

## **BAB II**

### **TINJAUAN PUSTAKA**

#### **2.1 Pandemi**

##### **2.1.1 Definisi**

Pandemi didefinisikan sebagai tingkat endemi dengan jumlah kasus penyakit tertentu telah menyebar di tingkat global, biasanya mempengaruhi sejumlah besar orang.<sup>20,21</sup>

Pandemi termasuk kedalam Kedaruratan Kesehatan Masyarakat yang Meresahkan Dunia (KKM-MD) / *Public Health Emergency of International Concern* (PHEIC), didefinisikan sebagai kejadian luar biasa yang dapat merupakan ancaman kesehatan bagi Negara lain, sehingga memungkinkan terjalannya koordinasi secara internasional dalam penanggulangannya sesuai ketentuan dalam *International Health Regulation* / Peraturan Kesehatan Internasional (IHR) 2005.<sup>21-23</sup>

#### **2.2 COVID-19**

##### **2.2.1 Definisi COVID-19**

Coronavirus adalah virus RNA untai tunggal positif dengan *envelope*. Coronavirus termasuk subfamili Orthocoronavirinae, seperti namanya, dengan karakteristik "seperti mahkota" paku di permukaannya.

Subfamili Orthocoronavirinae dari keluarga Coronaviridae (Orde Nidovirales) digolongkan menjadi 4 gen Cov: Alphacoronavirus, Betacoronavirus, Deltacoronavirus, dan Gammacoronavirus. Genus betacoronavirus dapat dibagi menjadi beberapa subkelompok: 2019-nCoV, SARS-CoV, dan CoV mirip SARS kelelawar milik Sarbecovirus, sedangkan MERS-CoV, termasuk Merbecovirus. SARS-CoV, MERS-CoV, dan 2019-nCoV semuanya menyebabkan penyakit pada manusia.<sup>24</sup>

### **2.2.2 Masa Inkubasi COVID-19**

Masa inkubasi COVID-19 adalah 1 hingga 14 hari, biasanya pada hari ke tiga sampai hari ke tujuh.<sup>25</sup>

### **2.2.3 Penularan**

Pada wabah COVID-19 penyebaran terjadi antar manusia dapat secara langsung maupun tidak langsung. Dalam kasus Penyebaran COVID-19 terbagi dua, yaitu:

**a) Secara langsung antarmanusia (*human to human*)**

Transmisi melalui mulut dan hidung dari orang yang terkena infeksi, seperti batuk, bersin, dan berbicara, kemudian menyebar apabila masyarakat tidak mematuhi protokol kesehatan yang telah ditetapkan oleh pemerintah, seperti jaga jarak minimal 1 meter, mencuci tangan atau menggunakan *handsanitizer*, dan memakai masker.<sup>26-28</sup>

**b) Penyebaran tidak langsung**

Apabila mereka yang terinfeksi menyentuh permukaan, seperti meja, gagang pintu, dan benda lainnya, kemudian ketika orang menyentuh permukaan tersebut dapat terkena infeksi jika menyentuh anggota badan setelah berpegangan benda yang telah terkontaminasi.<sup>27</sup>

#### **2.2.4 Manifestasi Klinis**

Telah diketahui, bahwasannya orang yang terkena pajanan COVID-19 akan mengalami gejala klinis ringan, sedang, atau berat, dan adapun tidak mengalami gejala (asimtomatik). Gejala klinis pada umumnya didapati demam, batuk, kesulitan bernafas, nyeri tenggorokan, hidung tersumbat, dan sakit kepala. Selain itu, dapat disertai dengan gejala lain, seperti sesak yang parah, kelelahan, kehilangan penciuman, gejala gastrointestinal seperti diare dan gejala saluran pernapasan lainnya. Pada kasus yang parah, penyakit ini dengan tangkas dapat mengalami perburukan, seperti *Acute Respiratory Distress Syndrome (ARDS)*, syok septik, dan asidosis metabolik yang sulit terdeteksi. Sebagian besar pasien memiliki prognosis baik, tetapi beberapa berada dalam kondisi kritis bahkan meninggal. Orang lanjut usia yang memiliki komorbid seperti tekanan darah tinggi, masalah jantung dan paru-paru, diabetes, dan kanker berisiko lebih besar mengalami perburukan.<sup>6,29</sup>

## 2.2 Pembelajaran Daring

### 2.2.1 Definisi

Proses pembelajaran menggunakan fasilitas internet yang dimana antara para siswa dan pengajar berpartisipasi dalam kehadiran saat pembelajaran, tetapi tidak dalam satu ruangan yang sama.<sup>30</sup>

### 2.2.2 Macam-Macam

Terdapat dua macam berinteraksi secara online, yaitu:

- *Synchronous Instruction*

Berkomunikasi secara langsung antara pengajar dan pesert didik, dengan maksud:

(a) Melibatkan pembelajaran tatap muka dalam pembelajaran daring, yaitu melakukan strategi pembelajaran secara komunikatif sehingga peserta didik aktif mengikuti pembelajaran.

(b) Membahas topik pembelajaran sesuai dengan kehidupan yang ada di sekitar peserta didik, sehingga mereka belajar dengan menghubungkannya lalu dapat memecahkan setiap permasalahan pada kehidupan sehari-hari.

(c) Menggunakan metode pembelajaran berpikir kritis yang dapat menginspirasi peserta didik untuk memiliki ide kreatif dalam menyajikan solusi terhadap segala permasalahan.

- *Asynchronous Instruction*

Pembelajaran dilakukan tidak adanya komunikasi antar pengajar dan peserta didik, secara tidak langsung peserta didik diberikan video dan dapat berupa materi ajar dalam bentuk modul, power point, dokumen, atau rekaman suara, dan lain-lain.

### **2.2.3 Karakteristik**

Pembelajaran daring memiliki karakteristik yang menjadi bahan acuan dalam kegiatan pembelajaran:

Pembelajaran daring mempunyai karakteristik yang menjadi rujukan selama kegiatan pembelajaran, yaitu:<sup>31</sup>

- 1) Meminta peserta didik untuk mandiri membentuk dan menciptakan pengetahuan secara mandiri (*constructivism*)
- 2) Pembelajaran berkolaborasi membangun pengetahuan dan memecahkan permasalahan dengan kerjasama (*social constructivism*)
- 3) Membuat komunitas pembelajar (*community of learners*) yang inklusif.
- 4) Menggunakan media lama (*website*) yang dapat di akses melalui internet, fasilitas komputer, ruang kelas virtual, dan/atau kelas digital.
- 5) Interaktivitas, kemandirian, aksesibilitas, dan pengayaan. Pembelajaran daring dapat memberikan layanan pembelajaran terbuka dan bersifat massif sehingga dapat menjangkau audiens lebih luas.

#### **2.2.4 Tujuan**

Secara umum tujuan dari pembelajaran daring sebagai pengganti kelas tatap muka adalah agar peserta didik dengan mudah mengendalikan kegiatan belajar pada waktu yang telah ditentukan dan aktivitas lain pada kehidupan sehari-hari. Hal lain, menyatakan metode pembelajaran daring lebih mudah dikerjakan karena tidak terikat oleh waktu sebagaimana model pembelajaran sebelumnya. Melalui pembelajaran daring juga akan lebih mudah bagi guru untuk mengontrol dan mengkomunikasikan informasi secara jelas dan akurat.

#### **2.2.5 Kelebihan dan Kelemahan**

Dalam pembelajaran daring memiliki beberapa kelebihan sesuai yang telah dialami oleh para peserta didik dan pengajar. Kelebihan pertama, yang dirasakan saat pembelajaran daring, yaitu lebih praktis dan santai karena tidak banyak hal yang perlu dipersiapkan. Kelebihan kedua, saat pembelajaran daring merasakan lebih fleksibel kegiatan bisa dilakukan dimanapun. Kelebihan ketiga, dari segi waktu lebih hemat dan dapat dilakukan kapan saja tidak masalah. Kelebihan keempat, dipastikan semua baik siswa maupun pengajar dapat mengakses dengan mudah. Kelebihan kelima, informasi yang didapat tentu lebih cepat dan mudah dijangkau melewati aplikasi pada gawai seperti WA grup. Kelebihan keenam dilihat dari segi pengambilan nilai bahwa didapati dengan praktis dan mudah.

Sedangkan di samping kelebihan, pembelajaran daring juga memiliki sisi kekurangan seperti kurangnya partisipasi mahasiswa yang maksimal. Hal ini terlihat dari hasil keterlibatan siswa dalam pembelajaran dari awal hingga akhir pembelajaran. Hasil penelitian menunjukkan bahwa 50% siswa benar-benar aktif, 33% berpartisipasi aktif, sisanya 17% kurang aktif dan lebih banyak terlibat dalam proses pembelajaran daring. (Anugrahana, 2020: 287).

Diketahui dari paparan diatas, bahwa implementasi pembelajaran daring bagi pelajar, guru, mahasiswa, maupun dosen mengambil peran untuk melakukan pembelajaran daring sehingga tidak perlu tatap muka dalam kelas. Akan tetapi, kondisi tersebut tidak selamanya menghasilkan suatu ilmu yang paten, dikarenakan indikasi fenomena *lost learning*.

### **2.2.6 Dampak Pembelajaran Daring**

Perlu diketahui pembelajaran daring memiliki beberapa dampak, sebagai berikut:

- 1) Metode pembelajaran daring, memudahkan proses belajar-mengajar karena tidak perlu terikat pada tempat dan waktu. Namun, dibutuhkan banyak persiapan dari jauh hari. Sementara saat pembelajaran daring tiba pertama kali persiapan tidak pernah ada pada, sehingga semua guru (termasuk dosen) mengalami guncangan teknologi.
- 2) Pembelajaran daring tentu membosankan karena membutuhkan perangkat teknologi, seperti sinyal internet, gawai, dan atau kuota. Menjadi

persoalan, apabila dalam satu keluarga seluruh anggotanya tersebar di berbagai jenjang pendidikan, sementara tanpa kita ketahui penghasilan keluarga tersebut terbatas.

3) Pemberlakuan sistem pembelajaran daring secara mendadak mengubah suatu kurikulum yang secara rasional dipersiapkan untuk sistem pembelajaran konvensional.

4.) Perubahan pembelajaran tatap muka menjadi daring, suatu keharusan untuk memiliki pengetahuan mengenai teknologi. Akan tetapi, penguasaan teknologi inilah yang belum tersebar secara merata.

## **2.3 Dosen**

### **2.3.1 Definisi Dosen**

Dosen adalah pendidik profesional dan ilmuwan yang misi utamanya adalah mentransformasikan, mengembangkan, serta menyebarkan ilmu pengetahuan, teknologi, dan seni melalui kapasitas pendidikan, penelitian serta pengabdian kepada masyarakat yang memiliki fungsi untuk meningkatkan mutu pendidikan nasional.<sup>32</sup>



### **2.3.2 Kriteria Dosen**

Profesi dosen dapat diberikan kepada seseorang yang memiliki jabatan akademik Asisten Ahli, Lektor, Lektor Kepala dan Profesor. Dikatakan seorang dosen, apabila mencakupi beberapa syarat, yaitu:<sup>32,33</sup>

- a. Memiliki Sertifikat Pendidik yang dikeluarkan oleh Kementrian
- b. Melaksana Tridharma Perguruan Tinggi dengan beban kerja paling sedikit mendapati 12 sks, jumlah paling banyak 16 sks yang diadakan setiap semester.
- c. Tidak terikat sebagai staf tetap di instansi lain di luar Perguruan Tinggi tempat yang bersangkutan bertugas.
- d. Memiliki Nomor Induk Dosen Nasional (NIDN).
- e. Usia maksimal 70 untuk profesor dan maksimal 65 untuk Lektor, Lektor kepala, dan Asisten Ahli.

### **2.3.3 Kualifikasi Dosen**

Dosen yang mengajar mendapatkan kualifikasi pendidikan minimal:

- a) Lulusan program magister yang mengajar pada program sarjana atau universitas
- b) Lulusan program doktor untuk program sarjana

Status dosen mencakup dosen tetap dan tidak tetap, dengan keterangan:

1. Gelar akademik dosen tetap meliputi asisten ahli lektor-lektor kepala, dan professor.

2. Syarat untuk memiliki gelar profesor universitas adalah memiliki gelar doctor universitas.
3. Ketentuan jenjang jabatan akademik dan dosen tidak tetap ditetapkan oleh satuan pendidikan tinggi sesuai dengan peraturan undang-undang.

Dosen dapat diberhentikan secara terhormat apabila terdapat syarat sebagai berikut:

- a) Meninggal dunia.
- b) Mencapai usia pensiun.
- c) Atas dasar kemauan sendiri.
- d) Menderita sakit secara rohani dan jasmani, serta tidak dapat melakukan pengajaran dalam waktu 12 bulan.
- e) Jangka waktu kontrak kerja berakhir.

#### **2.3.4 Jam Kerja Dosen**

Jam kerja dosen dimaksudkan dengan berapa lama waktu pelaksanaan tugas seorang dosen yang dinyatakan berdasarkan satuan jam.

Pada Peraturan Menteri Agama Republik Indonesia Pasal ke-3 ayat 1 bahwasannya.<sup>34</sup>

- Sebagai dosen tetap wajib menjalankan Tridharma Perguruan Tinggi, maka dapat memenuhi ketentuan waktu yang dihabiskan dalam bekerja sebanyak 37, 5 jam setiap minggu. Ketentuan jam yang wajib dilaksanakan dengan penjabaran:

- a) Dosen dengan jabatan Asisten Ahli => 21 jam per minggu
- b) Dosen dengan jabatan Lektor => 17 jam per minggu
- c) Dosen dengan jabatan Lektor Kepala => 13 jam per minggu
- d) Dosen dengan jabatan Profesor => 9 jam per minggu

## 2.4 Burn Out

### 2.4.1 Konsep Dasar *Burnout*

Didefinisikan sebagai sindrom, dengan gejala kelelahan, mengabaikan kebutuhan sendiri, komitmen dan dedikasi, terlalu banyak bekerja, merasa tertekan dalam diri sendiri. Diketahui bahwa *burnout* dapat muncul ketika merasa gagal, terjadi penurunan prestasi, dan memperkerjakan diri sendiri secara berlebihan sehingga terjadi kelelahan.<sup>35</sup> *Burnout* dapat dibahas secara khusus sebagai fenomena dalam konteks pekerjaan. Oleh karena itu, dapat didefinisikan sebagai sindrom yang dikonseptualisasi akibat stress kronis ketika sedang bekerja atau ditempat kerja.<sup>36</sup>

Diketahui dari berbagai banyak pekerjaan menjadi sumber *burnout*. Salah satunya, seorang dosen dekat terhadap risiko *burnout* dengan beberapa alasan yang dapat menimbulkan stress dan cemas. Tugas yang dihadapkan seperti pengejaran, penelitian dan pengabdian pada masyarakat, sehingga hal tersebut memberikan tekanan tambahan yang akan berpotensi terjadinya *burnout*. Oleh karena itu, dosen dengan mudahnya terjerumus

mengalami *burnout*. Semakin tinggi level kinerja dosen, semakin besar seorang dosen mengalami *burnout*.<sup>37</sup>

#### **2.4.2 Dimensi *Burnout***

*Burnout* ditandai dengan tiga dimensi, sebagai berikut: Adapun penjelasan lebih lanjut untuk masing-masing dimensi *burnout* diuraikan sebagai berikut: <sup>38-40</sup>

Pertama, *emotional exhaustion*.

*Exhaustion* atau kelelahan emosi keadaan di mana seseorang merasa kehabisan energi, merasa terkuras secara emosional, dan merasa tidak mampu menghadapi tuntutan-tuntutan pekerjaan atau kehidupan secara umum, lelah secara kronis akibat dari tugas berlebihan, merasa tertekan, khawatir banyak merenungi masalah, dan kecemasan sehingga kesulitan untuk tidur.

Kedua, *depersonalization*

*Depersonalization* ialah perasaan negative dan merasa sinis kepada orang lain, mereka merasa butuh bantuan untuk menolong dari permasalahannya dari perasaan yang negative dan sinis terhadap orang lain, merasa mereka perlu ditolong dari masalah. Salah satu sifat seperti sinis tanda yang bisa kita kenali adalah merasa bersikap dingin dan melakukan jaga jarak dengan pekerjaan dan orang yang berada disekitarnya. Individu yang mengalami depersonalisasi dapat merasa tidak peduli terhadap orang-

orang di sekitarnya, atau bahkan merasa bahwa orang-orang tersebut hanya merupakan objek tanpa makna. Depersonalisasi biasanya terkait dengan pekerjaan yang melibatkan interaksi sosial yang tinggi, seperti pelayanan kesehatan atau bidang pelayanan publik. Tingkat depersonalisasi yang tinggi dapat menyebabkan individu mengalami kelelahan emosional dan mempengaruhi kinerja mereka serta kualitas layanan yang diberikan. Oleh karena itu, pengukuran depersonalisasi pada MBI dapat membantu organisasi dan individu untuk mengenali tanda-tanda *burnout* dan mengambil tindakan pencegahan yang diperlukan.

#### Ketiga, *Personal Accomplishment*

Pencapaian pribadi merujuk pada perasaan positif yang timbul ketika seseorang merasa berhasil dalam pekerjaannya dan merasa memiliki arti atau tujuan dalam pekerjaan tersebut. Pencapaian personal dapat melindungi individu dari *burnout* dan meningkatkan motivasi serta kinerja mereka.

### **2.4.3 Faktor Penyebab *Burnout***

Faktor penyebab *burnout* terbagi menjadi dua, yaitu:<sup>41</sup>

#### 1. Faktor Eksternal

Mencakupi dari lingkungan kerja yang kurang baik, dukungan dari atas tidak mencukupi, imbalan yang diberikan tidak sebanding, kesempatan untuk promosi kecil, tuntutan pekerjaan dan terlalu monoton.

## 2. Faktor Internal

Meliputi jenis kelamin, umur, harga diri, dan karakteristik individu.

### 2.4.4 Gejala *Burnout*

*Burnout* merupakan suatu proses kumulatif, dengan diberi tanda peringatan kecil, setelah itu ketika dihiraukan akan menjadi suatu masalah yang serius, dan akan menimbulkan gejala-gejala *burnout* sebagai berikut:

- Emosi negatif

Munculnya perasaan marah, frustrasi, ketidakpuasan, kegelisahan, bahkan mengalami keadaan merasa depresi, ini merupakan bagian normal dari kehidupan dan bekerja. Namun, apabila seseorang terjebak dalam siklus *burnout* dengan emosi negatif akan menyebabkan sesuatu yang kronis. Perkembangan gejala timbul kecemasan, kemurungan, mudah marah, rasa bersalah, dan ketakutan sehingga akan berdampak terjadinya depresi.

- Frustrasi

Perasaan frustrasi dirasakan sebagai awal gejala *burnout*, dimana seseorang harus menyelesaikan tugas-tugas pekerjaan dan sedang menjalankan tanggung jawab pekerjaan saat waktu bekerja.

- Depresi

Perasaan depresi yang mendalam dapat dirasakan seperti kelelahan emosi, seseorang merasa tenaganya terkuras untuk melakukan sesuatu. Depresi

juga timbul sebagai respon dari situasi pekerjaan. Kejadian ini dapat mengakibatkan gangguan kesehatan lainnya dan performa kerja yang menurun.

- Masalah Kesehatan

Seseorang yang mengalami *burnout* akan rentan timbul masalah kesehatan baru, mulai merasakan flu, pilek, insomnia, alergi, gangguan kardiovaskular, gangguan pencernaan, dan masih banyak lagi kesehatan serius lainnya. Seseorang yang terkena *burnout* sangat rentan terhadap gangguan kesehatan mulai dari flu, pilek, insomnia, serangan alergi, gangguan kardiovaskular, gangguan pencernaan, dan gangguan kesehatan serius lainnya. Simpanan emosional korban *burnout* akan terkuras, ketahanan akan menurun fisik.

- Kinerja Menurun

*Burnout* mempengaruhi dari produktifitas serta kinerja seorang akan menurun, absensi kemungkinan meningkat.

#### **2.4.5 Kuisisioner *Burnout***

Kuisisioner *Maslach Burnout Inventory* (MBI) yang telah disusun oleh peneliti, yang sebelumnya telah dilakukan uji validitas dan realibilitas.

Kuisisioner tersebut terdiri atas 22 pertanyaan:

- 9 skala pertanyaan tertuju pada emosional
- 5 skala pertanyaan tertuju pada depersonalisasi

- 8 skala pertanyaan tertuju pada rasa percaya diri

Selain itu, banyak skala ditinjau untuk materi yang berguna, meskipun tidak ada item yang dipinjam langsung. Item ditulis sebagai pernyataan tentang perasaan atau sikap pribadi. Bentuk umum 'penerima' digunakan dalam item untuk merujuk pada orang-orang tertentu untuk siapa subjek memberikan layanan, perawatan atau pengobatan. Mengikuti petunjuk Hassles Scale (Lazarus dan Cohen, 1977), setiap pernyataan dinilai dalam dua dimensi:

Frekuensi dan intensitas.

- Skala frekuensi, bentuk pernyataan tentang perasaan pribadi dinilai menggunakan format respons, yang terdiri dari enam poin:
  - 0= tidak pernah
  - 1= beberapa kali dalam setahun
  - 2= satu kali dalam sebulan atau kurang
  - 3= beberapa kali dalam sebulan
  - 4= sekali dalam seminggu
  - 5= beberapa kali dalam seminggu
  - 6= setiap hari
- Skala intensitas berkisar dari
  - 1 (sangat ringan)
  - 7 (mayor, sangat kuat)
  - Tidak lengkap (diberi nilai nol)



## 2.5 Keislaman

Sebagai hamba Allah, dalam kehidupan di muka bumi, manusia tidak akan terlepas dari tantangan, baik kesulitan maupun sukacita, karena sunnatullah berlaku bagi setiap insan, baik beriman maupun kafir. Allah Ta'ala berfirman,

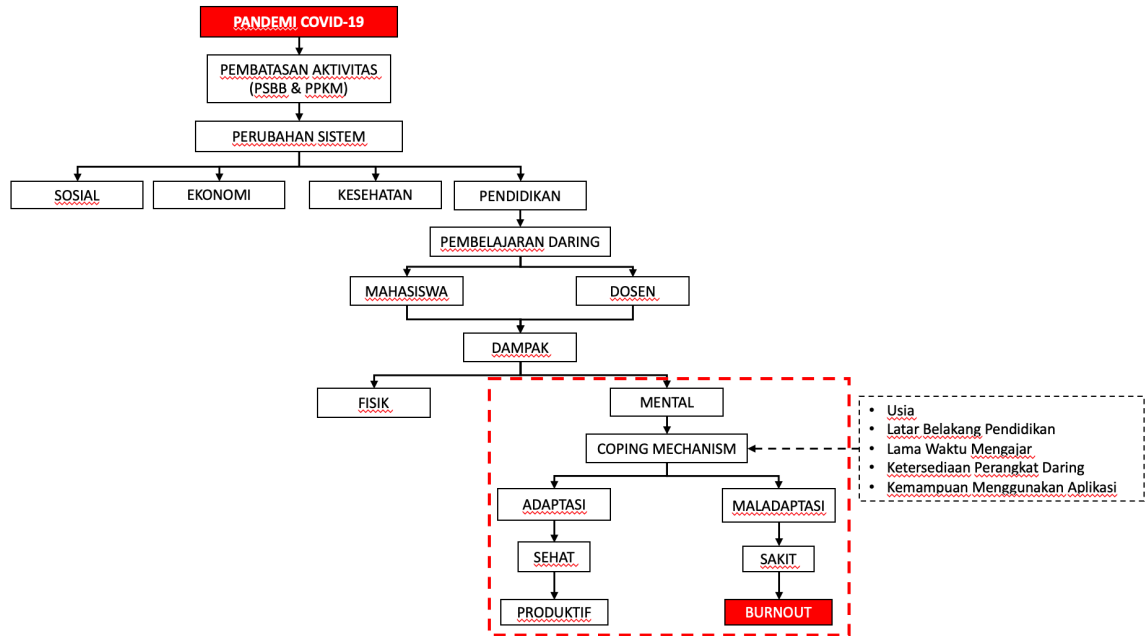
وَنَبْلُوكُم بِالشَّرِّ وَالْخَيْرِ فِتْنَةً وَإِلَيْنَا تُرْجَعُونَ

*“Kami akan menguji kamu dengan keburukan dan kebaikan sebagai cobaan (yang sebenar-benarnya), dan hanya kepada Kamilah kamu dikembalikan.”* (Qs.Al Anbiya: 35)

Ibnu Katsir –*rahimahulloh*– berkata, “Makna ayat ini yaitu: Kami menguji kamu (wahai manusia), terkadang dengan bencana dan terkadang dengan kesenangan, agar Kami melihat siapa yang bersyukur dan siapa yang ingkar, serta siapa yang bersabar dan siapa yang beputus asa.” (*Tafsir Ibnu Katsir*)

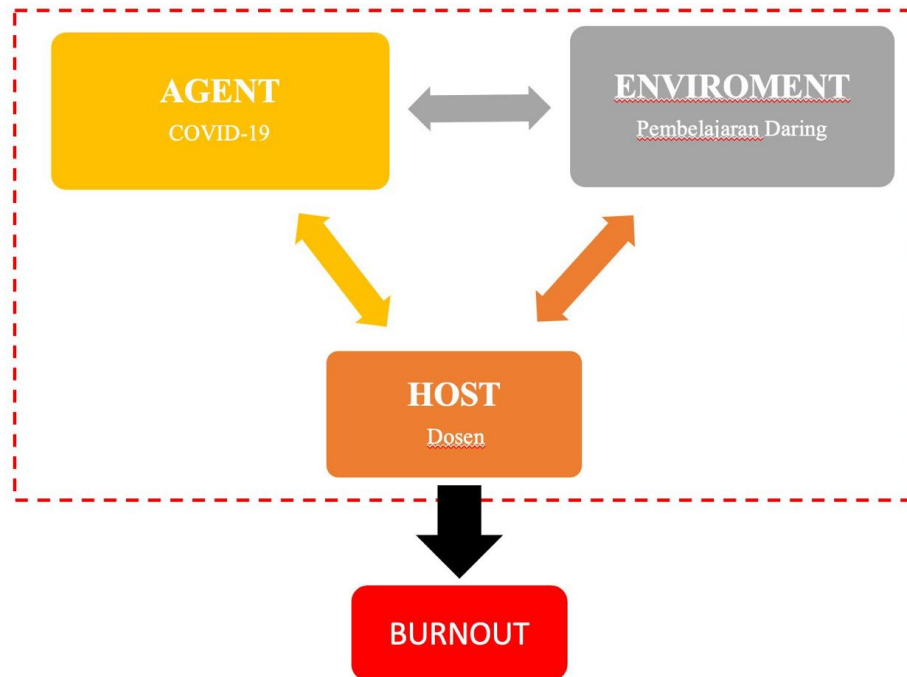
*Allah berfirman pada hadist qudsi “Aku (Alloh) berkehendak, kalau aku ikhlas dengan kehendak-Ku, akan Ku-beri maumu. Tetapi jika kau tidak ikhlas dengan mau-Ku, akan Ku-sibukkan, Ku-lelahkan engkau dengan maumu.*

## 2.6 Kerangka Teori



Gambar 2. 1 Kerangka teori

## 2.7 Kerangka Konsep



Gambar 2. 2 Kerangka konsep