebih tertarik untuk tidur, terganggu akibat keluarga, peningkatan waktu dengan keluarga. Oleh karena permasalahan tersebut mahasiswa lebih memilih pembelajaran tatap muka dibanding pembelajaran *online* (Aguilera-Hermida, 2020). Stress akademik akan memberikan pengaruh pada psikologis seperti kecemasan, depresi dan kebingungan yang menyebabkan efisiensi belajar jadi terganggu (Zhang et al., 2020). Seperti pada mahasiswa keperawatan yang ada di Spanyol, mengikuti perubahan pembelajaran tatap muka menjadi pembelajaran *online*. Para mahasiswa yang menjadi sampel dengan metode penelitian kualitatif (wawancara) mengatakan kesulitan dalam mengikuti pembelajaran akibat dilakukan secara *online*. Ada yang mengatakan kebingungan dengan praktek klinis yang dilakukan karena jarak jauh, beda teori dengan praktek. Ada juga yang mengatakan memiliki masalah seperti jaringan yang memadai dan *device* yang tidak memadai. Tetapi sebagian dari yaitu siswa yang sudah berumur dan memiliki tanggung jawab mengatakan bahwa metode *online* ini baik untuk mereka (Ramos-Morcillo et al., 2020).

Tekanan mental yang dirasakan oleh mahasiswa dapat diukur dengan melihat ketahanan dan kemampuan mahasiswa dalam mengatasi masalah yang dihadapi (resiliensi dan *hardiness*). *Hardiness* merupakan sebuah karakteristik kepribadian atau kemampuan seseorang dalam menghadapi sebuah masalah dengan mempersepsikan sebuah masalah sebagai suatu hal yang menarik, mempunyai solusi dan bukan sebuah hal yang diselesaikan dengan tekanan, stres dan depresi dalam kehidupan. *Hardiness* sebagai sumber kepribadian yang stabil yang terdiri dari 3

aspek yaitu kontrol, komitmen dan tantangan (Jia et al., 2021). Menurut Wahdaniyah & Miftahuddin (2019) *hardiness* terdiri dari tiga aspek yaitu: *control* (kontrol), yaitu perasaan mampu membatasi dengan kendali diri mengenai peristiwa atau masalah yang dialaminya tanpa merasa stres, *commitment* (komitmen), yaitu kemampuan dalam mengatasi masalah yang dihadapi, melibatkan diri untuk mengatasi masalah yang dihadapi tanpa stres dan *challenge* (tantangan), yaitu kemampuan dalam menerima tantangan dalam hidup, merasa masalah adalah hal yang asik dan mampu diselesaikan.

Berdasarkan observasi terhadap mahasiswa Fakultas Keperawatan Universitas Padjadjaran angkatan 2018 banyak yang mengalami stress akademik dan masalah akademik dari pembelajaran *online*. Peneliti memfokuskan pada mahasiswa akhir angkatan 2018, dikarenakan mahasiswa angkatan 2018 mengalami beban masalah yang lumayan banyak seperti penurunan IPK, skripsi dan tuntutan lulus tepat waktu, bimbingan secara online, sks yang kurang untuk ujian akhir dan permasalahan lainnya. Fenomena yang terjadi berdasarkan *survey* yang telah dilakukan sebanyak 82 orang (33,2%) dari total 247 orang mahasiswa tingkat akhir didapatkan data bahwa 75,9% mengalami masalah perkuliahan terutama saat pandemi, 88,7% mengalami tekanan mental (stres, khawatir, depresi), 57,9% mengatakan sulit beradaptasi pada saat masuk di Fakultas Keperawatan Universitas Padjadjaran dan 41,4% mengatakan pernah berpikir untuk *drop out*/keluar dari Fakultas Keperawatan Universitas Padjadjaran. Berdasarkan data penunjang dari Sub Bagian Akademik (SBA), total jumlah mahasiswa Fakultas Keperawatan tingkat akhir sebanyak 257 orang dengan rincian 245 mahasiswa aktif, 1 orang mahasiswa cuti, 6 orang mahasiswa tanpa keterangan, 1 orang *drop out*/undur diri, 4 orang mahasiswa *exchange student* dan 2 orang mahasiswa tambahan dari angkatan lain (2017) dengan total untuk keseluruhan mahasiswa yang aktif sebanyak 247 orang pada Angkatan 2018. Selanjutnya dilihat dari SKS dan IPK mahasiswa Angkatan 2018 dari semester 1-7, ada 35 orang dengan SKS kurang dari 140-144 SKS dan 24 orang dengan nilai IPK <3.00 dari 247 orang. Pendidikan sarjana keperawatan berguna untuk karir seorang perawat. Selama pendidikan akan dituntut dalam pengenalan teori, praktik, tutorial dan profesionalitas dalam menghadapi pasien.

Pada penelitian sebelumnya tentang *hardiness* pernah dilakukan pada mahasiswa sarjana Malaysia. Dalam penelitian terhadap 500 mahasiswa sarjana Malaysia tentang *hardiness* yang berpotensi pada ide bunuh diri didapatkan hasil bahwa *hardiness* yang dimiliki oleh mahasiswa sarjana Malaysia tergolong rendah. Tetapi dalam penelitian tersebut juga didapatkan bahwa *hardiness* yang baik dapat mengontrol ide tentang bunuh diri. *Hardiness* yang baik dapat menurunkan risiko ide bunuh diri (Abdollahi et al., 2015).

## **METODE PENELITIAN**

Metode penelitian yang digunakan pada penelitian ini adalah metode deskriptif kuantitatif dengan pendekatan *cross sectional*. Penelitian ini dilaksanakan di Fakultas Keperawatan Universitas Padjadjaran. Populasi dalam penelitian ini adalah mahasiswa tingkat akhir Angkatan 2018 Fakultas Keperawatan Universitas Padjadjaran sebanyak 247 orang. Sampel yang digunakan yaitu 153 orang mahasiswa dari 247 orang, menggunakan rumus slovin. Teknik sampling yang digunakan ada simple random sampling, dimana responden yang mengisi kuesioner pertama kali memenuhi kuota 153 orang yang diambil menjadi sampel.

Dalam penelitian ini menggunakan instrumen *Hardiness Masa Pembelajaran Online* yang dimodifikasi dari instrumen DRS-15 v 3.2 dari Bartone (2013). Kuesioner ini berisi 9 item *favorable* dan 5 item *unfavorable* dengan total 14 item. Hasil uji validitas instrumen *Hardiness Masa Pembelajaran Online* valid dengan korelasi antara item total 0.327-0.776 dan reliabilitas 0.896.

Analisa data dilakukan adalah analisa univariat. Penelitian ini dilakukan dengan memperhatikan etik penelitian yaitu menghormati harkat dan martabat manusia (*respect for human dignity*), menghormati privasi dan kerahasiaan subyek penelitian (*respect for privacy and confidentiality*), keadilan dan inklusivitas (*respect for justice and inclusiveness*) dan memperhitungkan manfaat dan kerugian yang ditimbulkan (*balancing harms and benefits*).

Tabel. 1  
Indeks Validitas dan Reliabilitas Alat Ukur

Alat Ukur	Jumlah Item	Valid	Indeks Validitas	Alpha
<i>Hardiness Masa Pembelajaran Online</i>	15	14	0.327-0.776	0.893

## HASIL PENELITIAN

Tabel. 2  
Distribusi Responden Mahasiswa Tingkat Akhir

Karakteristik		Frekuensi	Persentase
Jenis Kelamin	Laki-Laki	21	13.7%
	Perempuan	132	86.3%
Total		153	100%
Usia	20-21 tahun	89	58.2%
	22-24 tahun	64	41.8%
Total		153	100%

Pada tabel 2 menunjukkan jumlah responden yang digunakan sebanyak 153 orang, yang terdiri dari jenis kelamin perempuan sebanyak 132 orang (86.3%) dan laki-laki sebanyak 21 orang (13.7%). Berdasarkan usia mahasiswa Fakultas Keperawatan Universitas Padjadjaran A'18 adalah 20-24 tahun. Kategori usia 20-21 tahun sebanyak 89 orang (58.2%) dan usia 22-24 tahun sebanyak 64 orang (41.8%).

Tabel. 3  
Hasil Klasifikasi *Hardiness*

Kategori	Frekuensi	Persentase
Tinggi	82	53.6%
Rendah	71	46.4%
Total	153	100%

Berdasarkan tabel 3, hasil yang didapatkan sebanyak 82 orang dari responden memiliki *hardiness* tinggi (53.6%) dan 71 orang memiliki *hardiness* yang rendah (46.4%).

Tabel. 4  
Klasifikasi Sub Variabel Hardiness (N=153)

Kategori	<i>Commitment</i>	<i>Control</i>	<i>Challenge</i>
Tinggi	90 (58.8%)	91 (59.5%)	81 (52.9%)
Rendah	63 (41.2%)	62 (40.5%)	72 (47.1%)
Total	153 orang		

Pada tabel 4 dilakukan penguraian sub variabel *hardiness* yang terdiri dari *commitment*, *control* dan *challenge*. Hasil tersebut menunjukkan bahwa sub variabel responden yang mempunyai *commitment* tinggi sebanyak 90 orang (58.8%) dan rendah 63 orang (41.2%). Untuk sub variabel *control* tinggi sebanyak 91 orang (59.5%) dan rendah 62 (40.5%) sedangkan *challenge* kategori tinggi sebanyak 81 orang (52.9%) dan rendah 72 orang (47.1%).

Tabel. 5  
Distribusi Frekuensi *Hardiness* (n=153)

Karakteristik		Tinggi		Rendah	
		f	%	f	%
Jenis Kelamin	Laki-Laki	11	7.2%	10	6.5%
	Perempuan	71	46.4%	61	39.9%
Usia	20-21 tahun	49	32%	40	26.1%
	22-24 tahun	33	21.6%	31	20.3%

Berdasarkan tabel 5 hasil penelitian yang didapatkan dilihat dari data demografi jenis kelamin dan usia. Untuk laki-laki *hardiness* kategori tinggi sebanyak 11 orang (7.2%) dan rendah sebanyak 10 orang (6.5%), sedangkan pada perempuan kategori tinggi sebanyak 71 orang (46.4%) dan rendah sebanyak 61 orang (39.9%). Dari segi usia, hasil didapatkan kategori usia 20-21 tahun *hardiness* tinggi sebanyak 49 orang (32%) dan rendah sebanyak 40 orang (26.1%), sedangkan kategori usia 22-24 tahun didapatkan tinggi sebanyak 33 orang (21.6%) dan rendah sebanyak 31 orang (20.3%).

## PEMBAHASAN

Pembelajaran online memberikan beberapa dampak terhadap kesehatan mahasiswa. Peralihan metode tatap muka ke jarak jauh (online), menyebabkan mahasiswa tidak siap dalam mengikuti pembelajaran. Tetapi hal tersebut adalah sebuah keharusan, dikarenakan situasi pandemi yang tidak terkontrol sehingga metode online harus dilaksanakan. Berdasarkan penelitian Dzulfikar et al., (2021) kondisi psikologis dari mahasiswa cukup buruk saat pandemi COVID-19. Kondisi tersebut seperti kecemasan yang berat, stress berat, depresi, kejenuhan dan kemalasan yang sangat berat. Bahkan dari masalah lainnya, seperti persoalan asmara, masalah keluarga, device dan fasilitas rumah untuk pembelajaran online yang kurang, dan lainnya. Pembelajaran online memberikan stress yang berat bagi mahasiswa. Stress yang didapat berasal dari sulitnya mengikuti pembelajaran online, bosan atau jenuh, hambatan device dan fasilitas yang digunakan (Andiarna & Kusumawati, 2020).

Pengaruh pembelajaran online di masa pandemi terhadap kondisi psikologis mahasiswa dapat dilihat dari bagaimana penyesuaian diri dari seseorang. Menurut Fanani & Jainurakhma (2020) penyesuaian diri yang baik akan membuat individu

tersebut senang dengan hal baru yang didapatkan. Sebaliknya, penyesuaian diri yang buruk, akan menyebabkan individu sukar menikmati hal baru, bahkan lebih cepat merasakan tekanan mental. Kebanyakan, keluhan pada saat pembelajaran online telah diterapkan adalah tugas lebih banyak dibanding saat kuliah offline, pusing dan bosan mengikuti kuliah online akibat lama berada di depan laptop, jadwal waktu pembelajaran yang tidak menentu (Wulandari & Agustika, 2020).

Hasil pada penelitian ini didapatkan bahwa tingkat *hardiness* selama mengikuti pembelajaran online di masa pandemi adalah tinggi. Sejalan dengan penelitian Prasetya et al., (2022) yang mengatakan bahwa *hardiness* pada mahasiswa saat pembelajaran jarak jauh (online) berada pada kategori tinggi, dimana para mahasiswa dapat menerima perubahan situasi dan mengontrol stress selama pembelajaran online. Begitupun dengan penelitian yang dilakukan oleh Sovitriana et al., (2021) yang mengatakan bahwa tingkat *hardiness* menghadapi pembelajaran online pada masa pandemi berada pada kategori yang tinggi. Semakin tinggi kategori *hardiness* yang dimiliki, akan semakin rendah tingkat stress yang dialami.

Menurut Wahdaniyah & Miftahuddin (2019) *hardiness* terdiri dari tiga aspek yaitu: *control* (kontrol), yaitu perasaan mampu membatasi dengan kendali diri mengenai peristiwa atau masalah yang dialaminya tanpa merasa stres, *commitment* (komitmen), yaitu kemampuan dalam mengatasi masalah yang dihadapi, melibatkan diri untuk mengatasi masalah yang dihadapi tanpa stres dan *challenge* (tantangan), yaitu kemampuan dalam menerima tantangan dalam hidup, merasa masalah adalah hal yang asik dan mampu diselesaikan.

Menurut penelitian yang dilakukan oleh Maulana & Hamidi (2020) mengatakan bahwa pembelajaran yang dilakukan secara *online* memberikan beberapa hambatan pada mahasiswa. Pada aspek proses belajar mengajar, mahasiswa mengeluhkan tentang hilang timbulnya jaringan, kuota internet, peralihan jadwal (jadwal tidak sesuai dengan yang ditentukan), sulit untuk memahami pada segi teori dan keterampilan dikarenakan penjelasan dilakukan via *zoom*. Beberapa diantaranya terkendala akan sarana dan prasarana seperti *handphone*, laptop dan elektronik lainnya untuk pembelajaran *online*. Menurut Rahmayanthi et al., (2021) pembelajaran jarak jauh atau *online* menimbulkan permasalahan psikologis. Permasalahan seperti depresi dan kecemasan dialami saat pembelajaran online. *Hardiness* bergantung pada bagaimana seseorang memandang permasalahan yang dialami secara positif dan memiliki kendali atas keadaan (Anggawati & Satwika, 2021). Menurut Thahirah & Insan (2020) *hardiness* yang tinggi akan mempengaruhi regulasi emosi seseorang. Regulasi emosi berguna untuk mengatur emosi individu pada saat mengalami masalah untuk mengelola masalah dan terhindar dari stres, cemas ataupun depresi.

*Hardiness* memiliki 3 sub variabel dalam penilaiannya yaitu *commitment*, *control* dan *challenge*. Hasil yang didapatkan, mayoritas memiliki *control* pada kategori tinggi (58.8%). Sub variabel *control* pada *hardiness* biasanya mempunyai ukuran bahwa seseorang dapat melakukan kontrol pada dirinya dengan saat baik. Seperti halnya dapat mengontrol diri saat sedang menghadapi sebuah masalah.

*Hardiness* dipengaruhi oleh dukungan keluarga, lingkungan sekitar, teman sejawat dan instansi pendidikan. Peningkatan *hardiness* dapat dilakukan dengan dukungan dari eksternal. Peran penting dari keluarga membantu individu pada tingkat *hardiness*. Dukungan keluarga seperti moral, motivasi, keuangan, pujian

atas pencapaian dan sebagainya dapat membantu individu mendapatkan resiliensi yang baik. Dari akademik atau instansi pendidikan dapat dengan evaluasi pembelajaran yang diterapkan, menampung aspirasi tentang apa yang dialami mahasiswa, program konseling dan sebagainya. Faktor internal dari diri sendiri bisa dengan belajar berkomitmen, menghadapi tantangan yang dialami dan menerima resiko serta mengontrol diri pada saat mengalami tekanan atau masalah.

## SIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan tentang tingkat *hardiness* dalam menghadapi pembelajaran *online* masa pandemi mendapatkan hasil tinggi. Pembelajaran online yang diterapkan saat masa pandemi tidak terlalu berdampak buruk pada *hardiness* individu. Untuk sub variabel *hardiness* (*commitment*, *control* dan *challenge*) lebih banyak didapatkan hasil pada sub variabel *control* tinggi.

## SARAN

Diharapkan mahasiswa dapat mempertahankan *hardiness* yang dialami dengan mengenali diri sendiri seperti apa yang bisa dilakukan, menggali kompetensi dalam diri, menerima perubahan; bantuan/dukungan keluarga yaitu bercerita atau menjadikan keluarga menjadi *support system*; teman sejawat dengan bercerita, bertukar pikiran ataupun diskusi; dan menggunakan fasilitas yang telah disediakan akademis, seperti program konseling dari kejiwaan, dan lain-lain.

## DAFTAR PUSTAKA

- Abdollahi, A., Talib, M. A., Yaacob, S. N., & Ismail, Z. (2015). Problem-Solving Skills Appraisal Mediates Hardiness and Suicidal Ideation Among Malaysian Undergraduate Students. *PLoS One*, 10(4), 1–14. <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0122222>
- Aguilera-Hermida, A. P. (2020). College Students' Use and Acceptance of Emergency Online Learning Due to COVID-19. *International Journal of Educational Research Open*, January. <https://www.sciencedirect.com/science/article/pii/S266637402030011X>
- Andiarna, F., & Kusumawati, E. (2020). Pengaruh Pembelajaran Daring terhadap Stres Akademik Mahasiswa Selama Pandemi COVID-19. *Jurnal Psikologi*, 16(2). <http://dx.doi.org/10.24014/jp.v16i2.10395>
- Anggawati, F., & Satwika, P. A. (2021). Karakteristik Hardiness Mahasiswa dalam Mengerjakan Skripsi Dimasa Pandemi COVID-19 Berdasarkan Waktu Pengerjaan Skripsi. *Prosiding Temilnaas XII: Edisi 3*. <https://ojs.unm.ac.id/Temilnas/article/view/20046>
- Dzulfikar, A. M., Azizah, D. N., Nurlita, J., Dzakwan, A. M., Putri, C. V. W., & Faroh, S. (2021). Pengaruh Pembelajaran Daring terhadap Kondisi Psikologis Pelajar pada Masa Pandemi COVID-19. *Journal of Education and Technology*, 1(2), 69–74 Journal. <http://jurnalilmiah.org/journal/index.php/jet>
- Fanani, Q., & Jainurakhma, J. (2020). Kemampuan Penyesuaian Diri Mahasiswa Terhadap Pembelajaran Daring di Tengah Pandemi COVID-19. *Jurnal KomtekInfo*, 7(4), 285–292. <http://dx.doi.org/10.35134/komtekinfo.v7i4>
- Jia, J., Wang, L. L., Xu, J. Bin, Lin, X. H., Zhang, B., & Jiang, Q. (2021). Self-Handicapping in Chinese Medical Students During the COVID-19 Pandemic: The Role of Academic Anxiety, Procrastination and Hardiness. *Frontiers in*

- Psychology*, 12(September), 1–12. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2021.741821>
- Kumalasari, D., & Akmal, S. Z. (2020). Resiliensi Akademik dan Kepuasan Belajar Daring di Masa Pandemi COVID-19: Peran Mediasi Kesiapan Belajar Daring. *Persona: Jurnal Psikologi Indonesia*, 9(2), 353–368. <https://doi.org/10.30996/persona.v9i2.4139>
- Maulana, H. A., & Hamidi, M. (2020). Persepsi Mahasiswa terhadap Pembelajaran Daring pada Mata Kuliah Praktik di Pendidikan Vokasi. *Equilibrium: Jurnal Pendidikan*, VIII(2) Juni-Desember 2020). <http://journal.unismuh.ac.id/index.php/equilibrium>
- Papilaya, J. O., & Huliselan, N. (2016). Identifikasi Gaya Belajar Mahasiswa. *Jurnal Psikologi Undip*, 15(1), 56. <https://doi.org/10.14710/jpu.15.1.56-63>
- Prasetya, A. L., Merida, S. C., & Novianti, R. (2022). Hardiness dan Stres Akademik Mahasiswa selama Pembelajaran Jarak Jauh. *JoPS: Journal of Psychological Students*, 1(1), 11–24. <https://doi.org/10.15575/jops.v1i1.16792>
- Rahmayanthi, D., Moeliono, M. F., & Kendhawati, L. (2021). Kesehatan Mental Remaja Selama Pandemi COVID-19 Adolescents Mental Health During COVID-19 Pandemic. *Insight: Jurnal Ilmiah Psikologi*, 23(1), 1693–2552. <https://doi.org/10.26486/psikologi.v23i1.1417>
- Ramos-Morcillo, A. J., Leal-Costa, C., Moral-García, J. E., & Ruzafa-Martínez, M. (2020). Experiences of Nursing Students during the Abrupt Change from Face-to-Face to e-Learning Education during the First Month of Confinement Due to COVID-19 in Spain. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 17(15), 5519. <https://doi.org/10.3390/ijerph17155519>
- Simamora, N., Lubis, I. S., Situmorang, D., & Hennilawati. (2021). Efektivitas Pembelajaran Daring pada Masa Pandemi COVID-19: *Jurnal Basasasindo*, 2(1), 1–10. <https://doi.org/10.36490/value.v2i1.177>
- Sovitriana, R., Ratri, S., & Kartikaningrum, A. (2021). Hardiness dan Stress Akademik Selama Pandemi COVID-19 pada Siswa Kelas XI di SMAN 40 Jakarta. *Jurnal Psikologi Kreatif Inovatif*, 1(1). <https://journals.upi-yai.ac.id/index.php/PsikologiKreatifInovatif/article/view/1437>
- Thahirah, R., & Insan, I. (2020). Hubungan Hardiness dengan Regulasi Emosi pada Mahasiswa di Era Pandemi COVID-19. *Jurnal Psimawa*, 3(2), 82–88. <http://jurnal.uts.ac.id/index.php/PSIMAWA>
- Yosep, I., Mediani, H. S., Lindayani, L., & Sriati, A. (2021). How Patients with Schizophrenia “As a Victim” Cope with Violence in Indonesia. *Egyptian Journal of Neurology, Psychiatry and Neurosurgery*, 57(1). <https://doi.org/10.1186/s41983-021-00327-y>
- Wahdaniyah, N., & Miftahuddin, M. (2019). Pengaruh Hardiness, Beban Kerja, dan Faktor Demografi terhadap Stres Kerja Guru. *TAZKIYA: Journal of Psychology*, 6(1), 69–84. <https://doi.org/10.15408/tazkiya.v6i1.11010>
- WHO. (2021). World Health Organization. <https://www.who.int/en/news-room/fact-sheets/detail/arsenic>
- Wulandari, I. G. A. A., & Agustika, N. S. G. (2020). Dramatik Pembelajaran Daring pada Masa Pandemi COVID-19 (Studi pada Persepsi Mahasiswa PGSD Undiksha). *Jurnal Mimbar PGSD Undiksha*, 8(3), 515–526. <https://doi.org/10.23887/jjpgsd.v8i3.29259>

Zhang, Q., Zhou, L., & Xia, J. (2020). Impact of COVID-19 on Emotional Resilience and Learning Management of Middle School Students. *Medical Science Monitor*, 26, 1–8. <https://doi.org/10.12659/MSM.924994>