

HUBUNGAN DURASI DENGAN KONSENTRASI BELAJAR MAHASISWA PSSKPPN FK UNUD SELAMA PEMBELAJARAN DARING

Rai Sekar Widhi*¹, I Kadek Saputra¹, I Gusti Ngurah Juniarta¹

¹Program Studi Sarjana Keperawatan dan Pendidikan Profesi Ners Fakultas Kedokteran Universitas Udayana

*korespondensi penulis, e-mail: raiwidhi@gmail.com

ABSTRAK

Metode daring membuat proses, waktu, dan metode untuk pembelajaran menjadi lebih fleksibel bagi mahasiswa maupun dosen. Namun demikian, teridentifikasi beberapa kendala yang dialami mahasiswa seperti kejenuhan dan kelelahan karena terlalu lama menatap layar selama mengikuti pembelajaran daring sehingga dapat mengganggu konsentrasi belajarnya. Konsentrasi belajar merupakan hal yang sangat penting untuk mendukung keberhasilan mahasiswa selama proses pembelajaran yang akan berdampak pada prestasi akademik mahasiswa. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui adanya hubungan durasi dengan konsentrasi belajar mahasiswa Program Studi Sarjana Keperawatan dan Pendidikan Profesi Ners Fakultas Kedokteran Universitas Udayana (PSSKPPN FK Unud) selama pembelajaran daring. Jenis penelitian yang digunakan adalah penelitian kuantitatif dengan desain penelitian *cross-sectional*. Pada penelitian ini menggunakan *probability sampling* jenis *proportionate stratified random sampling* dengan jumlah sampel sebanyak 176 orang. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa rerata durasi belajar daring mahasiswa yaitu 249 menit per harinya dan rerata konsentrasi belajar mahasiswa yaitu 101,74 yang termasuk dalam konsentrasi belajar sedang. Hasil uji korelasi *Spearman Rank* pada penelitian ini menunjukkan nilai $p = 0,874 > 0,05$ yang berarti tidak terdapat hubungan yang signifikan antara durasi dengan konsentrasi belajar mahasiswa PSSKPPN FK Unud selama pembelajaran daring.

Kata kunci: durasi belajar, konsentrasi belajar, mahasiswa, pembelajaran daring

ABSTRACT

Online learning makes the process, time and method for learning more flexible for students and lecturers. However, several obstacles experienced by students were identified such as boredom and fatigue caused by staring at the screen for too long during online learning and it could disrupts their learning concentration. Learning concentration is very important to support student success during the learning process which will have an impact on student academic achievement. This research aims to describe the correlation between duration and learning concentration in students of the Bachelor of Nursing and Professional Nursing Study Program Faculty Of Medicine Udayana University during online learning. The type of research used is quantitative research with a cross-sectional research design. This study used probability sampling type proportionate stratified random sampling with a sample of 176 people. The results of this study show that the average duration of online learning is 249 minutes a day and the average of student learning concentration is 101,74 which is included in the moderate learning concentration. The results of the Spearman Rank correlation test in this study showed a p value = $0,874 > 0,05$ which means there is no significant correlation between the duration and learning concentration in students of the Bachelor of Nursing and Professional Nursing Study Program Faculty Of Medicine Udayana University during online learning.

Keywords: college student, learning concentration, learning duration, online learning

PENDAHULUAN

Pembelajaran daring adalah suatu proses belajar yang dilaksanakan tanpa bertemu langsung dengan memanfaatkan fasilitas internet (Pustikasari & Fitriyanti, 2021). Proses pembelajaran ini didukung dengan berbagai aplikasi *teleconference* seperti *Zoom*, *Whatsapp*, *Google Meet*, *Webex*, *Telegram* dan lainnya (Asmuni, 2020). Pembelajaran daring membuat proses pembelajaran menjadi lebih fleksibel bagi dosen dan mahasiswa (Salsabila dkk, 2020).

Selain memberikan kemudahan dalam kegiatan pembelajaran, terdapat beberapa kendala yang dirasakan mahasiswa saat mengikuti pembelajaran daring. Salah satunya adalah keluhan durasi belajar yang tidak sesuai dengan beban Satuan Kredit Semester (SKS), baik itu pengurangan ataupun penambahan durasi belajar (Purnamasari dkk, 2020). Hal yang paling sering menjadi keluhan mahasiswa adalah apabila dosen pengajar menambah durasi belajar yang sangat lama dari kontrak waktu yang seharusnya.

Durasi belajar adalah salah satu hal yang penting untuk diperhatikan selama pembelajaran daring. Durasi belajar adalah lamanya atau rentang waktu yang diperlukan seseorang dalam mengikuti kegiatan belajar (Sari, 2019). Durasi belajar dalam pembelajaran bisa ditentukan dengan beban SKS yang ditempuh oleh mahasiswa. Durasi belajar daring juga bisa beragam menyesuaikan dengan mata kuliah dan jenis pembelajaran yang diikuti (Pattynama, Huwae, & Kailola, 2022). Durasi belajar daring biasanya dilakukan hampir sama dengan durasi belajar secara luring (Pustikasari & Fitriyanti, 2021). Dalam durasi belajar daring ini, mahasiswa harus tetap menatap layar perangkat seperti *smartphone* maupun komputer atau laptop untuk menyimak materi pembelajaran yang seringkali menyebabkan kelelahan dan rasa jenuh bagi mahasiswa.

Studi pendahuluan yang dilakukan oleh peneliti di PSSKPPN FK Unud mendapatkan hasil bahwa 84 dari 136 mahasiswa (61,8%) menyebutkan bahwa

durasi belajar daring selama lebih dari 4 jam dirasakan cukup lama. Mahasiswa mengatakan pembelajaran daring yang dilakukan dari pagi hingga sore hari dapat membuat mereka jenuh dan kelelahan sehingga mengganggu konsentrasi mereka dalam menerima materi yang disampaikan pengajar yang akhirnya dapat menurunkan prestasi akademik mahasiswa.

Menurut Brett (2021), mahasiswa dapat mengikuti pembelajaran daring sekitar 10 jam per minggu. Hasil penelitian yang dilakukan Pustikasari & Fitriyanti (2021) menyebutkan bahwa pembelajaran daring dengan durasi yang lama akan menyebabkan munculnya berbagai keluhan pada mahasiswa baik fisik maupun psikis. Keluhan fisik yang dialami mahasiswa seperti kelelahan, mengantuk, nyeri pada bagian tubuh tertentu, dan lain-lain. Sedangkan keluhan psikis yang dialami seperti bosan, sulit berkonsentrasi, cemas, *overthinking*, dan stres. Berbagai keluhan yang dialami mahasiswa selama mengikuti pembelajaran daring ini tentunya dapat mengganggu konsentrasi belajar mahasiswa (Mahaputra, Adiputra, & Griadhi, 2020). Hasil studi pendahuluan pada 128 dari 136 mahasiswa (94%) menyatakan bahwa durasi belajar daring ≥ 4 jam dalam sehari dapat menurunkan konsentrasi belajar mereka.

Konsentrasi belajar merupakan suatu bentuk kapabilitas dari mahasiswa untuk dapat memfokuskan perhatian dan pikirannya dalam mengikuti proses pembelajaran (Sati & Sunarti, 2021). Konsentrasi belajar sangat penting untuk menunjang keberhasilan suatu proses pembelajaran. Mahasiswa yang tidak mampu untuk berkonsentrasi dengan baik dapat berdampak pada pemahaman mereka terhadap materi pembelajaran (Yuliana, Anindita, & Syaifuddin, 2021). Konsentrasi belajar mahasiswa juga akan berdampak pada prestasi belajar mahasiswa (Murti, 2018 dalam Sihotang, Harefa, Lamsari, & Murniarti, 2021). Hasil penelitian yang dilakukan oleh Winarni dkk (2021) mendapatkan hasil bahwa durasi belajar

berpengaruh signifikan terhadap prestasi belajar mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Muhammadiyah Surakarta angkatan 2018 dengan nilai signifikansi 0,009 (Winarni dkk, 2021). Penelitian lainnya oleh Camargo *et al* (2020) menyebutkan bahwa tidak tersedia banyak informasi menyebutkan mengenai durasi belajar yang efektif untuk pembelajaran

daring yang dapat membuat mahasiswa tetap fokus selama mengikuti pembelajaran.

Minimnya penelitian terkait yang membahas mengenai keterkaitan durasi belajar dengan konsentrasi belajar membuat peneliti tertarik untuk meneliti lebih lanjut. Tujuan penelitian ini adalah untuk menganalisis hubungan durasi dengan konsentrasi belajar mahasiswa PSSKPPN FK Unud selama pembelajaran daring.

METODE PENELITIAN

Jenis penelitian ini adalah penelitian kuantitatif dengan desain deskriptif korelasi dengan metode *cross-sectional*. Metode pengambilan sampel menggunakan teknik *probability sampling* jenis *proportionate stratified random sampling*. Populasi penelitian ini adalah seluruh mahasiswa aktif PSSKPPN FK Unud yang memenuhi kriteria inklusi yaitu memiliki perangkat *mobile* seperti *smartphone*, laptop/komputer, tablet, serta kriteria eksklusi yaitu mahasiswa yang tidak bersedia mengikuti penelitian ditandai dengan tidak menandatangani lembar *informed consent*. Populasi penelitian berjumlah 313 orang dengan sampel berjumlah 176 orang yang berasal dari semester 2, semester 4, semester 6, dan semester 8.

Pengumpulan data durasi belajar menggunakan kuesioner yang dibuat sendiri

oleh peneliti mencakup 1 butir pertanyaan mengenai berapa lama (menit) responden mengikuti pembelajaran daring hari itu. Data konsentrasi belajar diambil menggunakan kuesioner SLCQ-I (*Student Learning Concentration Questionnaire Indonesia Version*) yang mencakup 19 butir pernyataan dengan skala *likert* 1-7 dan total skor 19-133.

Analisa data menggunakan uji statistik *Spearman Rank* dengan tingkat kesalahan 5% dan tingkat kepercayaan 95% ($p \leq 0,05$). Hasil uji validitas dan reliabilitas terpakai pada kuesioner SLCQ-I mendapatkan hasil r hitung $>$ r tabel (0,312) dan nilai *Cronbach's Alpha* 0,953. Penelitian ini telah dinyatakan layak etik dengan nomor surat etik 208/UN14.2.2.VII.14/LT/2023.

HASIL PENELITIAN

Pengumpulan data penelitian telah dilaksanakan pada tanggal 20 Februari - 3 Maret 2023 menggunakan kuesioner digital

Google Formulir dengan sampel sebanyak 176 orang ditampilkan dalam tabel berikut:

Tabel 1. Distribusi Frekuensi Karakteristik Responden (n=176)

Karakteristik Responden	Frekuensi (n)	Persentase
Usia		
17 tahun	1	0,6%
18 tahun	27	15,3%
19 tahun	39	22,2%
20 tahun	54	30,7%
21 tahun	38	21,6%
22 tahun	16	9,1%
23 tahun	1	0,6%
Total	176	100%
Semester		
Semester 2	48	27,3%
Semester 4	46	26,1%

Karakteristik Responden	Frekuensi (n)	Persentase
Semester		
Semester 6	45	25,6%
Semester 8	37	21%
Total	176	100%
Jenis Kelamin		
Laki-laki	20	11,4%
Perempuan	156	88,6%
Total	176	100%
Pola Tidur		
Jam Tidur <7 Jam	138	78,4%
Jam Tidur >7 Jam	38	21,6%
Total	176	100%
Mengantuk saat Belajar Daring		
Ya	133	75,6%
Tidak	43	24,4%
Total	176	100%
Pengaruh Pola Tidur saat Belajar Daring Menurut Responden		
Menurunkan Konsentrasi Belajar	160	90,9%
Meningkatkan Konsentrasi Belajar	16	9,1%
Total	176	100%
Lingkungan Belajar Daring		
Rumah	124	70,5%
Rumah teman/saudara	9	5,1%
Kampus	40	22,7%
Kafe/Restoran	3	1,7%
Total	176	100%
Pengaruh Lingkungan Belajar Daring Menurut Responden		
Menurunkan Konsentrasi Belajar	54	30,7%
Meningkatkan Konsentrasi Belajar	122	69,3%
Total	176	100%
Penggunaan Gawai saat Belajar Daring		
Ya	128	72,7%
Tidak	48	27,3%
Total	176	100%
Pengaruh Penggunaan Gawai saat Belajar Daring Menurut Responden		
Menurunkan Konsentrasi Belajar	72	40,9%
Meningkatkan Konsentrasi Belajar	104	59,1%
Total	176	100%

Tabel 1 menunjukkan bahwa sebagian besar responden berusia 20 tahun yaitu sebanyak 54 responden (30,7%). Responden terbanyak dalam penelitian ini adalah mahasiswa semester 2 yaitu 48 responden (27,3%). Responden dalam penelitian ini didominasi oleh responden berjenis kelamin perempuan sebanyak 156 orang (88,6%). Pola tidur responden pada penelitian ini sehari sebelum proses pengambilan data paling banyak dengan jam tidur <7 jam yaitu sebanyak 138 orang (78,4%). Sebanyak 133 dari 176 responden (75,6%) mengantuk saat mengikuti proses

pembelajaran daring. Sebanyak 160 responden (90,9%) memiliki konsentrasi belajar menurun jika mengantuk saat mengikuti pembelajaran daring. Sebanyak 124 orang (70,5%) mengikuti pembelajaran daring dari rumah. Kondisi ini ternyata meningkatkan konsentrasi belajar dari 122 orang (69,3%). Pembelajaran daring juga membuat 128 orang (72,7%) mengakses informasi lain menggunakan gawai saat pembelajaran daring berlangsung. Namun hal ini ternyata meningkatkan konsentrasi belajar responden yaitu sebanyak 104 orang (59,1%).

Tabel 2. Gambaran Durasi Belajar Daring pada Mahasiswa PSSKPPN FK Unud (n=176)

Variabel	Median ± SD	Minimum - Maksimum	Modus
Durasi Belajar Daring	200 ± 115,138	100 - 400	400

Berdasarkan data pada tabel 2 menunjukkan bahwa nilai tengah (median) dari durasi belajar daring yang diikuti oleh responden adalah 200 menit dengan standar deviasi 115,138. Durasi belajar yang paling singkat adalah 100 menit dan yang paling lama adalah 400 menit dalam sehari. Durasi

pembelajaran daring selama 400 menit merupakan durasi belajar terbanyak yang diikuti oleh responden dalam penelitian ini. Dalam penelitian ini durasi belajar daring yang diikuti oleh mahasiswa tidak berdistribusi normal dengan *p-value* 0,000.

Tabel 3. Gambaran Konsentrasi Belajar Mahasiswa PSSKPPN FK Unud Selama Pembelajaran Daring (n=176)

Variabel	Median ± SD	Minimum - Maksimum	Modus
Konsentrasi Belajar	100 ± 14,783	58 - 133	98
Kategori	Skor	Frekuensi (n)	Persentase
Konsentrasi Rendah	19 - 84	26	14,8%
Konsentrasi Sedang	85 - 114	116	65,9%
Konsentrasi Tinggi	115 - 133	34	19,3%
Total		176	100%

Berdasarkan tabel 3 menunjukkan bahwa nilai tengah (median) dari total skor konsentrasi belajar mahasiswa PSSKPPN FK Unud selama pembelajaran daring adalah 100 dengan standar deviasi 14,783. Total skor dengan nilai 58 dan nilai 133 adalah nilai terkecil dan nilai terbesar yang diperoleh responden dalam penelitian ini. Adapun konsentrasi belajar dengan nilai 98

adalah yang paling banyak dimiliki oleh responden dalam penelitian ini. Sebagian besar responden penelitian memiliki konsentrasi belajar sedang dengan skor total 85-114 yaitu sebanyak 116 orang (65,9%). Dalam penelitian ini, konsentrasi belajar mahasiswa PSSKPPN FK Unud tidak berdistribusi normal dengan nilai *p-value* 0,037.

Tabel 4. Hubungan Durasi dengan Konsentrasi Belajar Mahasiswa PSSKPPN FK Unud Selama Pembelajaran Daring (n=176)

Variabel	n	<i>p-value</i>
Durasi Belajar	176	0,874
Konsentrasi Belajar		

Berdasarkan tabel 4 menunjukkan hasil bahwa nilai signifikansi 0,874 ($p > 0,05$) Hasil tersebut menunjukkan bahwa hipotesis nol (H_0) diterima, yang berarti

tidak terdapat hubungan yang signifikan antara durasi dengan konsentrasi belajar mahasiswa PSSKPPN FK Unud selama pembelajaran daring.

PEMBAHASAN

Responden dalam penelitian ini berada pada rentang usia 17-23 tahun. Responden dengan rentang usia ini termasuk dalam tahap remaja akhir-dewasa awal yang merupakan usia seseorang dalam masa pendidikan pada tahap sarjana (Sari, Amir, & Woferst, 2022). Menurut Depkes RI dalam Hutagalung (2019) menyebutkan bahwa mayoritas mahasiswa berada dalam rentang usia 17-25 tahun. Pada usia ini diawali dengan masa transisi dari remaja menuju dewasa yang disebut *emerging*

adulthood, masa dimana individu mulai mengeksplor identitas dirinya, mengenyam pendidikan sarjana, memikirkan pekerjaan tetapi belum mencapai taraf stabil (Shodiq, Kosasih, & Maslihah, 2020).

Sebagian besar responden dalam penelitian ini didapatkan bahwa mahasiswa PSSKPPN FK Unud yang mengikuti penelitian ini didominasi oleh semester 2 dengan jumlah responden sebanyak 48 orang (27,3%). Hal ini dikarenakan jumlah total dari setiap semester berbeda dan pada

semester dua memiliki populasi yang lebih banyak dibandingkan dengan semester lain. Semester akhir memiliki jumlah responden paling sedikit karena banyaknya mahasiswa yang berhenti dalam pembelajaran di semester awal sehingga hal tersebut dapat memengaruhi jumlah mahasiswa aktif di semester akhir.

Pada penelitian ini juga didominasi oleh responden berjenis kelamin perempuan sebanyak 156 orang (88,6%). Menurut Pambudi & Wijayanti (2018) dalam Hidayati (2021) menjelaskan bahwa mayoritas mahasiswa keperawatan adalah perempuan dikarenakan perempuan adalah peminat terbanyak pada jurusan keperawatan (Hidayati, Amalia, & Aiyub, 2021). Penelitian lain oleh Winahyu & Wiryosutomo (2020) menemukan bahwa perempuan lebih baik dalam menunjukkan empati, menyadari emosi mereka, dan lebih baik dalam hubungan sosial daripada laki-laki sehingga cocok dengan sikap yang harus dimiliki oleh seorang perawat yaitu *caring* (Suha, Nauli, & Karim, 2022).

Terkait dengan pola tidur, responden penelitian ini sebagian besar memiliki jam tidur <7 jam di malam hari sehari sebelum proses pengambilan data dilakukan. Hal ini juga menyebabkan mereka mengantuk saat mengikuti proses pembelajaran daring yang akhirnya memengaruhi konsentrasi belajarnya berupa penurunan konsentrasi belajar yang dialami oleh 160 orang (90,9%). Mahasiswa yang jam tidurnya kurang dari 7-8 jam dapat menyebabkan kualitas tidurnya menjadi buruk (Arifin, 2020). Kurangnya jam tidur ini dapat disebabkan oleh tugas-tugas kuliah yang banyak dan jadwal kuliah yang padat akan menyebabkan mahasiswa kekurangan waktu untuk tidur. Faktor lain yang bisa menyebabkan kualitas tidur mahasiswa buruk adalah sering mengalami kesulitan dalam mengawali tidur, sering terbangun di malam hari, stres, lingkungan tidak kondusif untuk beristirahat, kebiasaan konsumsi kafein, konsumsi obat tertentu, penyakit, maupun gaya hidup (Senggo, 2020). Kebiasaan untuk bekerja ataupun mempunyai rutinitas di malam hari juga

dapat mengganggu proses tidur yang mengakibatkan kualitas tidur yang baik tidak tercapai.

Hasil penelitian Caesarridha (2021) menyebutkan bahwa tingkat konsentrasi belajar mahasiswa dapat dipengaruhi oleh faktor internal dan faktor eksternal. Faktor internal yang dapat memengaruhi adalah kondisi fisiologis yaitu kualitas tidur yang buruk yang menyebabkan mahasiswa merasa mengantuk dan kelelahan sehingga kemampuan seseorang untuk berkonsentrasi menjadi menurun. Selain itu berdasarkan teori hormonal dalam penelitian menyebutkan bahwa pada kondisi adanya gangguan tidur atau menurunnya kualitas tidur, maka kadar melatonin dan serotonin akan meningkat dan menimbulkan efek seperti mudah lemas, mengantuk, kecemasan, dan gangguan fungsi kognitif yaitu penurunan konsentrasi (Caesarridha, 2021).

Terkait dengan lingkungan belajar, mayoritas mahasiswa mengikuti pembelajaran daring di rumah. Hal ini ternyata menyebabkan sebanyak 122 orang (69,3%) mengalami peningkatan konsentrasi belajar selama mengikuti pembelajaran daring dari rumah. Salah satu faktor eksternal yang dapat memengaruhi konsentrasi belajar seseorang adalah lingkungan belajar. Lingkungan yang baik untuk mengikuti proses pembelajaran adalah lingkungan yang tenang, kondusif, tidak ada suara gaduh, bersih, nyaman, serta tersedia fasilitas yang cukup untuk mendukung proses pembelajaran (Isnawati, 2020). Seorang yang belajar dalam keadaan lingkungan yang baik memiliki tingkat konsentrasi belajar yang tinggi. Namun sebaliknya, seseorang yang belajar dalam keadaan lingkungan yang buruk memiliki tingkat konsentrasi yang rendah (Zulfiani, 2021).

Kondisi rumah masing-masing mahasiswa tentu sangat berbeda dengan kondisi ruang kelas di kampus yang terkadang memiliki permasalahan seperti suhu ruangan yang tidak baik, suasana gaduh dari mahasiswa, tempat, serta jarak duduk yang sempit dan berhimpitan

sehingga membuat konsentrasi belajar mahasiswa bisa menurun. Lingkungan belajar di rumah yang dapat meningkatkan konsentrasi belajar mahasiswa tentunya sudah pasti memiliki hal-hal seperti pencahayaan yang terang dan cukup, suara yang hening, temperatur udara yang baik, dan fasilitas pembelajaran yang memadai sehingga dapat mendukung konsentrasi belajar mahasiswa selama mengikuti pembelajaran daring (Zulfiani, 2021). Selain itu, mahasiswa menjadi lebih bebas untuk menerapkan gaya belajarnya di rumah dan tidak terikat dengan peraturan kampus juga bisa membuat konsentrasi belajar mahasiswa menjadi meningkat. Menurut hasil penelitian oleh Sadikin dan Hamidah (2020) menyebutkan bahwa pembelajaran yang dilakukan dari rumah membuat mahasiswa tidak merasakan adanya tekanan psikologis dari teman dan dosen seperti ketika mengikuti pembelajaran tatap muka. Tidak adanya kontak langsung antara dosen dengan mahasiswa membuat mahasiswa merasa tidak canggung dan lebih terbuka dalam menyampaikan gagasan sehingga merasa lebih nyaman dalam melakukan interaksi selama proses pembelajaran berlangsung.

Terkait dengan penggunaan gawai untuk mencari informasi yang tidak berkaitan dengan proses pembelajaran masih banyak dilakukan oleh mahasiswa PSSKPPN FK Unud selama mengikuti pembelajaran daring. Hal ini dilakukan oleh sebanyak 128 orang dari 176 orang yang terlibat dalam penelitian (72,7%). Sebanyak 104 dari 128 orang tersebut mengalami peningkatan konsentrasi belajar selama mengikuti pembelajaran daring. Hal ini tidak sejalan dengan hasil penelitian oleh Savitri (2019) yang menyebutkan bahwa mahasiswa yang menggunakan gawai di waktu yang tidak tepat seperti saat dosen sedang mengajar untuk *chatting*, bermain game *online*, mengakses media sosial dan sebagainya yang di luar konteks pembelajaran akan sangat mudah untuk kehilangan konsentrasi terhadap pembelajaran yang sedang berlangsung (Savitri, 2019). Penggunaan gawai yang

tidak sesuai dengan konteks pembelajaran bisa saja juga meningkatkan konsentrasi belajar mahasiswa jika digunakan seperti untuk mendengarkan musik. Mendengarkan musik merupakan salah satu langkah untuk menghilangkan kejenuhan pada mahasiswa saat mengikuti proses pembelajaran dan adanya keterkaitan bahwa musik dapat mempengaruhi *mood* belajar seseorang yang juga dapat meningkatkan konsentrasi belajar seseorang (Izzah, 2020).

Durasi pembelajaran daring mahasiswa PSSKPPN FK Unud berbeda di setiap semesternya saat peneliti melakukan proses pengambilan data. Perbedaan durasi belajar pada mahasiswa dari setiap semester ini bisa terjadi karena mempertimbangkan beberapa hal penting seperti jumlah hari dan jam belajar efektif, mata kuliah meliputi beban SKS dan kompetensi yang akan dicapai serta jumlah hari libur (Fakultas Kedokteran Universitas Udayana, 2020). Pada saat proses pengambilan data setiap semester sedang mengikuti mata kuliah yang memiliki beban SKS yang berbeda dan jenis pembelajaran daring yang diikuti juga beragam yakni *Small Group Discussion* (SGD), *SGD Lab*, *Pleno*, *Lecture*, *Lecture Demo*, dan *Student Project*, sehingga hal ini juga menyebabkan sebaran data durasi belajar ini berbeda di setiap semester.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa tingkat konsentrasi belajar mahasiswa PSSKPPN FK Unud dalam kategori tingkat konsentrasi belajar sedang. Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan Husna (2022) yang mendapatkan hasil bahwa mayoritas mahasiswa keperawatan di Universitas Sumatra Utara memiliki tingkat konsentrasi sedang sebanyak 38 orang (44,2%). Penelitian lainnya oleh Sadu dkk (2022) menyebutkan bahwa tingkat konsentrasi belajar mahasiswa di Stikes Suaka Insan Banjarmasin pada saat pembelajaran daring didapatkan sebanyak 7 orang (58,3%) mahasiswa termasuk dalam kategori tingkat konsentrasi belajar sedang. Penelitian lain oleh Hanifah (2018) mendapatkan hasil bahwa sebanyak 166 mahasiswa

keperawatan (69,2%) Universitas Padjajaran juga memiliki tingkat konsentrasi belajar sedang. Konsentrasi tingkat sedang menunjukkan bahwa pada saat belajar, konsentrasi mahasiswa pada objek yang dipelajari tidak sepenuhnya terpusat karena “secara bersamaan” terdapat emosi lain yang mengganggu pikiran saat berkonsentrasi seperti perasaan sedih, marah, takut, ataupun khawatir yang timbul karena permasalahan pada kehidupan sehari-hari (Sagareno, 2020). Aktivitas belajar membutuhkan konsentrasi dalam mencapai suasana belajar yang kondusif sehingga dapat meningkatkan kemampuan kognitif menjadi lebih baik.

Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa $p\text{-value} > 0,05$ yang berarti bahwa tidak ada hubungan yang signifikan antara durasi dengan konsentrasi belajar. Hal ini bisa terjadi karena durasi belajar merupakan salah satu faktor dari beberapa faktor yang memengaruhi konsentrasi belajar mahasiswa selama mengikuti pembelajaran daring. Ada beberapa faktor internal dan eksternal lainnya yang tidak diteliti secara eksplisit dalam penelitian ini yang dapat memengaruhi konsentrasi belajar mahasiswa selama mengikuti pembelajaran daring seperti pola makan, pola tidur, postur belajar, keadaan fisik dan psikologis, intelegensi, minat dan bakat, penggunaan gawai, lingkungan belajar, desain belajar, media belajar, dan metode belajar yang digunakan dosen saat proses pembelajaran daring. Mahasiswa cenderung akan lebih fokus dan aktif dalam mengikuti pembelajaran jika seluruh faktor internal dan eksternal tersebut dapat dikelola dan diimplementasikan dengan baik.

Hasil penelitian ini tidak sejalan dengan beberapa penelitian lainnya. Penelitian yang dilakukan oleh Fadhil dkk (2022) mengungkapkan bahwa terdapat hubungan yang signifikan secara statis antara jam belajar dan skor rata-rata keterampilan konsentrasi belajar seseorang ($p = 0,002$). Hasil penelitian lainnya oleh Sari (2019) menyebutkan bahwa terdapat pengaruh yang signifikan dari durasi belajar terhadap hasil belajar matematika siswa,

dengan durasi belajar yang panjang akan berdampak positif bagi siswa ditinjau dari hasil belajar. Hal ini dilihat dari hasil belajar siswa peringkat 1-5 yang memiliki durasi belajar lebih panjang dibandingkan dengan siswa yang memiliki durasi belajar pendek.

Hasil penelitian ini juga tidak sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Winarni dkk (2021) yang mendapatkan hasil bahwa durasi belajar berpengaruh signifikan terhadap prestasi belajar mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Muhammadiyah Surakarta angkatan 2018 dengan nilai signifikansi 0,009. Hasil penelitian lainnya oleh Sibero, Ratu, Nurina, & Folamauk (2022) mendapatkan hasil bahwa adanya hubungan yang signifikan antara durasi kuliah daring dengan *conference fatigue* ($p = 0,000$) pada mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Nusa Cendana dengan tingkatan cukup kuat. Hasil penelitian lainnya oleh Sunawan, Amin, Hafina, & Kholili (2021) menyebutkan bahwa ada perbedaan yang signifikan antara durasi belajar daring dengan tingkat stres seseorang dengan nilai $p < 0,005$. Hasil penelitian ini bisa menunjukkan kemungkinan bahwa durasi belajar daring tersebut memengaruhi konsentrasi belajar seseorang yang dapat dibuktikan melalui tingkat stresnya. Dimana stres tersebut merupakan salah satu faktor psikologis yang dapat memengaruhi konsentrasi belajar seseorang.

Hasil penelitian ini sejalan dengan hasil penelitian oleh Purba, Sijabat, & Amila (2022) mendapatkan hasil bahwa tidak ada hubungan signifikan antara durasi belajar daring ($p\text{-value} = 0,369$) dengan tingkat stres mahasiswa keperawatan Universitas Sari Mutiara Indonesia. Stres merupakan salah satu faktor psikologis yang dapat memengaruhi konsentrasi belajar seseorang. Tidak adanya hubungan yang signifikan antara durasi belajar daring dengan tingkat stres berarti bisa menunjukkan kemungkinan bahwa durasi belajar daring tersebut juga tidak berhubungan dengan konsentrasi belajar mahasiswa. Hasil penelitian lainnya yang

dilakukan oleh Pattynama, Huwae, & Kailola (2022) mendapatkan hasil bahwa tidak ada hubungan antara durasi belajar daring selama pandemi COVID-19 dengan jenis nyeri kepala primer pada mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Pattimura dengan nilai $p = 0,545$. Hasil penelitian oleh Rahmayana & Syakurah (2022) mendapatkan hasil uji statistik tidak ada hubungan antara durasi belajar dengan

kejadian LBP pada mahasiswa Muhammadiyah Palembang dengan p -value 0,243. Kedua hasil penelitian ini menunjukkan kemungkinan bahwa durasi belajar daring tersebut tidak memengaruhi konsentrasi belajar mahasiswa yang dapat dilihat dari keadaan fisik mahasiswa yang ditandai dengan tidak adanya nyeri kepala maupun keluhan LBP.

SIMPULAN

Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa median durasi belajar daring mahasiswa yaitu 200 menit per harinya dan median nilai konsentrasi belajar mahasiswa selama pembelajaran daring yaitu 100 yang termasuk dalam konsentrasi belajar sedang. pada mahasiswa selama mengikuti pembelajaran daring. Dimana keadaan fisik seseorang yang sehat dan bebas dari keluhan nyeri merupakan salah satu faktor internal yang dapat memengaruhi konsentrasi belajar. Penelitian oleh Camargo *et al* (2020) menyebutkan bahwa tidak tersedia banyak informasi dalam hasil penelitian lain yang menyebutkan mengenai durasi belajar yang efektif untuk pembelajaran daring yang dapat membuat mahasiswa tetap fokus selama mengikuti pembelajaran.

Hasil penelitian ini bukan berarti menunjukkan variabel X dan Y tidak berhubungan, tetapi data dari sampel penelitian yang telah dikumpulkan belum mampu membuktikan secara signifikan hubungan variabel X dan Y tersebut yang dalam penelitian ini yaitu hubungan durasi dengan konsentrasi belajar mahasiswa PSSKPPN FK Unud selama pembelajaran daring.

Hasil uji korelasi *Spearman Rank* pada penelitian ini menunjukkan nilai $p = 0,874 > 0,05$, yang berarti tidak terdapat hubungan yang signifikan antara durasi dengan konsentrasi belajar mahasiswa PSSKPPN FK Unud selama pembelajaran daring.

DAFTAR PUSTAKA

- Arifin, Z. (2020). Hubungan Kualitas Tidur Dengan Konsentrasi Belajar Pada Mahasiswa Keperawatan Universitas Muhammadiyah Purwokerto. *Human Care Journal*, 5(3), 650-660.
- Asmuni, A. (2020). Problematika Pembelajaran Daring di Masa Pandemi Covid-19 dan Solusi Pemecahannya. *Jurnal Paedagogy*, 7(4), 281. <https://doi.org/10.33394/jp.v7i4.2941>
- Brett, Peter. (2021). *Re: Online learning course duration*. Retrieved from: <https://www.researchgate.net/post/online-learning-course-duration>
- Camargo, C. P., Tempski, P. Z., Busnardo, F. F., Martins, M. D. A., & Gemperli, R. (2020). Online learning and COVID-19: a meta-synthesis analysis. *Clinics*, 75.
- Caesaridha, D. K. (2021). Hubungan Kualitas Tidur dengan Konsentrasi Belajar pada Mahasiswa Fakultas Kedokteran di Masa Pandemi Covid-19. *Jurnal Medika Hutama*, 2(04 Juli), 1213-1217.
- Fadhil, Z. M., Khashea, M. S., Abdulqader, A. F., & Almothaffar, A. (2022). Memory and Concentration Skills in A Sample of First Grade Medical Students at University of Baghdad/College of Medicine. *medRxiv*, 2022-04.
- Fakultas Kedokteran Universitas Udayana. (2020). *Buku Pedoman Akademik Fakultas Kedokteran Universitas Udayana*.
- Hanifah, A., Widiyanti, E., & Yudianto, K. (2018). Learning Concentration Level Of Students At Faculty Of Nursing Universitas Padjadjaran (An Overview Of The Z Generation). *Journal of Nursing Care*, 1(3).
- Hidayati, S., Amalia, R., & Aiyub, A. (2021). Burnout Mahasiswa Keperawatan dalam mengikuti Program Profesi Ners di Masa Pandemi Covid-19. *Jurnal Ilmiah Mahasiswa Fakultas Keperawatan*, 5(4).
- Husna, N. (2022). *Gambaran Konsentrasi Belajar Mahasiswa Selama Pembelajaran Daring Dimasa Pandemi Pada Mahasiswa*

- Keperawatan Universitas Sumatera Utara* (Doctoral dissertation, Universitas Sumatera Utara).
- Hutagalung, R. (2019). Tingkat Stres Akademik Mahasiswa Tingkat I Diploma III Keperawatan di Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Dirgahayu Samarinda. *Jurnal Keperawatan Dirgahayu (JKD)*, 1(2), 17-25.
- Isnawati, R. (2020). *Cara Kreatif Dalam Proses Belajar (Konsentrasi Belajar pada Anak Gejala Gangguan Pemusatan Perhatian (ADD))*. Jakad Media Publishing.
- Izzah, L. I. (2020). Pengaruh Mendengarkan Musik Terhadap Mood Belajar Pada Mahasiswa Manajemen Dakwah Uin Suska Riau. *Nathiqiyah*, 3(1), 38-43.
- Mahaputra, I. K. B. S., Adiputra, L. M. I. S. H., & Griadhi, P. A. G. (2020). Perbedaan Tingkat Konsentrasi Pada Murid Sma Antara Duduk Dan Duduk-Berdiri-Stretching Pada Proses Pembelajaran Di Sma Negeri 1 Singaraja. *Jurnal Medika Udayana*, 9(4), 88-92. <https://doi.org/10.24843.MU.2020.V9.i5.P18>
- Pattynama, P. P., Huwae, L. B., & Kailola, N. E. (2022). Hubungan Durasi Belajar Daring Selama Pandemi Covid-19 Dengan Jenis Nyeri Kepala Primer Pada Mahasiswa Preklinik Fakultas Kedokteran Universitas Pattimura Ambon. *Molucca Medica*, 15(1), 53-59.
- Purba, S. D., Sijabat, F., & Amila, A. (2022). Pembelajaran Daring, Stres Dan Zoom Fatigue Pada Mahasiswa D-iii Keperawatan Selama Pandemi Covid-19. *Indonesian Trust Health Journal*, 5(2), 110-118.
- Purnamasari, R., Malani, S., Savitri, M. D., Lestari, R. N., Salsabilla, A., & Sari, D. A. (2020). Pembelajaran Tatap Muka Dan Daring Terhadap Pembelajaran Mahasiswa/Iteknik Kimia. *Prosiding Seminar Nasional Universitas Islam Syekh Yusuf*, 1364-1369. <https://doi.org/10.31219/osf.io/g3d6f>
- Pustikasari, A., & Fitriyanti, L. (2021). Stress dan Zoom Fatigue pada Mahasiswa Selama Pembelajaran Daring di Masa Pandemi Covid-19. *Jurnal Ilmiah Kesehatan*, 13(1), 25-37. <https://doi.org/10.37012/jik.v13i1.467>
- Rahmayana, A., & Syakurah, R. A. (2022). Analisis Postur dan Durasi Belajar selama Perkuliahan Daring terhadap Keluhan Low Back Pain pada Mahasiswa Ilmu Kesehatan Dan Teknologi Muhammadiyah Palembang. *Jurnal Kedokteran dan Kesehatan: Publikasi Ilmiah Fakultas Kedokteran Universitas Sriwijaya*, 9(1), 61-64.
- Sadikin, A., & Hamidah, A. (2020). Pembelajaran Daring di Tengah Wabah Covid-19. *BIODIK*, 6(2), 214-224. <https://doi.org/10.22437/bio.v6i2.9759>
- Sadu, B., Imus, W., Prayogo, D., Wicaksono, U., & Ahok, M. (2022). Perbedaan Tingkat Konsentrasi Belajar Mahasiswa Terhadap Metode Pembelajaran Online dan Offline pada Mahasiswa Fisioterapi STIKES Suaka Insan Banjarmasin. *Sang Pencerah: Jurnal Ilmiah Universitas Muhammadiyah Buton*, 8(2), 385-394.
- Sagareno, A. Z., & Sutarto. (2020). Uji Validitas Kuesioner SLCQ-I pada Mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Malahayati Lampung Validity Test of SLCQ-I Questionnaire on Medical Students of Malahayati University, Lampung. *Jurnal Ilmiah Kesehatan Sandi Husada*, 11(1), 8-12. <https://akper-sandikarsa.e-journal.id/JIKSH>
- Salsabila, U. H., Lestari, W. M., Habibah, R., Andaresta, O., & Yulianingsih, D. (2020). Pemanfaatan Teknologi Media Pembelajaran di Masa Pandemi Covid-19. *Trapsila: Jurnal Pendidikan Dasar*, 2(2), 1-13.
- Sari, B. T. W. (2019). Pengaruh Durasi Belajar Terhadap Hasil Belajar Matematika Siswa Kelas 5 Ledok 006 Salatiga. *Jurnal Review Pendidikan Dan Pengajaran*, 2(1), 139-144. <https://doi.org/10.31004/jrpp.v2i1.264>
- Sari, R. P., Amir, Y., & Woferst, R. (2022). Efektivitas Intervensi Stretching Dengan Menggunakan Video Terhadap Penurunan Intensitas Low Back Pain Pada Mahasiswa Fakultas Keperawatan Universitas Riau Di Masa Pandemi Covid-19. *JUKEJ: Jurnal Kesehatan Jompa*, 1(2), 92-99.
- Sati, L., & Sunarti, V. (2021). The Relationship between Learning Concentration and Learning Outcomes of Students at LKP Hazika Education Center. *SPEKTRUM: Jurnal Pendidikan Luar Sekolah (PLS)*, 9(4), 531. <https://doi.org/10.24036/spektrumpls.v9i4.113946>
- Savitri, E. P. (2019). *Hubungan Penggunaan Gawai dengan Konsentrasi Belajar Mahasiswa Semester II Keperawatan Universitas 'Aisyiyah Yogyakarta* (Doctoral dissertation, Universitas Aisyiyah Yogyakarta).
- Senggo'Palayukan, S. (2020). Faktor-Faktor yang Berhubungan dengan Perubahan Kualitas Tidur Mahasiswa Universitas Megarezky Makassar. *Nursing Inside Community*, 2(2), 59-63.
- Shodiq, F., Kosasih, E., & Maslihah, S. (2020). Need To Belong Dan of Missing Out Mahasiswa Pengguna Media Sosial Instagram. *Jurnal Psikologi Insight*, 4.
- Sibero, P. P. R. T., Ratu, K., Nurina, L., & Folamauk, C. L. (2022). Correlation Between Duration and Frequency Online Lecture With Conference Fatigue At Medical Faculty University Nusa Cendana. *Cendana Medical Journal (CMJ)*, 10(2), 370-383.

- Sihotang, H., Harefa, N., Lamsari, L. S., & Murniarti, E. (2021). Concentration Of Student's Learning Through Utilization Of Quizlet Application On Learning Evaluation. *Advances in Social Sciences Research Journal*, 8(1), 589–598. <https://doi.org/10.14738/assrj.81.9636>
- Suha, Y., Nauli, F. A., & Karim, D. (2022). Gambaran Burnout Pada Mahasiswa Jurusan Keperawatan. *Community of Publishing in Nursing (COPING)*, 10(2).
- Sunawan, S., Amin, Z. N., Hafina, A., & Kholili, M. I. (2021). The differences of students' burnout from level of education and duration daily online learning during COVID-19 pandemics. In *Proceedings of the International Conference on Industrial Engineering and Operations Management* (pp. 3723-3729).
- Winarni, S. A. D., Basuki, S. W., Herawati, E., & Ichsan, B. (2021). *Pengaruh Uang Saku, Motivasi, Serta Durasi Belajar Terhadap Prestasi Belajar Mahasiswa Fakultas Kedokteran*. Proceeding Book National Symposium and Workshop Continuing Medical Education XIV.
- Yuliana, Anindita, H. A., & Syaifuddin, M. W. (2021). Pengaruh Konsentrasi Belajar dan Lingkungan Belajar terhadap Hasil Belajar Matematika pada Pembelajaran Daring. *PRISMA*, 10(2), 141–155. <https://jurnal.unsur.ac.id/prisma>
- Zulfiani, R. (2021). Hubungan Kondisi Lingkungan Dengan Tingkat Konsentrasi Siswa. *EDUCATOR (Directory of Elementary Education Journal)*, 2(1), 1-22.