



Nilai-Nilai Prososial, Hidup Sehat dan Akademik dalam Krisis:

Peran Aktif Mahasiswa dalam Pembelajaran
di Masa Pandemi COVID-19

Prof. Dr. Alfauzan Amin, M.Ag
Prof. Dr. Zulkarnain S, M.Ag
Dr. Alimni, M.Pd
Dr. Mardeli, MA
Geri Gempari



**Nilai-Nilai Prosocial, Hidup Sehat
dan Akademik dalam Krisis:**
Peran Aktif Mahasiswa dalam Pembelajaran
di Masa Pandemi COVID-19

UU No. 28 Tahun 2014 tentang Hak Cipta

Fungsi dan Sifat Hak Cipta Pasal 4

Hak Cipta sebagaimana dimaksud dalam Pasal 3 huruf a merupakan hak eksklusif yang terdiri atas hak moral dan hak ekonomi.

Pembatasan Pelindungan Pasal 26

Ketentuan sebagaimana dimaksud dalam Pasal 23, Pasal 24, dan Pasal 25 tidak berlaku terhadap:

- i. Penggunaan kutipan singkat Ciptaan dan/atau produk Hak Terkait untuk pelaporan peristiwa aktual yang ditujukan hanya untuk keperluan penyediaan informasi aktual;
- ii. Penggandaan Ciptaan dan/atau produk Hak Terkait hanya untuk kepentingan penelitian ilmu pengetahuan;
- iii. Penggandaan Ciptaan dan/atau produk Hak Terkait hanya untuk keperluan pengajaran, kecuali pertunjukan dan Fonogram yang telah dilakukan Pengumuman sebagai bahan ajar; dan
- iv. Penggunaan untuk kepentingan pendidikan dan pengembangan ilmu pengetahuan yang memungkinkan suatu Ciptaan dan/atau produk Hak Terkait dapat digunakan tanpa izin Pelaku Pertunjukan, Produser Fonogram, atau Lembaga Penyiaran.

Sanksi Pelanggaran Pasal 113

1. Setiap Orang yang dengan tanpa hak melakukan pelanggaran hak ekonomi sebagaimana dimaksud dalam Pasal 9 ayat (1) huruf i untuk Penggunaan Secara Komersial dipidana dengan pidana penjara paling lama 1 (satu) tahun dan/atau pidana denda paling banyak Rp100.000.000 (seratus juta rupiah).
2. Setiap Orang yang dengan tanpa hak dan/atau tanpa izin Pencipta atau pemegang Hak Cipta melakukan pelanggaran hak ekonomi Pencipta sebagaimana dimaksud dalam Pasal 9 ayat (1) huruf c, huruf d, huruf f, dan/atau huruf h untuk Penggunaan Secara Komersial dipidana dengan pidana penjara paling lama 3 (tiga) tahun dan/atau pidana denda paling banyak Rp500.000.000,00 (lima ratus juta rupiah).

Nilai-Nilai Prososial, Hidup Sehat dan Akademik dalam Krisis:

**Peran Aktif Mahasiswa dalam Pembelajaran
di Masa Pandemi COVID-19**

Prof. Dr. Alfauzan Amin, M.Ag., Prof. Dr. Zulkarnain S, M.Ag
Dr. Alimni, M.Pd., Dr. Mardeli, M.A., Geri Gempari

**Nilai-Nilai Prososial, Hidup Sehat dan Akademik dalam Krisis:
Peran Aktif Mahasiswa dalam Pembelajaran di Masa Pandemi COVID-19**

Penulis : Prof. Dr. Alfauzan Amin, M.Ag.
Prof. Dr. Zulkarnain S, M.Ag.
Dr. Alimni, M.Pd.
Dr. Mardeli, M.A.
Geri Gempari
Editor : Abdurrahman
Desain Cover : Syaiful Anwar
Sumber : www.shutterstock.com (Drazen Zigic)
Tata Letak : Hifzillah Fahmi
Proofreader : A. Timor Eldian

Ukuran:
viii, 58 hlm., Uk.: 15.5x23 cm

ISBN:
978-623-02-8945-3

Cetakan Pertama:
Agustus 2024

Hak Cipta 2024 pada Penulis
Copyright © 2024 by Deepublish Publisher
All Right Reserved

**PENERBIT DEEPUBLISH
(Grup Penerbitan CV BUDI UTAMA)**

Anggota IKAPI (076/DIY/2012)
Jl. Rajawali, Gg. Elang 6, No. 3, Drono, Sardonoharjo, Ngaglik, Sleman
Jl. Kaliurang Km. 9,3 – Yogyakarta 55581
Telp./Faks : (0274) 4533427
Website : www.penerbitdeepublish.com
www.deepublishstore.com
E-mail : cs@deepublish.co.id

Hak cipta dilindungi undang-undang.

Dilarang keras menerjemahkan, memfotokopi, atau memperbanyak sebagian atau seluruh isi buku ini tanpa izin tertulis dari penerbit.

Isi di luar tanggung jawab percetakan.

KATA PENGANTAR PENERBIT

Segala puji kami haturkan kepada Tuhan Yang Maha Esa, atas limpahan segala anugerah dan karunia-Nya. Dalam rangka mencerdaskan dan memuliakan umat manusia dengan penyediaan serta pemanfaatan ilmu pengetahuan dan teknologi untuk menciptakan industri *processing* berbasis sumber daya alam (SDA) Indonesia, Penerbit Deepublish dengan bangga menerbitkan buku dengan judul *Nilai-Nilai Prososial, Hidup Sehat dan Akademik dalam Krisis: Peran Aktif Mahasiswa dalam Pembelajaran di Masa Pandemi COVID-19*.

Buku ini mengulas secara mendalam pengalaman pembelajaran mahasiswa di perguruan tinggi keagamaan selama masa pandemi COVID-19, serta dampak signifikan dari pengalaman tersebut terhadap perilaku akademik, perilaku hidup sehat, dan perilaku prososial mereka. Pandemi COVID-19 membawa perubahan drastis dalam sistem pendidikan di seluruh dunia, termasuk di Indonesia. Perguruan tinggi keagamaan, dengan kekhasan kurikulum dan metodologi pengajaran yang mengintegrasikan nilai-nilai agama, menghadapi tantangan unik selama masa transisi ke pembelajaran daring. Buku ini mengeksplorasi bagaimana mahasiswa beradaptasi dengan pembelajaran jarak jauh, serta bagaimana adaptasi tersebut mempengaruhi berbagai aspek kehidupan mereka.

Terima kasih dan penghargaan terbesar kami sampaikan kepada penulis yang telah memberikan kepercayaan, perhatian, dan kontribusi penuh demi kesempurnaan buku ini. Semoga buku ini bermanfaat bagi semua pembaca, mampu berkontribusi dalam mencerdaskan dan memuliakan umat manusia, serta mengoptimalkan pemanfaatan ilmu pengetahuan dan teknologi di tanah air.

Hormat Kami,

Penerbit Deepublish

DAFTAR ISI

KATA PENGANTAR PENERBIT	v
DAFTAR ISI	vi
DAFTAR TABEL.....	vii
BAB I TEKNOLOGI DIGITAL ERA REVOLUSI INDUSTRI 4.0.....	1
BAB II GAYA HIDUP SEHAT BAGI KALANGAN AKADEMIK DI MASA PANDEMI COVID-19	6
A. Adaptasi Pembelajaran Mahasiswa selama Pandemi Covid 19	6
B. Perspektif Perilaku Akademik.....	7
C. Perspektif Perilaku Hidup Sehat.....	8
D. Perspektif Perilaku Sosial Mahasiswa.....	9
BAB III LANGKAH MENGIDENTIFIKASI PEMBELAJARAN MAHASISWA SELAMA PANDEMI.....	17
BAB IV EKSPLORASI SISTEM PEMBELAJARAN PERGURUAN TINGGI	22
A. Perspektif Pembelajaran Mahasiswa	22
B. Perspektif Gaya Pembelajaran pada Pandemi COVID-19	40
C. Strategi Alternatif Gaya Pembelajaran.....	44
BAB V COVID-19 DAN PERUBAHAN POLA PEMBELAJARAN.....	50
DAFTAR PUSTAKA	54

DAFTAR TABEL

Tabel 4.1	Pengalaman Belajar	22
Tabel 4.2	Perilaku Akademik.....	23
Tabel 4.3	Perilaku Hidup Sehat	24
Tabel 4.4	Perilaku Prososial.....	24
Tabel 4.5	Pencapaian Pengalaman Belajar	25
Tabel 4.6	Komponen Perilaku Akademik.....	26
Tabel 4.7	Standarisasi Perilaku Hidup Sehat	28
Tabel 4.8	Normalitas Perilaku Prososial.....	30
Tabel 4.9	Pengalaman Pembelajaran dan Perilaku Akademik.....	32
Tabel 4.10	Pengalaman Pembelajaran dan Perilaku Hidup Sehat	32
Tabel 4.11	Pengalaman Pembelajaran dan Perilaku Prososial.....	33
Tabel 4.12	Pengalaman Pembelajaran terhadap Perilaku Akademik, Perilaku Pola Hidup Sehat dan Perilaku Prososial Mahasiswa.....	33
Tabel 4.13	Pengalaman Pembelajaran dan Perilaku Akademik.....	34
Tabel 4.14	Pengalaman Pembelajaran dan Perilaku Hidup Sehat	35
Tabel 4.15	Pengalaman Pembelajaran dan Perilaku Prososial.....	36
Tabel 4.16	Pengalaman Pembelajaran terhadap Perilaku Akademik, Perilaku Pola Hidup Sehat dan Perilaku Prososial Mahasiswa.....	36
Tabel 4.17	Pengalaman Pembelajaran dan Perilaku Akademik.....	37
Tabel 4.18	Pengalaman Pembelajaran dan Perilaku Hidup Sehat	38

Tabel 4.19	Pengalaman Pembelajaran dan Perilaku Prososial	38
Tabel 4.20	Pengalaman Pembelajaran terhadap Perilaku Akademik, Perilaku Pola Hidup Sehat dan Perilaku Prososial Mahasiswa	39
Tabel 4.21	Perbandingan dampak pengalaman pembelajaran selama pandemi COVID-19 terhadap perilaku akademik, hidup sehat, dan prososial	40

BAB I

TEKNOLOGI DIGITAL ERA REVOLUSI INDUSTRI 4.0

Kemajuan sains dan teknologi di bidang digital dan internet telah mengharuskan manusia untuk beradaptasi dan menguasai segala aktivitas pekerjaan mereka. Hal ini juga berlaku dalam pembelajaran di perguruan tinggi untuk menghadapi era revolusi industri 4.0. Di era ini, segala hal yang berhubungan dengan digital menjadi tren dan gaya hidup manusia¹. Masuknya Indonesia ke era revolusi industri 4.0 ditandai dengan dikeluarkannya roadmap “*Making Indonesia 4.0*”² yang diumumkan secara resmi oleh Kementerian Perindustrian bersama dengan pengembangan infrastruktur digital nasional, yang merupakan inisiatif lintas sektoral. Industri Indonesia juga perlu mempersiapkan diri untuk menghadapi peristiwa yang erat kaitannya dengan era digital. Kemampuan untuk mengelola data yang aman dan relevan sesuai dengan peraturan yang berlaku adalah salah satu hal utama yang harus terus ditingkatkan oleh setiap industri³.

¹ Hanifah Azzahra and others, ‘Tren Inovasi Digital Pasca Pandemi Covid-19 Pada Keberlanjutan’, *Journal Science Innovation and Technology*, 2.1 (2021), 6–14 <<https://ojs.udb.ac.id/index.php/SINTECH/article/view/1062/904>>.

² Menteri Perindustrian Republik Indonesia Fourth, *Making Indonesia, Making Indonesia*, 2019 <<https://doi.org/10.7591/9781501719370>>.

³ Frindy Johana, ‘Pentingnya Teknologi Dalam Pengelolaan Data Di Era Revolusi Industri 4.0’, *Www.Dqlab.Com*, 2021 <<https://www.dqlab.id/teknologi-digital-untuk-tingkatkan-kompetensi-melek-data>>.

Termasuk dalam hal ini adalah kebutuhan teknologi industri di bidang pendidikan⁴. Sehubungan dengan hal itu, pendidikan di perguruan tinggi memiliki peran penting sebagai agen perubahan⁵.

Penting bagi masyarakat kampus perguruan tinggi keislaman untuk mengembangkan kemampuan mereka dalam mempelajari dan menguasai teknologi dengan cepat dan terampil⁶. Jika tidak, hal ini akan tertinggal dibandingkan dengan masyarakat atau komunitas pada perguruan tinggi lainnya. Para pakar pendidikan telah memperkirakan bahwa dalam sepuluh hingga dua puluh tahun lagi, dunia perguruan tinggi akan memiliki dominasi teknologi⁷. Namun, dalam kenyataannya menunjukkan bahwa pandemi COVID-19 seolah mengingatkan kita bahwa tindakan manusia yang berhubungan dengan digitalisasi tidak perlu menunggu lama⁸. Hal ini menandakan bahwa perubahan harus segera diterima dan diterapkan dalam kehidupan sehari-hari. Kebijakan bekerja dari rumah telah mengubah perilaku manusia dalam berbagai aktivitas⁹. Salah satu perubahan¹⁰ yang terjadi di masa pandemi adalah perubahan perilaku gaya belajar mahasiswa. Sebelumnya, belajar secara tatap muka adalah hal yang biasa, namun sekarang belajar daring atau *online* menjadi kebiasaan¹¹. Sejak Maret 2020, pelajar dari tingkat Taman Kanak-kanak dan Sekolah Dasar hingga Perguruan Tinggi (PT) menerapkan proses belajar dan mengajar di tempat yang berbeda antara pendidik dan siswa secara *online*¹², tindakan

⁴ Mohd Javaid and others, 'Industry 4.0 Technologies and Their Applications in Fighting COVID-19 Pandemic', *Diabetes and Metabolic Syndrome: Clinical Research and Reviews*, 14.4 (2020), 419–22 <<https://doi.org/10.1016/j.dsx.2020.04.032>>.

⁵ Alifia Lufthansa and Suwandi Supatra, 'Tempat Pelatihan Industri Konveksi: Tipologi Baru Sebagai Pendekatan Disain', *Jurnal Sains, Teknologi, Urban, Perancangan, Arsitektur (Stupa)*, 1.2 (2020), 1231 <<https://doi.org/10.24912/stupa.v1i2.4576>>.

⁶ Javaid and others.

⁷ Idrizon, 'Prediksi Teknologi Informasi Masa Depan', *Perpustakaan Universitas Negeri Padang* <<http://pustaka.unp.ac.id/read/artikel/12/prediksi-teknologi-informasi-masa-depan.html>>.

⁸ Kominfo, *Pandemi Covidpacu Adaptasi* <https://www.kominfo.go.id/content/detail/32602/pandemi-covid-19-pacu-adaptasi-gunakan-teknologi-digital/0/berita_satker>.

⁹ Oswar Mungkasa, 'Bekerja Dari Rumah (Working From Home/WFH): Menuju Tatanan Baru Era Pandemi COVID 19', *Jurnal Perencanaan Pembangunan: The Indonesian Journal of Development Planning*, 4.2 (2020), 126–50 <<https://doi.org/10.36574/jpp.v4i2.119>>.

¹⁰ Sandryones Palinggi and Lutma Ranta Allolinggi, 'Analisa Deskriptif Industri Fintech Di Indonesia: Regulasi Dan Keamanan Jaringan Dalam Perspektif Teknologi Digital', *Ekonomi Dan Bisnis*, 6.2 (2020), 177–92 <<https://doi.org/10.35590/jeb.v6i2.1327>>.

¹¹ Palinggi and Allolinggi.

¹² Fieka Nurul Arifa, 'Siapa Gelar Sekolah Tatap Muka Pada Oktober', *Info Singkat;Kajian Singkat Terhadap Isu Aktual Dan Strategis*, 2020, 6 <http://berkas.dpr.go.id/puslit/files/info_singkat/Info_Singkat-XII-7-I-P3DI-April-2020-1953.pdf>.

pencegahan yang dianjurkan oleh pihak berwenang bertujuan untuk menghentikan penyebaran virus yang membahayakan jiwa. Perubahan tiba-tiba terjadi dalam proses pembelajaran, dari tatap muka di kelas menjadi pembelajaran virtual. Pengalaman pembelajaran virtual dimulai sejak bulan Maret 2020¹³ hingga pembelajaran tatap muka kembali dimulai pada semester ganjil 2021/2022¹⁴, Saat ini sudah sekitar 19 bulan atau 1 tahun 7 bulan berlalu. Pastinya dalam rentang waktu tersebut, peserta didik termasuk mahasiswa telah mengalami perubahan sikap dan perilaku dalam proses belajar dengan semakin akrabnya penggunaan teknologi digital dan beragam aplikasi virtual pembelajaran.

Selain itu, gaya hidup sehat juga menjadi sikap positif yang terbentuk selama pandemi¹⁵. Bisa dimengerti bahwa sikap tersebut terbentuk karena adanya penerapan kebijakan pemerintah mengenai kebiasaan baru dalam rangka menjaga daya tahan tubuh agar tidak terinfeksi virus Covid 19 dengan kebijakan gaya hidup sehat. Mulai dari menjaga jarak, mencuci tangan dengan sabun, mengonsumsi makanan sehat dan bergizi, mengonsumsi makanan yang mengandung vitamin, istirahat yang cukup, mengurangi bepergian jika tidak perlu, dan sebagainya adalah kebiasaan hidup sehat. Oleh karena itu, generasi mahasiswa saat ini dan di masa depan adalah mahasiswa yang memiliki gaya hidup yang lebih maju daripada masa sebelum Covid 19. Hal ini tentu menjadi catatan bagi lembaga pendidikan, khususnya perguruan tinggi, untuk memberikan layanan kepada mahasiswa, pendidik, dan tenaga kependidikan sesuai dengan lingkungan kampus yang akademis, sehat, dan modern. Layanan yang dimaksud dapat berupa fasilitas pembelajaran digital, fasilitas olahraga, fasilitas ibadah, dan kantin yang sehat dan Islami. Untuk menerapkan kebijakan tersebut, diperlukan kesiapan mental, sikap, dan perilaku yang sedang berkembang sebagai dampak dari kebijakan pimpinan yang berbasis prosedur kesehatan.

¹³ Arifa. *Tantangan Pelaksanaan ...*

¹⁴ Kemendikbud, *Penyelenggaraan Pembelajaran Tatap Muka Tahun Akademik 2021/2022*, 2021, pp. 3–5 <<http://journal.upgris.ac.id/index.php/jendelaolahraga/article/view/6216>>.

¹⁵ Asep Ardiyanto and others, 'Analisis Perilaku Hidup Bersih Dan Status Kebugaran Jasmani Di Era Pandemi Covid-19 Dosen PGSD', *Jendela Olahraga*, 5.2 (2020), 131–40 <<https://doi.org/10.26877/jo.v5i2.6216>>.

Sejak pembelajaran secara virtual dimulai selama pandemi COVID-19, diharapkan siswa semakin termotivasi untuk menggunakan kemajuan teknologi digital sebagai bagian dari kemajuan generasi milenial. Sangat diharapkan bahwa sikap dan gaya belajar mahasiswa perguruan tinggi keislaman akan dipengaruhi oleh sistem pendidikan yang menggabungkan elemen kemajuan dari era revolusi industri 4.0. Profil mahasiswa Islam yang ideal: mereka memiliki kompetensi keagamaan yang baik, dapat mengintegrasikan ajaran agama, dan mampu menyesuaikan diri dengan kemajuan ilmu dan teknologi¹⁶. Demikian juga dengan mahasiswa perguruan tinggi umum yang semuanya mengalami pengalaman pembelajaran selama era Covid 19. Tentu saja terdapat perbedaan dalam karakter mahasiswa antara yang berasal dari perguruan tinggi umum dan yang memiliki afiliasi keagamaan dalam membentuk sikap dan perilaku.

Sayangnya, belum ada data ilmiah yang valid yang digali secara sistematis dan metodologis yang menunjukkan bahwa siswa memiliki perilaku akademik, perilaku hidup sehat, dan perilaku prososial yang baik. Tidak ada penelitian yang berfokus pada pengaruh penerapan protokol kesehatan dalam kehidupan terhadap perilaku akademik, pola hidup sehat, dan perilaku prososial siswa. Oleh karena itu, hal ini merupakan fenomena yang memerlukan solusi yang segera ditemukan. Kajian dengan tema “pengalaman pembelajaran mahasiswa perguruan tinggi keagamaan selama pandemi COVID-19 dan pengaruhnya terhadap perilaku akademik, perilaku hidup sehat, dan perilaku prososial” diperlukan untuk menemukan jawaban atas masalah ini.

Dalam buku ini, penulisan memiliki batasan yang ditetapkan untuk mencegah permasalahan yang terlalu luas. Buku ini membahas pengalaman pembelajaran virtual selama masa COVID-19 dan dampaknya terhadap perilaku akademik, gaya hidup sehat, dan perilaku sosial di kalangan mahasiswa perguruan tinggi Islam. Selain itu, buku ini juga membahas faktor-faktor pendukung dan penghambat dalam membentuk perilaku akademik, gaya hidup sehat, dan perilaku sosial mahasiswa perguruan tinggi Islam.

¹⁶ Hudan Mudaris, ‘Integrasi Nilai-Nilai Karakter Dalam Pendidikan Lingkungan Hidup Di Era Revolusi Industri 4.0 Studi Kasus Model Pendidikan Lingkungan Hidup Di Sekolah Di DIY’, ed. by Arif Rahman (Komojoyo Press, 2019).

Melalui buku ini penulis berusaha memaparkan korelasi antara aktivitas pembelajaran secara virtual di masa Covid-19 terhadap perilaku akademik, perilaku hidup sehat, dan perilaku prososial mahasiswa di perguruan tinggi Islam. Kemudian daripada itu, apakah terdapat hubungan yang positif antara pengalaman belajar mahasiswa perguruan tinggi Keagamaan Islam selama pandemi Covid-19 dengan perilaku akademik, pola hidup sehat, dan perilaku prososial mahasiswa.

Dalam buku ini, penulis mencoba untuk menggambarkan betapa pentingnya kesadaran dan sikap penyelenggara pendidikan terhadap perubahan perilaku akademik mahasiswa yang semakin menurun. Selain itu, buku ini juga mengulas pengalaman pembelajaran agama Islam mahasiswa di perguruan tinggi Keagamaan Islam selama pandemi Covid-19 yang telah mempengaruhi perilaku dan pola hidup mahasiswa, yang pada gilirannya dapat mempengaruhi implementasi protokol kesehatan terkait perilaku hidup sehat mahasiswa perguruan tinggi Islam. Hal ini disebabkan oleh kurangnya informasi yang dapat diakses secara ilmiah mengenai kondisi tersebut.

Adapun kegunaan dalam penulisan buku ini tidak terlepas dari prosedur direncanakan diantaranya yaitu dapat mengembangkan aspek keilmuan teori tentang perilaku mahasiswa pada saat terjadinya pandemi Covid-19 di perguruan tinggi kelembagaan Islam, kemudian guna mempermudah pelaksanaan pendidikan perguruan tinggi dalam menerapkan kebijakan terkait perilaku mahasiswa di era milenial revolusi industri 4.0 dan menjadikan buku ini sebagai sumber referensi dalam mempertimbangkan dan memperdalam keilmuan bagi penulis lainnya.

BAB II

GAYA HIDUP SEHAT BAGI KALANGAN AKADEMIK DI MASA PANDEMI COVID-19

A. Adaptasi Pembelajaran Mahasiswa selama Pandemi Covid 19

Pengalaman seseorang terbentuk melalui berbagai kondisi yang mengesankan, seperti tragedi pandemi COVID-19 yang membawa dampak besar terhadap kehidupan dan aturan yang mengatur kebijakan. Hal ini dapat mempengaruhi perilaku individu secara khusus. Sebuah jurnal yang berjudul "Pengalaman, tantangan, dan penerimaan *e-learning* sebagai alat untuk mengajar selama pandemi COVID-19 di kalangan staf medis universitas"¹⁷ yang menjadi sumber referensi yang relevan dalam menggambarkan fenomena ini. Di Indonesia, wabah virus corona berlangsung selama kurang lebih dua tahun. Sampai hari ini, kerusakan yang disebabkan oleh pandemi masih terasa. Terutama mempengaruhi proses pembelajaran, yang masih perlu mematuhi protokol kesehatan. Bahkan kegiatan ini tampaknya sudah menjadi kebiasaan sebagai bagian dari kebutuhan hidup sehari-hari selama pandemi COVID-19 dengan sistem kuliah online.

Semua mahasiswa memiliki pengalaman pembelajaran yang berbeda-beda selama pandemi COVID-19. Hal ini terutama berlaku bagi mereka yang sebelumnya belajar di fasilitas *offline* atau tatap muka dan

¹⁷ Ahmad Jaenal Mustopa and Dasrun Hidayat, 'Pengalaman Mahasiswa Saat Kelas Online Menggunakan Aplikasi Zoom Cloud Meeting Selama Covid-19', *Digital Media & Relationship*, 2.2 (2020), 75–84 <<https://doi.org/https://doi.org/10.51977/jdigital.v2i2.372>>.

belum pernah menggunakan fasilitas digital atau internet. Mahasiswa beradaptasi dengan metode pembelajaran jarak jauh yang digunakan di perguruan tinggi Universitas Terbuka. Secara keseluruhan mahasiswa dapat menceritakan dan merasakan berbagai kejadian selama mereka mengikuti kuliah secara virtual selama merebaknya pandemi COVID-19. Pengalaman belajar mahasiswa tidak hanya bergantung pada layanan pembelajaran yang baik, tetapi juga apakah mahasiswa sudah siap untuk belajar secara *online*. Kesiapan untuk perkuliahan virtual tidak hanya mencakup memiliki semua perangkat teknologi yang diperlukan, tetapi juga membuat mahasiswa siap secara mental untuk berpartisipasi dengan baik.

Sementara elemen psikologis juga memengaruhi kesiapan untuk kuliah *online*, termasuk kemampuan untuk mengatur waktu untuk belajar sendiri dan kemampuan untuk belajar secara mandiri. Mendapatkan persiapan psikologis untuk kuliah virtual juga akan berdampak pada pembentukan sikap perilaku baru yang positif. Perilaku seperti itu termasuk perilaku akademik, perilaku hidup sehat, dan perilaku prososial.

B. Perspektif Perilaku Akademik

Sikap perilaku akademik mengacu pada bagaimana seseorang berperilaku terhadap aktivitas yang berkaitan dengan proses belajar yang dirancang oleh guru dan siswa. *E-book* berjudul "*E-book data mining: perilaku informasi nyata sivitas akademika universitas*"¹⁸ merupakan sebagai referensi dalam pemaparan dalam penulisan ini. Selama proses perkuliahan, mahasiswa menunjukkan perilaku akademik yang positif. Mereka menunjukkan sikap proaktif terhadap dosen dan budaya literasi mahasiswa terus berkembang. Terlihat peningkatan intensitas kunjungan mahasiswa ke situs perpustakaan maupun *web library*. Selama ujian berlangsung, mahasiswa menunjukkan sportivitas yang tinggi. Mereka berkomitmen untuk tidak melakukan kecurangan, percaya pada kemampuan diri sendiri, kekuatan doa, dan tawakal.

¹⁸ Azra Rafique, Kanwal Ameen, and Alia Arshad, 'E-Book Data Mining: Real Information Behavior of University Academic Community', *Library Hi Tech*, ahead-of-p.ahead-of-print (2021) <<https://doi.org/10.1108/LHT-07-2020-0176>>.

Kesadaran mahasiswa dalam mengatur waktu dengan baik yang ditunjukkan melalui perilaku akademik sangat penting baik dalam proses pembelajaran maupun di luar lingkungan belajar. Rasa syukur atas kesempatan mendapatkan pendidikan sebaik mungkin juga menjadi hal yang penting. Pendidikan adalah kebutuhan esensial untuk meningkatkan kualitas hidup yang bermakna. Oleh karena itu, perilaku akademik mencakup semua kegiatan dan aktivitas dari mahasiswa atau peserta didik, baik dalam hal psikis maupun fisik. Perubahan perilaku sebagai tanda dari kegiatan akademik sering kali dipengaruhi oleh perubahan lingkungan di mana peserta didik tersebut berada. Perilaku akademik juga melibatkan proses belajar individu untuk menyusun pola pikir baru, sikap baru, dan keterampilan baru. Hubungan antara perilaku akademik dan pengalaman belajar yang dialami oleh seseorang atau peserta belajar sangat erat.

C. Perspektif Perilaku Hidup Sehat

Konsep sikap perilaku hidup sehat merupakan bagian dari perilaku akademik yang juga mencerminkan sikap akademik. Perilaku akademik tidak hanya sekadar tindakan, tetapi juga mencerminkan cara berpikir dan bertindak dalam lingkup akademik. Sumber referensi utamanya adalah buku yang berjudul "*Healthy For Life*" karya David Sim¹⁹. Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) merupakan tindakan kesehatan yang dilakukan secara sadar, sehingga setiap anggota keluarga dapat membantu diri sendiri dalam hal kesehatan dan berpartisipasi aktif dalam kegiatan kesehatan masyarakat. PHBS memiliki beragam jenis, bahkan bisa mencapai ratusan. Contohnya, terkait dengan gizi: mengonsumsi makanan beragam, minum tablet tambah darah, mengonsumsi garam beryodium, serta memberikan kapsul vitamin A kepada bayi dan balita. Selain itu, terkait dengan kesehatan lingkungan seperti membuang sampah pada tempatnya dan menjaga kebersihan lingkungan sekitar. Setiap keluarga disarankan untuk menerapkan semua perilaku kesehatan tersebut. Manfaat PHBS antara lain adalah meningkatkan kesehatan anggota keluarga sehingga tidak mudah sakit, memastikan pertumbuhan anak yang sehat dan cerdas, serta meningkatkan produktivitas anggota keluarga dalam bekerja. Dengan

¹⁹ The Comparative Morphology, 'HEALTHY FOR LIFE', ed. by David Sim, 2014 <<https://s3.amazonaws.com/healthyforlifeu/ebook/hflu/hflu-ebook.pdf>>.

menerapkan PHBS, pengeluaran biaya rumah tangga dapat dialokasikan untuk memenuhi kebutuhan gizi keluarga, pendidikan, dan modal usaha guna meningkatkan pendapatan keluarga.

D. Perspektif Perilaku Sosial Mahasiswa

Mahasiswa merupakan makhluk sosial yang membutuhkan interaksi dengan orang lain untuk menjaga kelangsungan hidupnya²⁰. Kehidupan manusia dalam masyarakat didasari oleh saling berdampingan. Untuk mencapai kesejahteraan bersama, penting bagi kita untuk hidup dalam harmoni, saling menghormati, membantu, dan berbagi satu sama lain. Menurut Trivers (dalam Scott & Seglow, 2007), perilaku baik terjadi karena motivasi altruisme, yaitu keinginan tulus untuk membantu orang lain. Meski terlihat seperti altruisme, banyak perilaku baik sebenarnya dipengaruhi oleh norma rasional (kewajiban untuk membalas bantuan yang diterima). Jika seseorang tidak membalas bantuan yang diterimanya, ia akan merasa bersalah dan marah jika bantuan yang ia berikan tidak direspons. Altruisme atau norma resiprokal dapat menjadi motivasi untuk berbagai perilaku prososial, seperti berbagi. Namun, pendekatan timbal balik ini juga sering kali mendapatkan kritik karena dianggap lemah. Salah satu kelemahannya adalah ketidakmampuan untuk menjawab pertanyaan tentang apa yang mendasari kerja sama jika tindakan baik tersebut tidak selalu mendapatkan balasan. Bagi individu yang beragama, jawaban atas balasan kebaikan tersebut jelas sebagai ajaran keimanan yang harus diamalkan. Pengalaman mahasiswa dalam menghadapi berbagai kendala sistem perkuliahan selama pandemi akan membentuk sikap tersendiri terhadap perilaku prososial mahasiswa. Ketika mahasiswa saling merasakan dampak yang dirasakan oleh keluarga atau teman akibat COVID-19, membantu dalam mengatasi kesulitan akses pembelajaran, berbagi informasi untuk proses perkuliahan jarak jauh, dan sebagainya, semua itu menjadi pengalaman berharga yang membentuk sikap perilaku, termasuk perilaku prososial.

²⁰ Muchammad Badaruddin, 'Hubungan Antara Keaktifan Berorganisasi Dengan Tingkat Perilaku Prososial Mahasiswa Pengurus PMII UNNES Tahun 2020', *JCOSE Jurnal Bimbingan Dan Konseling*, 3.2 (2021), 78–85 <<https://doi.org/10.24905/jcose.v3i2.75>>.

Sehubungan dengan hal yang telah disebutkan di atas, maka penulisan dalam buku ini tidak terlepas dari studi yang telah terpublikasi, diantaranya sebagai berikut.

Menurut studi yang dilakukan oleh Sandi Ferdiansyah²¹; yaitu *“Pengalaman Mahasiswa Thailand dalam Pembelajaran Daring di Universitas di Indonesia pada Masa Pandemi COVID-19”*. Studi ini menganalisis pengalaman delapan mahasiswa sarjana Thailand yang belajar secara online di tiga universitas yang berbeda yang terletak di Jawa Timur, Indonesia. Untuk menjelaskan pendapat siswa tentang pengalaman belajar online, Ma (2017) menyarankan wawancara semi-terstruktur yang didasarkan pada kerangka sosiokultural. Dengan menggunakan kajian isi tematik, data dari wawancara online dideskripsikan dan ditafsirkan. Tiga tema data penting muncul dari studi ini: kemampuan peserta didik untuk menyesuaikan pembelajaran online dengan kebutuhan mereka, strategi peserta untuk membangun otonomi belajar, dan kemampuan peserta untuk mempertahankan keinginan mereka untuk belajar. Studi ini menekankan betapa pentingnya orang lain, seperti guru, orang tua, dan teman, untuk membantu siswa internasional melalui pembelajaran online yang terkena dampak COVID-19 dengan memberikan dukungan psikologis dan emosional.

Menurut studi yang dilakukan oleh Marwa Mohamed Zalat dan kawan-kawan.²² *“Pengalaman, tantangan, dan penerimaan e-learning sebagai alat untuk mengajar selama pandemi COVID-19 di kalangan staf medis universitas”*. Tujuan dari studi ini adalah untuk mengevaluasi persepsi staf medis universitas, menganalisis pengalaman mereka, mengidentifikasi hambatan dan tantangan *e-learning* selama pandemi COVID-19, serta menyelidiki faktor-faktor yang memengaruhi penerimaan dan penggunaan *e-learning* sebagai alat pengajaran di pendidikan tinggi. Data dikumpulkan melalui kuesioner elektronik menggunakan Model Penerimaan Teknologi (TAM) yang telah divalidasi untuk mengeksplorasi

²¹ Ria Angin Sandi Ferdiansyah, Supiastutik, ‘Thai Students’ Experiences of Online Learning at Indonesian Universities in the Time of the COVID-19 Pandemic’, *Journal of International Students*, 10.S3 (2020), 58–74.

²² Marwa Mohamed Zalat, Mona Sami Hamed, and Sarah Abdelhalim Bolbol, ‘The Experiences, Challenges, and Acceptance of e-Learning as a Tool for Teaching during the COVID-19 Pandemic among University Medical Staff’, *PLoS ONE*, 16.3 March (2021), 1–7 <<https://doi.org/10.1371/journal.pone.0248758>>.

faktor-faktor yang memengaruhi penerimaan dan penggunaan *e-learning* dikalangan staf medis Universitas Zagazig, Mesir. Mayoritas (88%) staf setuju bahwa keterampilan teknologi dalam memberikan kursus online dapat meningkatkan nilai pendidikan dari pengalaman staf perguruan tinggi. Tingkat persetujuan peserta terhadap manfaat yang dirasakan, kemudahan penggunaan yang dirasakan, dan penerimaan *e-learning* adalah 77,1%, 76,5%, dan 80,9% masing-masing. Hambatan utama dalam penggunaan *e-learning* adalah konektivitas internet yang tidak stabil (40%), kurangnya lab komputer (36%), kekurangan komputer/laptop (32%), dan masalah teknis (32%). Usia yang lebih muda, pengalaman mengajar kurang dari 10 tahun, dan jenis kelamin laki-laki merupakan indikator penting yang memengaruhi penerimaan *e-learning*. Studi ini menyoroti tantangan dan faktor-faktor yang memengaruhi penerimaan dan penggunaan *e-learning* sebagai alat pengajaran di pendidikan tinggi. Dengan demikian, hasil riset ini diharapkan dapat membantu dalam merancang strategi untuk meningkatkan keberhasilan implementasi *e-learning* dan melihat teknologi sebagai langkah positif menuju evolusi dan perubahan.

Menurut studi yang dilakukan oleh Jeremy F Huckins dkk.²³ “*Kesehatan mental dan perilaku mahasiswa selama fase awal pandemi COVID-19: Smartphone longitudinal dan studi penilaian sesaat ekologis*”. Dalam studi tersebut bertujuan dengan menggabungkan penginderaan ponsel dan data kesehatan mental yang dilaporkan sendiri oleh mahasiswa yang telah berpartisipasi dalam studi *longitudinal* selama 2 tahun terakhir, kemudian daripada itu, studi ini mencakup dua pertanyaan secara menyeluruh. *Pertama*, apakah perilaku dan kesehatan mental peserta mengalami perubahan dalam menghadapi pandemi COVID-19 dibandingkan dengan periode sebelumnya? *Kedua*, apakah perubahan perilaku dan kesehatan mental ini terkait dengan liputan berita tentang COVID-19 di media AS? Metode yang digunakan adalah dengan mengukur perilaku seperti jumlah lokasi yang dikunjungi, jarak yang ditempuh, durasi penggunaan telepon, jumlah pembukaan kunci telepon,

²³ Jeremy F. Huckins and others, ‘Mental Health and Behavior of College Students during the Early Phases of the COVID-19 Pandemic: Longitudinal Smartphone and Ecological Momentary Assessment Study’, *Journal of Medical Internet Research*, 22.6 (2020) <<https://doi.org/10.2196/20185>>.

durasi tidur, dan waktu duduk menggunakan aplikasi penginderaan *smartphone StudentLife*. Kecemasan dan depresi diukur melalui penilaian ekologis sesaat yang dilaporkan sendiri setiap minggu dari Kuesioner Kesehatan Pasien-4. Pesertanya mencakup 217 mahasiswa sarjana, dan 178 dari mereka—atau 82,0 persen dari total—mempersembahkan data selama Musim Dingin 2020. Model linier campuran digunakan untuk mensimulasikan perbedaan dalam perilaku dan kesehatan mental yang dilaporkan sendiri selama Musim Dingin 2020 dan periode sebelumnya dalam kelompok yang sama. Hasil: Selama masa akademik pertama yang terkena dampak COVID-19 (Musim Dingin 2020), siswa melaporkan peningkatan duduk dan gejala kecemasan dan depresi ($P < .001$), jika dibandingkan dengan masa akademik sebelumnya dan jeda berikutnya. Sangat penting bahwa ada interaksi antara semester musim dingin tahun 2020 dan minggu semester akademik, baik linier maupun kuadrat. Dalam riset dengan model linier campuran ini, penggunaan telepon, jumlah lokasi yang sudah dikunjungi, dan minggu kuliah sangat terkait dengan peningkatan jumlah berita yang berkaitan dengan COVID-19. Ketika metrik kesehatan mental (seperti depresi dan kecemasan) ditambahkan ke variabel sebelumnya (minggu semester, jumlah lokasi yang sudah dikunjungi, dan penggunaan telepon), kecemasan ($P < 0,001$) dan depresi ($P = 0,03$) terkait secara signifikan dengan berita mengenai COVID-19. Hasil riset ini menyimpulkan bahwa individu pada musim dingin 2020 cenderung lebih banyak diam, cemas, dan mengalami depresi jika dibandingkan dengan masa sebelumnya. Berbagai perilaku, termasuk peningkatan penggunaan telepon, penurunan aktivitas fisik, dan pengurangan jumlah lokasi yang dikunjungi, dikaitkan dengan fluktuasi dalam pemberitaan mengenai COVID-19. Meskipun perubahan besar dalam kesehatan mental dan perilaku tidak mengejutkan, namun karakterisasi ini sangat penting untuk membantu mengarahkan pengembangan metode yang dapat mengurangi dampak kejadian bencana di masa depan terhadap kesehatan mental populasi.

Sehubungan dengan hal tersebut, berdasarkan studi yang dilakukan oleh Ahmad Jaenal Mustopa²⁴ dengan judul “*Pengalaman Mahasiswa Saat Kelas Online Menggunakan Aplikasi Zoom Cloud Meeting Selama*

²⁴ Mustopa and Hidayat.

Covid-19”. Studi ini dilakukan untuk memahami pengalaman komunikasi mahasiswa selama pembelajaran online selama pandemi Covid-19. Studi ini menggunakan metode kualitatif dengan pendekatan fenomenologi. Tujuannya adalah untuk mengumpulkan data mengenai pengalaman mahasiswa dalam belajar online menggunakan aplikasi *zoom*. Informasi dikumpulkan melalui wawancara online dengan mahasiswa. Hasil studi ini menunjukkan kekuatan dan kelemahan belajar online menggunakan aplikasi *zoom*. Salah satu kekuatan belajar dengan *zoom* adalah kemampuannya untuk menghubungkan banyak orang dalam satu ruang aplikasi, memudahkan dan mempersingkat waktu pertemuan, serta mempermudah komunikasi. Aplikasi ini juga mudah diakses melalui *Handphone* dan *Personal Computer*, sehingga mahasiswa dapat menjadi lebih aktif dan mandiri. Namun, kelemahan dari kelas online menggunakan aplikasi *zoom* adalah efisiensinya yang terbatas hingga sekitar 40 menit.

Berdasarkan studi yang dilakukan Mehak Maqbool Memon²⁵ dengan tema “*Analisis Perilaku Prokrastinasi Siswa dalam Lingkungan Pembelajaran Virtual Menggunakan Pembelajaran Mesin*” Dalam rangka menganalisis penundaan siswa dan menentukan faktor-faktor yang menyebabkan perilaku ini saat belajar di VLE, tujuan dari studi ini adalah untuk menyajikan dampak VLE pada penundaan siswa. Selain itu, penulis juga melakukan analisis terhadap kinerja pendekatan pembelajaran mesin untuk menghindari intervensi manual. Awalnya, kami melakukan pengumpulan data dan menghasilkan kumpulan data yang dijelaskan oleh seorang ahli. Hal ini memungkinkan kami untuk memvisualisasikan pola penundaan siswa. Hasil studi ini mengkonfirmasi bahwa penerapan teknik pembelajaran mesin efektif dalam menganalisis perilaku siswa, dengan tingkat akurasi mencapai 83% dalam pendekatan terawasi. Namun, pendekatan tanpa pengawasan tidak sesuai untuk tugas ini. Harapannya bahwa riset ini dapat menjadi dasar untuk pengembangan anotasi data otomatis berdasarkan model pembelajaran mesin yang terlatih di masa depan. Temuan dalam studi ini akan membantu mengidentifikasi siswa yang cenderung menunda-nunda dan memungkinkan intervensi untuk

²⁵ M M Memon and others, ‘Analysis of Student Procrastinatory Behavior in Virtual Learning Environments Using Machine Learning’, *Journal of Hunan...*, 47.10 (2020) <<http://www.jonuns.com/index.php/journal/article/view/459>>.

meningkatkan kinerja akademik mereka. Implikasi yang diharapkan dari studi ini adalah peningkatan praktik pendidikan, yang akan membantu guru dan demonstran untuk memahami perilaku siswa dengan lebih baik.

Menurut Almusharraf²⁶; dalam studinya yang berjudul “*Students’ Satisfaction with Online Learning Experiences during the COVID-19 Pandemic*”. Studi ini dilakukan untuk mengevaluasi kepuasan siswa pasca sekolah menengah terhadap platform pembelajaran online dan pengalaman belajar selama pandemi novel coronavirus COVID-19 di Kerajaan Arab Saudi (KSA). Studi ini berdasarkan teori pembelajaran transformative, yang menekankan pada otoritas dan investasi pembelajar terhadap proses pembelajaran. Riset secara kuantitatif yang dilakukan melalui survei kemudian disebarakan kepada 283 mahasiswa yang terdaftar di salah satu perguruan tinggi di KSA. Adapun informasi yang terkumpul dianalisis menggunakan SPSS dilakukan dengan menggunakan *Average Mean Score* (AMS), yang kemudian divalidasi dengan Standar Deviasi (SD), *Skewness*, Kurtosis, dan uji *Alpha Cronbach*. Hasil studi ini menunjukkan bahwa mahasiswa merasa puas dengan staf universitas dan anggota fakultas yang mendukung penggunaan platform online tertentu, sistem penilaian, pilihan penilaian, lokakarya pelatihan, dukungan teknis online, dan aspek lainnya. Selain itu, studi ini menunjukkan bahwa peserta sangat senang menggunakan *Google Hangouts* untuk menyelesaikan kuliah. Untuk pengelolaan dan penilaian kursus, *Google Classroom* dan *Moodle* adalah platform LMS yang diikuti. Situasi COVID-19 dalam konteks studi ini diatasi secara memadai dengan mempertimbangkan pengalaman belajar *online* siswa. Untuk mendukung metode pengajaran yang inovatif dan rencana penilaian alternatif untuk instruktur, siswa, administrator, dan pembuat kebijakan, riset tambahan diperlukan. Lokakarya pengembangan profesional dan kursus pelatihan praktis harus dimasukkan ke dalam studi ini.

Berkaitan dengan hal di atas, ada sebuah studi terbaru yang berjudul "Pengalaman pembelajaran mahasiswa perguruan tinggi keagamaan Islam (PTKI) dan umum (PTU) masa pandemi Covid 19 dan pengaruhnya

²⁶ Norah Mansour Almusharraf and Shabir Hussain Khahro, ‘Students’ Satisfaction with Online Learning Experiences during the COVID-19 Pandemic’, *International Journal of Emerging Technologies in Learning*, 15.21 (2020), 246–67 <<https://doi.org/10.3991/ijet.v15i21.15647>>.

terhadap perilaku akademik dan perilaku hidup sehat". Studi ini bertujuan untuk menganalisis apakah terdapat hubungan antara pengalaman aktivitas pembelajaran selama masa prokes Covid 19 dengan perilaku hidup sehat mahasiswa perguruan tinggi keagamaan Islam. Selain itu, studi ini juga bertujuan untuk mengukur apakah terdapat hubungan antara pengalaman aktivitas pembelajaran virtual selama masa prokes Covid 19 dengan perilaku akademik mahasiswa perguruan tinggi keagamaan Islam. Terakhir, studi ini juga bertujuan untuk menganalisis seberapa signifikan pengalaman pembelajaran mahasiswa perguruan tinggi Keagamaan Islam selama masa pandemi Covid 19 berkorelasi dengan perilaku akademik dan perilaku pola hidup sehat mahasiswa perguruan tinggi Keagamaan Islam secara bersamaan. Untuk mengetahui bagaimana sikap terhadap perilaku hidup sehat dan perilaku akademik siswa PTKIN dan PTU terpengaruh oleh pembelajaran virtual selama pandemi COVID-19. Untuk mengidentifikasi faktor-faktor apa saja yang berkontribusi maupun menghambat perkembangan sikap perilaku hidup sehat dan perilaku akademis mahasiswa secara keseluruhan di PTKIN, serta faktor-faktor apa saja yang berkontribusi maupun menghambat perkembangan sikap perilaku hidup sehat dan perilaku akademis mahasiswa secara keseluruhan.

Pengalaman kuliah yang dialami siswa selama pembelajaran COVID-19 merupakan aset potensial yang dapat digunakan untuk mengembangkan pendidikan. Potensi pendidikan yang dimaksud adalah munculnya semangat baru dan pola belajar yang dihasilkan dari manfaat pembelajaran selama pandemi COVID-19. Memang, gaya hidup dan pola hidup ini diperlukan dan cocok untuk menghadapi dunia pendidikan era digital. Sikap siswa yang semakin terbiasa menggunakan teknologi untuk memenuhi kebutuhan akademik juga dapat berkontribusi. Sebagai hasil dari pengalaman dengan COVID-19, ada kemungkinan sikap mental yang hidup bersih dan sehat akan muncul, dan ini diperlukan untuk memulai kembali dengan kesadaran tentang pentingnya hidup bersih dan sehat. Selain itu, sikap hidup prososial sangat penting bagi mahasiswa saat ini, karena semakin dirasakan terhambat oleh kebiasaan gaya hidup individu di era digital.

Meski begitu, masih ada kemungkinan bahwa ada ketidakpastian apakah ada korelasi yang signifikan antara pengalaman belajar selama

masa Covid-19 dengan sikap akademik, sikap hidup sehat, dan sikap prososial mahasiswa. Untuk mendapatkan informasi yang memadai mengenai korelasi ini, diperlukan penelitian yang menggunakan metodologi yang baik dan sistematis, sehingga mendapatkan data baik secara kualitatif maupun kuantitatif. Metode riset yang akan digunakan adalah pendekatan kombinasi antara kualitatif dan kuantitatif, yang dikenal sebagai metode campuran atau *mixed method*.

BAB III

LANGKAH MENGIDENTIFIKASI PEMBELAJARAN MAHASISWA SELAMA PANDEMI

Penulisan dalam buku ini menggunakan metode *mixed methods* yang merupakan pengertian dari kombinasi antara kuantitatif dan kualitatif. Sehubungan dengan hal itu, menurut Creswell²⁷, metode riset yang menggabungkan antara jenis riset kuantitatif dengan kualitatif. Menurut pandangan Sugiyono²⁸, penggunaan metode kombinasi akan menghasilkan data yang lebih luas, akurat, jujur, dan objektif.

Dengan berfokus pada penggunaan metode *mix methods sequential exploratory design*. Hal ini menurut pandangan Creswell²⁹, dalam penggunaan *mix methods sequential exploratory design* bertujuan untuk menganalisa secara kuantitatif kemudian didukung dan dilengkapi secara kualitatif. Salah satu pendekatan yang dapat digunakan adalah dengan melakukan uji variabel terlebih dahulu untuk mengumpulkan informasi secara kuantitatif, kemudian dilanjutkan dengan pengumpulan informasi secara kualitatif melalui wawancara, observasi, dan dokumentasi. Saat menggunakan metode campuran ini (*mix methods*), penulis memilih untuk memprioritaskan satu dari dua metode (kuantitatif dan kualitatif), dengan

²⁷ John W. Creswell, *Educational Research: Planning, Conducting, and Evaluating Quantitative and Qualitative Research*. *Educational Research*, ed. by Paul A. Smith (University of Nebraska–Lincoln, 2012) <[https://www.google.com/search?q=Creswell%20252C+J.+W.+\(2012\).+Educational+research%25253A+planning%25252C+conducting%25252C+and+evaluating+quantitative+and+qualitative+research.+educational+research+\(Vol.+4\).&oq=Creswell%25252C+J.+W.+\(2012\).+Educational+research%2525](https://www.google.com/search?q=Creswell%20252C+J.+W.+(2012).+Educational+research%25253A+planning%25252C+conducting%25252C+and+evaluating+quantitative+and+qualitative+research.+educational+research+(Vol.+4).&oq=Creswell%25252C+J.+W.+(2012).+Educational+research%2525)>.

²⁸ Sugiyono, *Metodologi Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, Mixed dan R&D*, 2007, h. 2011, h. 404.

²⁹ Creswell. *Educational....*, h. 22-23.

memberikan nilai lebih pada aspek kuantitatif dan memberikan dukungan dari data kualitatif³⁰.

Komponen dalam *mixed Methods*³¹ atau komponen dalam metode campuran: Pada tahap pertama, pendekatan kuantitas digunakan untuk menjawab pertanyaan apakah ada hubungan positif antara pengalaman pembelajaran virtual di era protokol COVID-19 dan perilaku akademik dan hidup sehat siswa. Evidensi kualitatif dimasukkan ke dalam tahap kedua untuk melengkapi hasil uji variabel ini, kemudian jenis riset secara kualitatif yang dimaksudkan untuk mengidentifikasi faktor-faktor pendukung dan penghambat yang mempengaruhi sikap akademik dan gaya hidup sehat. Hasil wawancara, dokumentasi, dan observasi digunakan untuk mengidentifikasi faktor-faktor tersebut.

Pada tahun pelajaran 2023 yang juga dikenal sebagai masa setelah Covid, meskipun masih ada perkuliahan online dan offline, namun perkuliahan telah berlangsung dengan normal. Riset ini dilakukan di perguruan tinggi keagamaan Islam (PTKI) yang terletak di provinsi Bengkulu, serta beberapa perguruan tinggi PTKI terpilih di luar provinsi Bengkulu. Perguruan tinggi keagamaan yang menjadi fokus penelitian ini adalah yang berada di Bengkulu, Curup, dan Palembang.

Penulis mengeksplorasi sebanyak 1500 orang pada semester 6 angkatan tahun ajaran tahun ajaran 2021-2022 yang terdiri dari mahasiswa fakultas Tarbiyah prodi PAI UIN Fatmawati Sukarno Bengkulu, IAIN Curup, dan UIN Raden Fatah Palembang. Akan tetapi dalam memperoleh informasi yang signifikan, penulis hanya melakukan pada mahasiswa sejumlah 150 orang yang masing-masing dibagi diantaranya 50 Mahasiswa Universitas Islam Negeri (UIN) Fatmawati Sukarno Bengkulu, 50 Mahasiswa Institut Agama Islam (IAIN) Curup, dan 50 Mahasiswa Universitas Islam Negeri (UIN) Raden Fatah Palembang.

Strategi riset utama yang dilakukan dalam mengeksplorasi sumber informasi yang digunakan dalam metode kuantitatif yaitu dengan teknik angket dan kemudian dalam perolehan informasi secara kualitatif diperoleh melalui interview, observasi, dan dokumentasi. Rumus yang

³⁰ Creswell. *Educational...*, h. 316-318.

³¹ Nuraida dan Halid Alkaf, *Metodologi Penelitian Pendidikan*, (Tangerang: Islamic Research Publishing, 2009), cet. 1, h. 43.

digunakan setelah mendapatkan informasi secara kuantitatif menggunakan *product moment pearson*, sebagai berikut:

$$r = \frac{N \sum XY - (\sum X)(\sum Y)}{\sqrt{(N \sum X^2 - (\sum X)^2)(N \sum Y^2 - (\sum Y)^2)}}$$

Berdasarkan rumus tersebut, kita dapat mengetahui koefisien korelasinya. Hasil perhitungan ini ditunjukkan melalui nilai yang disebut koefisien korelasi Pearson. Koefisien korelasi Pearson memberikan informasi tentang seberapa kuat korelasi antar variabel. Nilai koefisien korelasi yang diperoleh berada dalam rentang -1 ≤ r ≤ 1. Evidensi kualitatif selanjutnya akan dianalisis berdasarkan hasil kategorisasi, pengelolaan, proses sintesis, pencarian, dan penemuan makna. Tujuan dari analisis ini adalah untuk menemukan apa yang penting dan apa yang dipelajari, serta menentukan faktor-faktor yang berkontribusi dan menghambat dalam mempengaruhi sikap, perilaku hidup sehat, perilaku akademik, hidup sehat, dan prososial mahasiswa.

Riset penulisan ini disusun secara sistematis dalam bentuk bab per bab sesuai dengan yang telah dijelaskan pada sebelumnya. Penulisan dilakukan dengan cara yang terstruktur. Namun, pada bagian ini, akan dijelaskan secara lebih rinci mengenai rencana pembahasan hasil penelitian. Hasil temuan dan pembahasan akan mencakup gambaran umum tentang pengalaman pembelajaran di era Covid-19, data perilaku akademik mahasiswa, perilaku hidup sehat, perilaku prososial, serta korelasi variabel X terhadap Y1, Y2, dan Y3. Selain itu, juga akan dibahas faktor-faktor yang mempengaruhi terbentuknya perilaku mahasiswa. Evidensi kuantitatif yang dihasilkan dari distribusi angket tentang variabel X, yaitu pengalaman pembelajaran siswa selama proses pembelajaran sedan yang dipengaruhi oleh pandemi COVID-19. Evidensi ini dibuat dengan menggunakan jабaran indikator pengalaman yang terdiri dari item pertanyaan pilihan, sehingga jawaban siswa merupakan representasi dari pengalaman mereka yang membentuk sikap dan perilaku mereka saat ini. Sebuah rumus statistik digunakan untuk menghubungkan angka interval yang dihasilkan dari skor dengan sikap kepribadiannya saat ini. Namun,

variabel Y yang terpengaruh terdiri dari variabel y1, y2, dan y3, yang juga akan diuji tingkat skor perolehannya menggunakan perhitungan statistik.

Variabel Y1 adalah variabel yang mempengaruhi sikap akademik dan perilaku. Perilaku siswa ini adalah hasil dari pengalaman siswa saat belajar tentang COVID-19. Mereka belajar melalui pendekatan online, *offline*, langsung, dan tidak langsung. Salah satu metode yang paling umum adalah penggunaan media teknologi digital. Untuk siswa yang belum terbiasa dengan teknologi terpaksa, mereka harus menyesuaikan diri, membiasakan diri, dan beradaptasi. Dengan cara yang sama, kegiatan pengenalan sistem berlaku untuk pembelajaran virtual lainnya, yang menghasilkan sistem gabungan atau pembelajaran campuran (*blended learning*).

Variabel Y2 berkaitan dengan gaya hidup sehat. Saat mahasiswa belajar selama pandemi Covid-19, mereka harus berusaha untuk menghindari virus corona yang mematikan dan menakutkan. Penting untuk mematuhi petunjuk dan anjuran dari pemerintah dan kementerian kesehatan serta mengikuti protokol kesehatan dalam setiap kegiatan, baik di kampus maupun di rumah. Menjaga kesehatan dan kebersihan setiap hari adalah upaya yang harus dilakukan oleh mahasiswa agar menjadi kebiasaan. Kebiasaan tersebut diyakini dapat memengaruhi sikap dan perilaku hidup sehat mahasiswa di masa depan saat kondisi sudah normal.

Variabel Y3 menunjukkan sikap prososial. Pengalaman mahasiswa dengan berbagai tantangan sistem perkuliahan selama pandemi akan memengaruhi sikap mereka terhadap perilaku prososial. Ketika mahasiswa berbagi pengalaman dengan teman atau keluarga yang terkena dampak COVID-19, hal itu dapat membantu mereka mengatasi kesulitan mengakses pelajaran, berbagi informasi tentang pembelajaran jarak jauh, dan banyak hal lainnya. Pengalaman ini selalu unik. Pengalaman seperti ini dapat membantu membentuk sikap dan perilaku, seperti sikap prososial.

Setiap komponen yang telah dikumpulkan akan dianalisis untuk mencari korelasi antar variabel, terutama variabel X dengan variabel y1, y2, y3. Analisis statistik dilakukan dengan menggunakan aplikasi perhitungan SPSS. Setelah hasil riset kuantitatif diperoleh, langkah selanjutnya adalah menginterpretasikan makna dari hubungan antar variabel tersebut secara kualitatif. Diskusi kualitatif bertujuan untuk

memberikan pemahaman yang lebih mendalam dalam mengonfirmasi hasil penelitian yang didapatkan melalui wawancara, observasi, dan analisis dokumen. Dengan demikian, riset dalam penulisan buku ini akan menghasilkan temuan yang lebih akurat. Hasil riset ini akan memberikan kontribusi dalam menentukan kebijakan pelaksanaan pembelajaran di perguruan tinggi, terutama terkait dengan pembelajaran langsung atau kembali ke keadaan normal. Adopsi kebiasaan baru dan budaya belajar mahasiswa yang disertai dengan kesadaran akan pembelajaran berbasis teknologi digital yang semakin penting seiring dengan perkembangan zaman dapat diatasi dengan memanfaatkan potensi mahasiswa tersebut.

BAB IV

EKSPLORASI SISTEM PEMBELAJARAN PERGURUAN TINGGI

A. Perspektif Pembelajaran Mahasiswa

1. Karakteristik Gaya Pembelajaran

a. Pengalaman Belajar

Dengan menggunakan program SPSS 26, informasi angket pengalaman belajar dapat dideskripsikan. Hasil eksplorasi secara deskriptif variabel disajikan dalam Tabel 4.1 di bawah ini. Tabel ini menggambarkan informasi angket pengalaman belajar siswa yang dikategorikan dalam kategori Sangat Setuju, Setuju, Tidak Setuju, dan Sangat Tidak Setuju berdasarkan deskripsi statistik dengan ukuran skor minimum, maksimum, dan standard deviasi, serta sebaran data untuk mengidentifikasi kenormalan.

Tabel 4.1 Pengalaman Belajar

	Descriptive Statistics			
	N	Std. Deviation	Minimum	Maximum
Pengalaman Belajar	150	.99663865	-2.24289	2.70959

Dalam Tabel 4.1, terlihat bahwa pengalaman belajar memiliki jumlah data (N) sebanyak 150. Skor maksimal pengalaman belajar mahasiswa dalam angket mencapai 270959, sementara skor

minimalnya adalah -2.24289 dengan standar deviasi sebesar 99663865.

b. Perilaku Akademik

Informasi mengenai perilaku akademik dapat dianalisis menggunakan program *SPSS 26*. Hasil eksplorasi deskriptif pada variabel tersebut dapat dilihat pada Tabel 4.1 di bawah ini. Tabel tersebut merangkum evidensi informasi perilaku akademik mahasiswa yang telah diklasifikasikan berdasarkan kategori Sangat Setuju, Setuju, Tidak Setuju, dan Sangat Tidak Setuju. Deskripsi statistik yang disajikan mencakup skor minimum, maksimum, standard deviasi, serta sebaran data untuk mengecek kenormalannya.

Tabel 4.2 Perilaku Akademik

Descriptive Statistics

	N	Std. Deviation	Minimum	Maximum
Perilaku Akademik	150	3.12988146	-8.87430	7.77679

Data pada Tabel 4.2 menunjukkan bahwa variabel perilaku akademik memiliki jumlah data (N) sebanyak 150. Skor maksimal angket perilaku akademik mahasiswa adalah 7.77679, sedangkan skor minimalnya adalah -8.87430 dengan standar deviasi sebesar 3.12988146.

c. Perilaku Hidup Sehat

Evidensi informasi mengenai perilaku hidup sehat dapat dianalisis menggunakan program *SPSS 26*. Informasi mengenai variabel tersebut dapat dilihat dalam Tabel 4.3 di bawah ini. Tabel tersebut memberikan gambaran mengenai perilaku hidup sehat mahasiswa yang telah dikelompokkan berdasarkan tingkat persetujuan, mulai dari Sangat Setuju, Setuju, Tidak Setuju, hingga Sangat Tidak Setuju. Informasi secara deskriptif yang disajikan

mencakup skor minimum, maksimum, standard deviasi, serta distribusi data untuk mengevaluasi kecenderungannya.

Tabel 4.3 Perilaku Hidup Sehat

Descriptive Statistics

	N	Std. Deviation	Minimum	Maximum
Perilaku hidup sehat	150	3.24186775	-8.06349	7.91729

Tabel 4.3 menunjukkan data mengenai perilaku hidup sehat pada 150 responden. Dengan jumlah data (N) sebanyak 150, variabel perilaku hidup sehat mahasiswa memiliki skor maksimal angket perilaku hidup sehat 7.91729, skor minimal-8.06349, dan standar deviasi 3.24186775.

d. Perilaku Prososial

Evidensi informasi angket perilaku prososial dapat dijelaskan menggunakan program *SPSS 26*. Informasi mengenai variabel yang diukur disajikan dalam Tabel 4.4 di bawah ini. Tabel tersebut memberikan ringkasan mengenai informasi perilaku prososial mahasiswa yang telah diklasifikasikan berdasarkan kategori Sangat Setuju, Setuju, Tidak Setuju, dan Sangat Tidak Setuju. Tabel ini juga menyajikan informasi mengenai skor minimum, maksimum, dan standar deviasi, serta sebaran data untuk melihat apakah data tersebut terdistribusi secara normal.

Tabel 4.4 Perilaku Prososial

Descriptive Statistics

	N	Std. Deviation	Minimum	Maximum
Prososial	150	3.79112339	-7.63982	11.28024

Informasi yang disajikan dari Tabel 4.4 menunjukkan bahwa skor maksimal angket perilaku prososial mahasiswa adalah

11.28024, sedangkan skor minimalnya adalah-7.63982 dengan standar deviasi sebesar 3.79112339, berdasarkan variabel perilaku prososial yang memiliki jumlah (N) sebanyak 150.

2. Normalisasi Hidup Sehat pada Pengalaman Pembelajaran

Pemeriksaan kenormalan dilakukan untuk menilai apakah informasi berdasarkan populasi terdistribusi secara normal. Pada riset ini, teknik pemeriksaan normalitas yang digunakan adalah *One Sample Kolmogorov-Smirnov Test*. Jika nilai signifikansi (p) kurang dari 0,05 atau 5%, maka data tidak terdistribusi secara normal. Sebaliknya, jika nilai signifikansi (p) lebih dari 0,05 atau 5%, maka data terdistribusi secara normal.

Tabel 4.5 berikut menunjukkan hasil dari uji normalitas data pengukur untuk masing-masing komponen pencapaian belajar:

Tabel 4.5 Pencapaian Pengalaman Belajar

One-Sample Kolmogorov-Smirnov Test

		Pengalaman Belajar	
N		150	
Normal Parameters ^{a,b}	Mean	.0000000	
	Std. Deviation	.99663865	
Most Extreme Differences	Absolute	.100	
	Positive	.100	
	Negative	-.062	
Test Statistic		.100	
Asymp. Sig. (2-tailed)		.001 ^c	
Monte Carlo Sig. (2-tailed)	Sig.		.092 ^d
		99% Lower Bound	.085
	Confidence Interval	Upper Bound	.100

a. Test distribution is Normal.

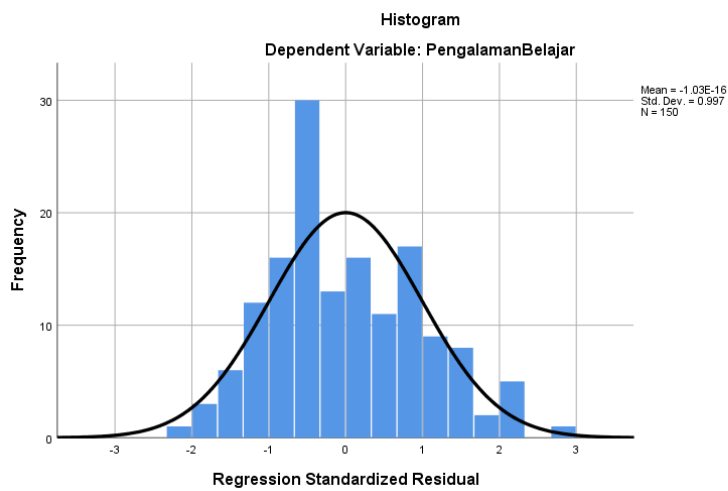
b. Calculated from data.

c. Lilliefors Significance Correction.

d. Based on 10000 sampled tables with starting seed 2000000.

Tabel tersebut menggambarkan hasil uji statistik terhadap penyebaran data pengalaman akademik dengan menggunakan teknik *One sample Kolmogorov-Smirnov Test*. Penulis menggunakan *Monte Carlo Sig. (2-tailed)* untuk mendapatkan nilai yang berdistribusi normal. Hasil dari Tabel 4.5 menunjukkan bahwa *Monte Carlo Sig. (2-tailed)* untuk pengalaman belajar = 0,0924, yang lebih besar dari 0,05. Dengan demikian, dapat disimpulkan bahwa nilai variabel pengalaman tersebut berdistribusi normal.

Evidensi informasi pengalaman belajar dapat dilihat pada grafik di bawah ini untuk melihat pola penyebarannya.



Tabel 4.6 berikut menunjukkan hasil uji normalitas data pengukur untuk masing-masing variabel perilaku akademik:

**Tabel 4.6 Komponen Perilaku Akademik
One-Sample Kolmogorov-Smirnov Test**

		Perilaku Akademik
N		150
Normal Parameters ^{a,b}	Mean	.0000000
	Std. Deviation	3.12988146

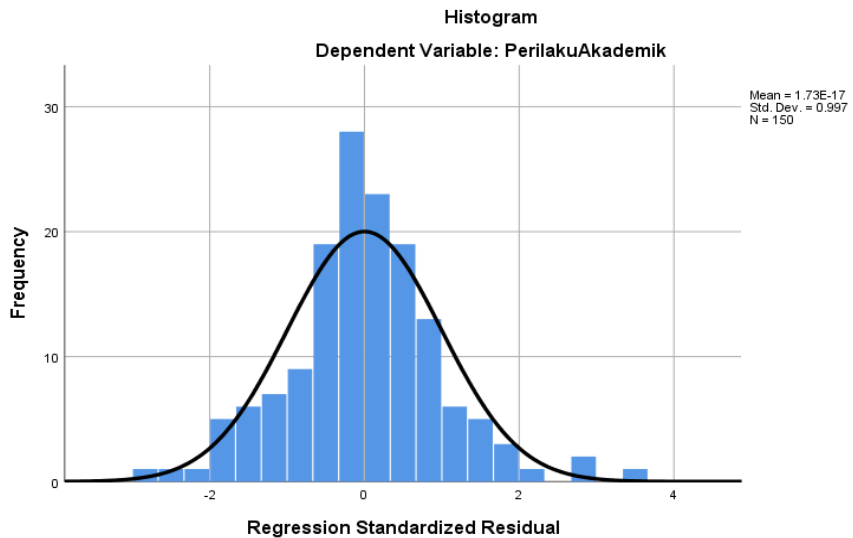
One-Sample Kolmogorov-Smirnov Test

		Perilaku Akademik	
Most Extreme Differences	Absolute	.082	
	Positive	.082	
	Negative	-.032	
Test Statistic		.082	
Asymp. Sig. (2-tailed)		.014 ^c	
Monte Carlo Sig. (2-tailed)	Sig.	.244 ^d	
	99% Confidence Interval	Lower Bound	.233
		Upper Bound	.255

- Test distribution is Normal.
- Calculated from data.
- Lilliefors Significance Correction.
- Based on 10000 sampled tables with starting seed 1502173562.

Tabel tersebut menjelaskan hasil uji statistik terhadap penyebaran data perilaku akademik menggunakan teknik *One sample Kolmogorov-Smirnov Test*. Dalam riset ini, penulis menggunakan Monte Carlo Sig. (2-tailed) untuk mendapatkan nilai yang memiliki distribusi normal. Hasilnya dapat dilihat pada tabel 4.4, yang menunjukkan bahwa nilai Monte Carlo Sig. (2-tailed) untuk perilaku akademik = 0,244, yang lebih besar dari 0,05. Oleh karena itu, dapat disimpulkan bahwa nilai variabel perilaku akademik memiliki distribusi normal.

Berikut ini adalah visualisasi yang menunjukkan pola penyebaran data perilaku akademik yang normal. Tingkat keakuratan dan kecenderungan data ini tercermin dalam grafik di bawah ini.



Tabel 4.7 berikut menunjukkan hasil dari uji normalitas data pengukur untuk masing-masing komponen perilaku hidup sehat:

Tabel 4.7 Standarisasi Perilaku Hidup Sehat

One-Sample Kolmogorov-Smirnov Test

		Perilaku hidup sehat
N		150
Normal Parameters ^{a,b}	Mean	.0000000
	Std. Deviation	3.24186775
Most Extreme Differences	Absolute	.062
	Positive	.062
	Negative	-.042
Test Statistic		.062
Asymp. Sig. (2-tailed)		.200 ^{c,d}
Monte Carlo Sig. (2- tailed)	Sig.	.594 ^e
	99%	Lower
	Confidence	Bound
		.581

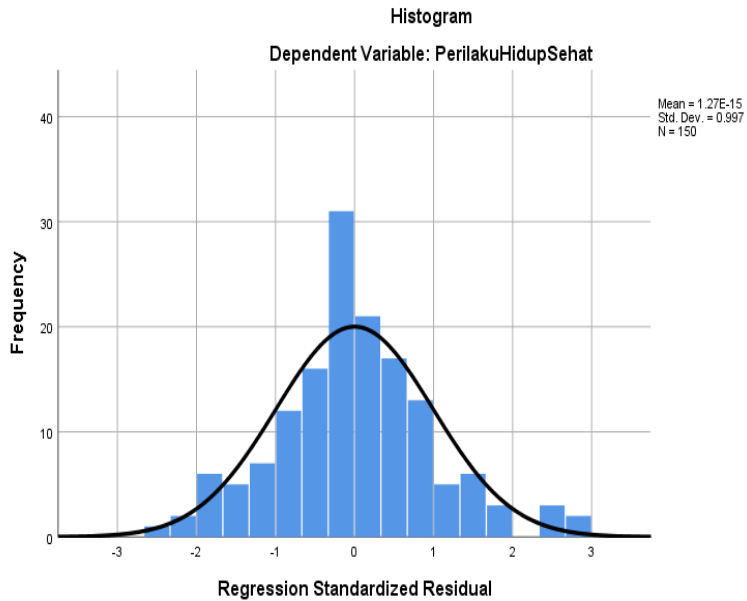
One-Sample Kolmogorov-Smirnov Test

		Perilaku hidup sehat
Interval	Upper Bound	.607

- Test distribution is Normal.
- Calculated from data.
- Lilliefors Significance Correction.
- This is a lower bound of the true significance.
- Based on 10000 sampled tables with starting seed 624387341.

Tabel tersebut menunjukkan hasil uji statistik terhadap distribusi data perilaku prososial menggunakan teknik One sample Kolmogorov-Smirnov Test. Dalam riset ini, penulis menggunakan Monte Carlo Sig. (2-tailed) untuk mendapatkan nilai yang berdistribusi normal. Oleh karena itu, dapat dilihat dari tabel 4.5 bahwa nilai Monte Carlo Sig. (2-tailed) untuk perilaku akademik = 0,594 lebih besar dari 0,05, sehingga dapat disimpulkan bahwa nilai pada variabel perilaku hidup sehat berdistribusi normal.

Eksplorasi informasi perilaku hidup sehat dapat dilihat pada grafik di bawah ini untuk melihat pola penyebarannya.



Tabel 4.8 berikut menunjukkan hasil dari uji normalitas data yang dilakukan pada setiap variabel perilaku prososial:

Tabel 4.8 Normalitas Perilaku Prososial
One-Sample Kolmogorov-Smirnov Test

		Prososial	
N		150	
Normal Parameters ^{a,b}	Mean	.0000000	
	Std. Deviation	3.79112339	
Most Extreme Differences	Absolute	.094	
	Positive	.094	
	Negative	-.040	
Test Statistic		.094	
Asymp. Sig. (2-tailed)		.002 ^c	
Monte Carlo Sig. (2-tailed)	Sig.	.130 ^d	
	99% Confidence Interval	Lower Bound	.121
		Upper Bound	

One-Sample Kolmogorov-Smirnov Test

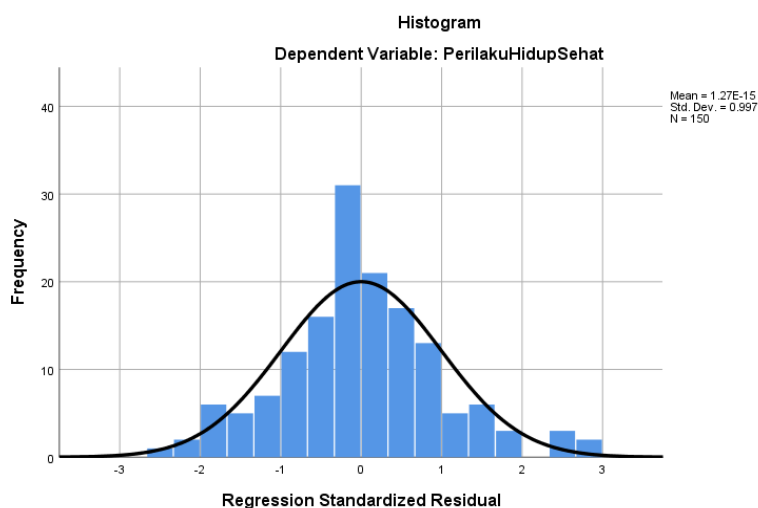
Prososial

Upper Bound	.138
-------------	------

- Test distribution is Normal.
- Calculated from data.
- Lilliefors Significance Correction.
- Based on 10000 sampled tables with starting seed 334431365.

Tabel tersebut memaparkan hasil uji statistik mengenai penyebaran evidensi perilaku prososial menggunakan teknik Uji *One Sampel Kolmogorov-Smirnov*. Dalam riset ini, penulis menggunakan Monte Carlo Sig. (2-tailed) untuk mendapatkan nilai yang berdistribusi normal. Dapat dilihat dari tabel 4.5 bahwa nilai Monte Carlo Sig. (2-tailed) untuk perilaku akademik adalah 0,130, yang lebih besar dari 0,05. Oleh karena itu, dapat disimpulkan bahwa nilai variabel perilaku prososial mengikuti distribusi normal.

Informasi perilaku prososial ditampilkan dalam grafik di bawah ini untuk memberikan gambaran tentang pola penyebarannya.



3. Korelasi Gaya Pembelajaran dan Gaya Hidup Sehat pada Perguruan Tinggi

a. UIN Fatmawati Sukarno Bengkulu

Tabel 4.9 Pengalaman Pembelajaran dan Perilaku Akademik

		Correlations	
		Pengalaman Belajar	Perilaku Akademik
Pengalaman Belajar	Pearson Correlation	1	.742**
	Sig. (2-tailed)		.000
	N	50	50
Perilaku Akademik	Pearson Correlation	.742**	1
	Sig. (2-tailed)	.000	
	N	50	50

** . Correlation is significant at the 0.01 level (2-tailed).

Dari informasi yang tertera pada tabel 4.9 di atas, dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara pengalaman aktivitas pembelajaran virtual selama masa prokes Covid 19 dengan perilaku akademik mahasiswa perguruan tinggi keagamaan Islam. Hal ini dapat dilihat dari koefisien korelasi sebesar 0,742 dengan signifikansi sebesar 0,000. Dengan signifikansi yang lebih kecil dari 0,05, maka hipotesis alternatif (Ha) diterima.

Tabel 4.10 Pengalaman Pembelajaran dan Perilaku Hidup Sehat

		Correlations	
		Pengalaman Belajar	Hidup Sehat
Pengalaman Belajar	Pearson Correlation	1	.707**
	Sig. (2-tailed)		.000
	N	50	50
Hidup Sehat	Pearson Correlation	.707**	1
	Sig. (2-tailed)	.000	
	N	50	50

** . Correlation is significant at the 0.01 level (2-tailed).

Dari informasi yang tertera pada tabel 4.10 di atas, dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara pengalaman aktivitas pembelajaran masa prokes Covid 19 dengan perilaku hidup sehat mahasiswa perguruan tinggi keagamaan Islam. Hal ini dapat dilihat dari koefisien korelasi sebesar 0,707 dengan signifikansi sebesar 0,000. Dengan signifikansi yang lebih kecil dari 0,05, maka hipotesis alternatif (Ha) dapat diterima.

Tabel 4.11 Pengalaman Pembelajaran dan Perilaku Prososial

		Correlations	
		Pengalaman Belajar	Prososial
Pengalaman Belajar	Pearson Correlation	1	.602**
	Sig. (2-tailed)		.000
	N	50	50
Prososial	Pearson Correlation	.602**	1
	Sig. (2-tailed)	.000	
	N	50	50

** . Correlation is significant at the 0.01 level (2-tailed).

Berdasarkan temuan di atas, dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara pengalaman aktivitas pembelajaran selama masa prokes Covid-19 dengan perilaku prososial mahasiswa perguruan tinggi keagamaan Islam. Hal ini didukung oleh koefisien korelasi sebesar 0,602 dengan tingkat signifikansi sebesar 0,000. Oleh karena itu, hipotesis nol ditolak karena signifikansi lebih kecil dari 0,05.

Tabel 4.12 Pengalaman Pembelajaran terhadap Perilaku Akademik, Perilaku Pola Hidup Sehat dan Perilaku Prososial Mahasiswa.

		Correlations			
		Pengalaman Belajar	Perilaku Akademik	Hidup Sehat	Prososial
Pengalaman Belajar	Pearson Correlation	1	.742**	.707**	.602**

		Correlations			
		Pengalaman Belajar	Perilaku Akademik	Hidup Sehat	Prososial
	Sig. (2-tailed)		.000	.000	.000
	N	50	50	50	50
Perilaku Akademik	Pearson Correlation	.742**	1	.756**	.570**
	Sig. (2-tailed)	.000		.000	.000
	N	50	50	50	50
Hidup Sehat	Pearson Correlation	.707**	.756**	1	.811**
	Sig. (2-tailed)	.000	.000		.000
	N	50	50	50	50
Prososial	Pearson Correlation	.602**	.570**	.811**	1
	Sig. (2-tailed)	.000	.000	.000	
	N	50	50	50	50

** . Correlation is significant at the 0.01 level (2-tailed).

Berdasarkan informasi yang disajikan pada tabel diatas, dapat diketahui bahwa pengalaman belajar mahasiswa perguruan tinggi Keagamaan Islam selama pandemi Covid-19 memiliki hubungan yang signifikan dengan perilaku akademik, pola hidup sehat, dan perilaku prososial mahasiswa.

b. IAIN Curup

Tabel 4.13 Pengalaman Pembelajaran dan Perilaku Akademik

		Correlations	
		Pengalaman Belajar	Perilaku Akademik
Pengalaman Belajar	Pearson Correlation	1	.757**
	Sig. (2-tailed)		.000
	N	50	50
Perilaku	Pearson Correlation	.757**	1

Akademik	Sig. (2-tailed)	.000	
	N	50	50

** . Correlation is significant at the 0.01 level (2-tailed).

Berdasarkan temuan di atas, dapat disimpulkan bahwa koefisien korelasi sebesar 0,757 dengan signifikansi 0,000. Karena signifikansi lebih dari 0,05, kesimpulan ini dapat diterima. Jadi, ada hubungan yang signifikan antara perilaku akademik mahasiswa perguruan tinggi keagamaan Islam dan pengalaman belajar secara virtual selama pandemi COVID-19.

Tabel 4.14 Pengalaman Pembelajaran dan Perilaku Hidup Sehat

		Correlations	
		Pengalaman Belajar	Hidup Sehat
Pengalaman Belajar	Pearson Correlation	1	.745**
	Sig. (2-tailed)		.000
	N	50	50
Hidup Sehat	Pearson Correlation	.745**	1
	Sig. (2-tailed)	.000	
	N	50	50

** . Correlation is significant at the 0.01 level (2-tailed).

Dari hasil di atas, dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara pengalaman aktivitas pembelajaran masa prokes Covid 19 terhadap perilaku hidup sehat mahasiswa perguruan tinggi keagamaan Islam. Hal ini dapat dilihat dari koefisien korelasi sebesar 0,745 dengan signifikansi sebesar 0,000. Dengan signifikansi yang lebih kecil dari 0,05, maka hipotesis alternatif (Ha) dapat diterima.

Tabel 4.15 Pengalaman Pembelajaran dan Perilaku Prososial

		Correlations	
		Pengalaman Belajar	Prososial
Pengalaman Belajar	Pearson Correlation	1	.628**
	Sig. (2-tailed)		.000
	N	50	50
Prososial	Pearson Correlation	.628**	1
	Sig. (2-tailed)	.000	
	N	50	50

** . Correlation is significant at the 0.01 level (2-tailed).

Berdasarkan temuan di atas, dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara pengalaman aktivitas pembelajaran selama masa prokes Covid-19 dengan perilaku prososial mahasiswa perguruan tinggi keagamaan Islam. Koefisien korelasi sebesar 0,628 dengan tingkat signifikansi sebesar 0,000. Oleh karena itu, hipotesis nol ditolak karena signifikansi kurang dari 0,05.

Tabel 4.16 Pengalaman Pembelajaran terhadap Perilaku Akademik, Perilaku Pola Hidup Sehat dan Perilaku Prososial Mahasiswa

		Correlations			
		Pengalaman Belajar	Perilaku Akademik	Hidup Sehat	Prososial
Pengalaman Belajar	Pearson Correlation	1	.757**	.745**	.628**
	Sig. (2-tailed)		.000	.000	.000
	N	50	50	50	50
Perilaku Akademik	Pearson Correlation	.757**	1	.836**	.776**
	Sig. (2-tailed)	.000		.000	.000
	N	50	50	50	50
Hidup Sehat	Pearson Correlation	.745**	.836**	1	.757**
	Sig. (2-tailed)	.000	.000		.000
	N	50	50	50	50
Prososial	Pearson Correlation	.628**	.776**	.757**	1

Correlations				
	Pengalaman Belajar	Perilaku Akademik	Hidup Sehat	Prososial
Sig. (2-tailed)	.000	.000	.000	
N	50	50	50	50

** . Correlation is significant at the 0.01 level (2-tailed).

Berdasar hasil yang telah diuraikan pada tabel diatas, dapat disimpulkan bahwa pengalaman belajar mahasiswa perguruan tinggi Keagamaan Islam selama pandemi Covid-19 memiliki hubungan yang sejalan dengan perilaku akademik, pola hidup sehat, dan perilaku prososial mahasiswa.

c. UIN Raden Fatah

Tabel 4.17 Pengalaman Pembelajaran dan Perilaku Akademik

Correlations			
		Pengalaman Belajar	Perilaku Akademik
Pengalaman Belajar	Pearson Correlation	1	.800**
	Sig. (2-tailed)		.000
	N	50	50
Perilaku Akademik	Pearson Correlation	.800**	1
	Sig. (2-tailed)	.000	
	N	50	50

** . Correlation is significant at the 0.01 level (2-tailed).

Berdasarkan temuan di atas, dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara pengalaman aktivitas pembelajaran virtual selama masa prokes Covid-19 terhadap perilaku akademik mahasiswa perguruan tinggi keagamaan Islam, dengan koefisien korelasi sebesar 0,800 dan signifikansi sebesar 0,000. Oleh karena itu, hipotesis nol ditolak karena signifikansi < 0,05.

Tabel 4.18 Pengalaman Pembelajaran dan Perilaku Hidup Sehat

		Correlations	
		Pengalaman Belajar	Hidup Sehat
Pengalaman Belajar	Pearson Correlation	1	.787**
	Sig. (2-tailed)		.000
	N	50	50
Hidup Sehat	Pearson Correlation	.787**	1
	Sig. (2-tailed)	.000	
	N	50	50

** . Correlation is significant at the 0.01 level (2-tailed).

Berdasarkan temuan di atas, dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara pengalaman aktivitas pembelajaran selama masa prokes Covid-19 terhadap perilaku hidup sehat mahasiswa perguruan tinggi keagamaan Islam, dengan koefisien korelasi sebesar 0,787 dan signifikansi sebesar 0,000. Oleh karena itu, hipotesis nol ditolak karena signifikansi lebih besar dari 0,05.

Tabel 4.19 Pengalaman Pembelajaran dan Perilaku Prososial

		Correlations	
		Pengalaman Belajar	Prososial
Pengalaman Belajar	Pearson Correlation	1	.687**
	Sig. (2-tailed)		.000
	N	50	50
Prososial	Pearson Correlation	.687**	1
	Sig. (2-tailed)	.000	
	N	50	50

** . Correlation is significant at the 0.01 level (2-tailed).

Dari hasil di atas, dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara pengalaman aktivitas pembelajaran masa prokes Covid 19 terhadap perilaku prososial mahasiswa

perguruan tinggi keagamaan Islam. Hal ini dapat dilihat dari koefisien korelasi sebesar 0,6872 dengan signifikansi sebesar 0,000. Dengan signifikansi yang lebih kecil dari 0,05, maka hipotesis alternatif (H_a) dapat diterima.

Tabel 4.20 Pengalaman Pembelajaran terhadap Perilaku Akademik, Perilaku Pola Hidup Sehat dan Perilaku Prososial Mahasiswa

		Correlations			
		Pengalaman Belajar	Perilaku Akademik	Hidup Sehat	Prososial
Pengalaman Belajar	Pearson Correlation	1	.800**	.787**	.687**
	Sig. (2-tailed)		.000	.000	.000
	N	50	50	50	50
Perilaku Akademik	Pearson Correlation	.800**	1	.756**	.719**
	Sig. (2-tailed)	.000		.000	.000
	N	50	50	50	50
Hidup Sehat	Pearson Correlation	.787**	.756**	1	.772**
	Sig. (2-tailed)	.000	.000		.000
	N	50	50	50	50
Prososial	Pearson Correlation	.687**	.719**	.772**	1
	Sig. (2-tailed)	.000	.000	.000	
	N	50	50	50	50

** . Correlation is significant at the 0.01 level (2-tailed).

Simpulan yang dapat diambil dari hasil di atas adalah bahwa pengalaman pembelajaran mahasiswa perguruan tinggi Keagamaan Islam selama masa pandemi Covid-19 berhubungan secara positif dengan perilaku akademik, pola hidup sehat, dan perilaku prososial mahasiswa.

3. Analogi Perilaku Akademik, Perilaku Hidup Sehat dan Perilaku Prososial Mahasiswa Perguruan Tinggi

Tabel berikut menampilkan data perhitungan SPSS yang digunakan untuk membandingkan tiga sumber informasi di perguruan tinggi.

Tabel 4.21 Perbandingan dampak pengalaman pembelajaran selama pandemi COVID-19 terhadap perilaku akademik, hidup sehat, dan prososial

Pengalaman Belajar	UIN Bengkulu	IAIN Curup	UIN RF Palembang
Perilaku Akademik	0,742	0,757	0,800
Perilaku Hidup Sehat	0,707	0,745	0,787
Prososial	0,602	0,628	0,687
Jumlah	2,051	2,13	2,274

Berdasarkan hasil analisis informasi dari perhitungan SPSS yang tercantum dalam tabel di atas, dapat disimpulkan bahwa korelasi antara pengalaman belajar dengan perilaku akademik, perilaku hidup sehat, dan perilaku prososial di UIN Raden Fatah Palembang menunjukkan tingkat korelasi tertinggi dibandingkan dengan UIN FAS Bengkulu dan IAIN Curup. Sementara itu, korelasi antara pengalaman belajar dengan perilaku akademik, perilaku hidup sehat, dan prososial di IAIN Curup dapat dianggap sedang, karena nilainya lebih rendah dari pada UIN Raden Fatah Palembang dan lebih tinggi daripada UIN Fatmawati Sukarno Bengkulu. Oleh karena itu, dapat disimpulkan bahwa korelasi yang memiliki kategori rendah ditemui di UIN Fatmawati Sukarno Bengkulu.

B. Perspektif Gaya Pembelajaran pada Pandemi COVID-19

1. Menciptakan pengalaman akademik siswa selama pandemi COVID-19

Berdasarkan eksplorasi informasi yang diambil dari tiga perguruan tinggi, yakni UIN Fatmawati Bengkulu, UIN Raden Fatah Palembang,

serta IAIN Curup, terdapat gambaran data seperti yang dijelaskan berikut ini. Adanya kebijakan kampus mengenai perkuliahan online sudah dilaksanakan, terutama mengingat bahwa pembelajaran online diatur secara nasional oleh direktorat perguruan tinggi. Untuk menyampaikan peraturan tersebut, semua pihak melakukan sosialisasi penggunaan pembelajaran secara virtual. Data mengenai motivasi mahasiswa dalam belajar menunjukkan adanya variasi, mulai dari tinggi, sedang, hingga rendah. Tingkat motivasi ini sangat dipengaruhi oleh kampus tempat mahasiswa berada dan tinggal.

Solusi untuk mengatasi hambatan dalam pembelajaran selama pandemi Covid-19 yang berlanjut hingga saat ini adalah dengan memanfaatkan berbagai metode pembelajaran online seperti zoom, webinar, video pembelajaran, sumber belajar digital, dan lain sebagainya. Bahkan, beberapa Universitas telah menyediakan fasilitas untuk pembelajaran hybrid. Dosen-dosen pun mengakui bahwa mereka masih “menggunakan *zoom*, *google classroom*, dan *quiziz* dalam proses pembelajaran”.³² Walaupun ada seorang dosen di salah satu kampus yang menyatakan bahwa “Meskipun belum ada pengenalan langsung, namun beberapa proses pembelajaran menggunakan aplikasi-aplikasi yang telah disebutkan sebelumnya.”³³ Mahasiswa “*banyak diajak mencari sumber informasi pembelajaran. Bahkan Mahasiswa juga harus saling memberikan informasi sesama teman kuliah*”³⁴.

2. Pengaruh Pengalaman Perkuliahan Masa Pandemi Covid 19 terhadap Budaya Akademik

Informasi yang diperoleh menunjukkan adanya dampak dari pengalaman perkuliahan selama masa Covid-19 terhadap terbentuknya budaya akademik. Dukungan untuk pembelajaran sudah mengarah ke pembelajaran *hybrid*. Hal ini cukup berpengaruh karena mahasiswa diharapkan mampu menggunakan video meeting untuk membuat video, serta menggunakan *online quiz*. Mahasiswa tetap ingin melaksanakan perkuliahan dengan menggunakan teknologi informasi. Beberapa metode

³² Amaliahasanah, *Wawancara Tanggal 17 April 2023*.

³³ Halimatusakdiah, *Wawancara Tanggal 11 April 2023*.

³⁴ Muhammad Win Afgani, *Wawancara Tanggal 17 April 2023*.

perkuliahan digital seperti zoom dan *e-learning* dapat membantu kelancaran perkuliahan meskipun dalam situasi pandemi Covid-19.

Berbicara tentang pengalaman belajar di era COVID-19 “Sangat berdampak”³⁵, Selama pandemi COVID-19, mahasiswa dan dosen dihadapkan pada kebutuhan untuk menguasai teknologi sehingga mereka tidak memiliki alasan untuk berhenti belajar³⁶. Pendapat yang berbeda adalah bahwa “Meskipun ada beberapa dampaknya, namun belum sepenuhnya, karena mahasiswa hanya sebatas pengguna, mereka hanya tahu cara bergabung dengan aplikasi, tetapi belum mampu mengoperasikan aplikasi tersebut”³⁷. Terdapat konsekuensi yang signifikan, karena saat ini memungkinkan untuk menerapkan pembelajaran offline, online, atau *blended learning*”³⁸. Berpengaruh, tetapi tidak efisien. Bahkan ada yang mengatakan bahwa "sangat berdampak disebabkan kebiasaan masa pandemi menggunakan berbagai media dari Zoom, Google Class Room hingga YouTube, Instagram dan Facebook menjadikan penggunaan berbagai media dalam proses pembelajaran menjadi hal biasa”³⁹. Hal ini diperlukan kesadaran dari para pengajar dan mahasiswa untuk menguasai teknologi digital. “Mahasiswa lebih akrab dengan pembelajaran melalui ponsel pintar Android”⁴⁰.

3. Dampak Pengalaman Perkuliahan Mahasiswa Masa Pandemi Covid-19 pada Perilaku Hidup Sehat

Sebagian dosen menyatakan bahwa “mahasiswa kurang semangat untuk hadir kuliah *offline* pada saat Covid melanda.” “Terlalu banyak terpapar dengan telepon tangan, membuat mata menjadi tidak sehat” adalah pendapat yang dibuat oleh mahasiswa tentang penggunaan media android dalam kelas. Bahkan ditambahkan bahwa tidak ada dampak yang signifikan terhadap perubahan perilaku hidup sehat, hanya penggunaan masker yang menjadi kebiasaan sehari-hari. Tindakan menjaga kesehatan serupa dengan apa yang telah dilakukan sebelumnya. Meskipun ada juga

³⁵ Jhon Riswanda, *Wawancara Tanggal 17 April 2023*.

³⁶ Mirzon Daheri, *Wawancara Tanggal 11 Mei 2017*.

³⁷ Afgani.

³⁸ Amaliahasanah.

³⁹ Firmansyah, *Wawancara Tanggal 11 April 2023*.

⁴⁰ Afgani.

pendapat yang berbeda yang menyatakan “Efeknya adalah mahasiswa selalu bangun pagi dan mandi pagi untuk mempersiapkan diri mengikuti perkuliahan secara online, menjaga kebersihan udara dengan mengenakan masker, dan selalu mencuci tangan dengan air bersih”⁴¹. Masih terdapat penggunaan masker dan kebiasaan cuci tangan yang berlaku saat ini. Pendapat lain menyebutkan bahwa “dampaknya tergolong kecil, karena mahasiswa telah berada dalam kondisi normal sehingga jarang terlihat mereka menerapkan protokol kesehatan. Namun, mereka tetap menjaga kebiasaan hidup sehat seperti mencuci tangan, mengonsumsi makanan halal, hidup bersih, menghindari kontak fisik, dan lain sebagainya”⁴².

4. Dampak Pengalaman Perkuliahan Masa Pandemi Covid-19 pada Perilaku Prososial

Menurut para partisipan, dampaknya terhadap perilaku prososial adalah positif, karena seperti yang diungkapkan oleh salah satu responden, “Kita pada dasarnya makhluk sosial sehingga selagi masih bisa membantu, tidak ada salahnya untuk melakukannya”. Selain itu, kondisi pandemi COVID-19 membuat “tumbuh rasa simpati terhadap penderitaan dan kesulitan orang lain”, yang pada akhirnya “akan meningkatkan rasa empati dan saling membantu, terutama bagi orang-orang yang terkena dampak COVID-19”. Kejadian pandemi ini juga membuat kita merasa prihatin terhadap mereka yang terdampak, dan memunculkan keinginan untuk memberikan bantuan. Banyak orang yang terkena dampak kehilangan pekerjaan akibat pandemi, oleh karena itu kita merasa perlu membantu untuk meringankan beban yang mereka alami⁴³. 1. Sudut pandang lain menyatakan bahwa “benar (ada dampaknya), karena meningkatkan kesadaran bahwa sebagai manusia kita memiliki kewajiban untuk saling membantu”⁴⁴. Pendapat yang lain adalah “terdapat, namun hanya sebagian”. Situasi ini serupa dengan “ketika ada teman yang sakit, ada yang merespon dengan cepat seperti mengunjungi, menggalang dana, dan sebagainya, tetapi ada juga yang merespon dengan lambat”⁴⁵. Kebiasaan

⁴¹ Mardiah Astuti, *Wawancara Tanggal 17 April 2023*.

⁴² Harisman Nizar, *Wawancara Tanggal 17 April 2023*.

⁴³ Astuti.

⁴⁴ Firmansyah.

⁴⁵ Firmansyah.

membantu orang lain selama pandemi COVID-19 berdampak pada prososial “karena sudah terbiasa membantu orang lain meskipun ada keterbatasan ruang gerak karena kehati-hatiannya”⁴⁶ terhadap penyebaran wabah yang melanda.

C. Strategi Alternatif Gaya Pembelajaran

Kini, perguruan tinggi dihadapkan pada situasi yang memaksa mereka untuk beralih ke pembelajaran daring atau hibrid guna mengurangi risiko penyebaran virus. Dalam model pembelajaran ini, mahasiswa diharuskan untuk mengikuti kelas secara online. Namun, tantangan yang muncul adalah akses dan teknologi. Banyak orang tidak memiliki akses internet yang memadai atau teknologi yang sama. Oleh karena itu, siswa sering kali beralih sepenuhnya atau sebagian ke pembelajaran online, di mana mereka belajar melalui platform online tanpa harus menghadiri kelas di kampus. Tujuan dari hal ini tentunya adalah untuk menghindari ujian berbasis kertas⁴⁷, institusi pendidikan tinggi telah menggunakan metode evaluasi berbasis daring, yaitu ujian yang dilakukan secara online dan memerlukan pengawasan atau identifikasi biometrik⁴⁸ Mungkin bagi mahasiswa, hal ini bisa menjadi tantangan yang sulit, namun pada akhirnya akan menjadi pengalaman berharga yang tak terlupakan. Selama proses pembelajaran online, siswa mungkin menghadapi tantangan akademik seperti kesulitan dalam mengatur waktu⁴⁹ atau bekerja sama dengan orang lain dalam kelas. Pemeriksaan suhu dan tes COVID-19 dapat dilakukan secara berkala di kampus untuk melacak kondisi para mahasiswa⁵⁰. Mahasiswa yang terkonfirmasi positif mungkin perlu menjalani karantina atau isolasi, yang berdampak pada proses

⁴⁶ Insaudi Ratono, *Wawancara Tanggal 19 April 2023*.

⁴⁷ Reem AlSufayan and Dina Abdel Salam El-Dakhs, ‘Achievement Emotions in Paper-Based Exams vs. Computer-Based Exams: The Case of a Private Saudi University’, *International Journal of Online Pedagogy and Course Design*, 13.1 (2023), 1–21 <<https://doi.org/10.4018/IJOPCD.322084>>.

⁴⁸ Dan Lin Li and others, ‘Identification of High-Risk Patterns of Myopia in Chinese Students Based on Four Major Behavioral Risk Factors: A Latent Class Analysis’, *BMC Public Health*, 23.1 (2023), 1–8 <<https://doi.org/10.1186/s12889-023-15963-7>>.

⁴⁹ Ratono.

⁵⁰ Diego Azañedo and others, ‘Frequency, Inequalities and Spatial Distribution of Oral Health Services Utilization in Peruvian Children under Twelve Years of Age: A Population-Based Comparative Analysis of the Years 2017 and 2021’, *BMC Oral Health*, 23.1 (2023), 1–15 <<https://doi.org/10.1186/s12903-023-03528-4>>.

pembelajaran mereka. Oleh karena itu, kampus telah mencari solusi baru untuk memberikan fleksibilitas kepada siswa dalam pembelajaran dan memanfaatkan teknologi terbaru guna meningkatkan pengalaman belajar mereka.

1. Pengalaman Pembelajaran masa Covid 19 Mempengaruhi Perilaku Akademik

Untuk memahami bagaimana perubahan dalam konteks pembelajaran selama pandemi telah memengaruhi mahasiswa, perlu memahami bagaimana pengalaman pembelajaran selama pandemi dan dampaknya terhadap perilaku akademik. Hal ini telah dibuktikan dengan adanya pengaruh yang signifikan variabel pengalaman aktivitas pembelajaran terhadap perilaku akademik mahasiswa secara kuantitatif. Berdasarkan data penelitian bahwa selama pembelajaran daring, menunjukkan adanya tingkat interaksi yang baik telah terjadi antara siswa dan pendidik. Terjadi percakapan yang efektif. Mahasiswa merasa terlibat dalam pembelajaran lebih lebih baik. Tantangan teknologi dan aksesibilitas berhasil dihadapi mahasiswa. Perubahan ini telah memengaruhi kemampuan mahasiswa untuk mengikuti pembelajaran. Mahasiswa telah belajar menjadi lebih mandiri dalam belajar selama pandemi⁵¹, seperti merencanakan waktu, mengelola tugas, dan memantau kemajuan akademik mereka.

2. Pengaruh Pengalaman Pembelajaran masa Covid 19 terhadap perilaku Hidup Sehat

Secara psikologis, stres dan kekhawatiran terkait pandemi, seperti ketidakpastian kesehatan, dapat berdampak pada kesehatan mental mahasiswa. Perasaan mahasiswa mungkin merasa terisolasi karena pembelajaran jarak jauh dan pembatasan sosial, yang dapat memengaruhi kesehatan emosional mereka. Selain itu, perubahan pola makan selama pandemi, seperti mengonsumsi makanan cepat saji dan camilan, juga dapat memengaruhi kesehatan mahasiswa. Terlebih lagi, ketika aktivitas fisik terbatas karena pembatasan pergerakan atau fasilitas kebugaran ditutup,

⁵¹ Tianhua Chen, 'Investigating the Mental Health of University Students during the COVID-19 Pandemic in a UK University: A Machine Learning Approach Using Feature Permutation Importance', *Brain Informatics*, 10.1 (2023) <<https://doi.org/10.1186/s40708-023-00205-8>>.

mahasiswa mungkin tidak melakukan banyak aktivitas fisik. Namun, pandemi telah meningkatkan kesadaran akan pentingnya menjaga kesehatan dan kebersihan pribadi, seperti mencuci tangan secara teratur, terutama bagi mahasiswa. Pernyataan ini telah diuji melalui uji korelasi dan terbukti berpengaruh terhadap variabel "pengalaman aktivitas pembelajaran terhadap perilaku hidup sehat mahasiswa". Selain itu, terlihat pula munculnya kebiasaan baru pada mahasiswa. Kebiasaan baru tersebut meliputi penggunaan masker wajah, menjaga jarak sosial, dan menjaga kebersihan tangan dengan teliti⁵². Universitas telah menetapkan kebijakan kesehatan yang mengatur kapasitas ruang kelas, pemeriksaan suhu, tes COVID-19, dan protokol lainnya. Keberadaan teman sekelas dapat mendorong individu lain untuk mengadopsi perilaku sehat, seperti berolahraga secara virtual bersama atau berbagi saran. Kepatuhan terhadap protokol kesehatan, seperti menjaga jarak dan menggunakan masker, selama pandemi telah meningkatkan kesadaran mahasiswa terhadap pentingnya protokol kesehatan. Oleh karena itu, analisis ini dapat membantu perguruan tinggi dan pemerintah dalam merencanakan langkah-langkah untuk mendukung kesehatan fisik dan mental mahasiswa selama dan setelah pandemi COVID-19. Dalam merencanakan langkah-langkah tersebut, faktor-faktor seperti tingkat stres, dukungan sosial, akses ke sumber daya kesehatan, dan perubahan dalam pola makan dan aktivitas fisik harus dipertimbangkan.

3. Pengalaman Pembelajaran masa Covid 19 dan pengaruhnya terhadap Perilaku Prososial

Selama pandemi COVID-19, pengalaman pembelajaran dapat memberikan dampak yang signifikan terhadap perilaku prososial siswa. Perilaku prososial ini merujuk pada tindakan yang bertujuan untuk membantu atau mendukung orang lain, baik secara langsung maupun tidak langsung. Dalam konteks pandemi ini, rasa empati dan solidaritas mahasiswa telah meningkat secara signifikan. Mereka menjadi lebih peka terhadap masalah dan penderitaan yang dialami oleh orang lain akibat

⁵² Sara Baldassano and others, 'Fighting the Consequences of the COVID-19 Pandemic: Mindfulness, Exercise, and Nutrition Practices to Reduce Eating Disorders and Promote Sustainability', *Sustainability (Switzerland)*, 15.3 (2023) <<https://doi.org/10.3390/su15032120>>.

pandemi, seperti teman sekelas, keluarga, dan masyarakat umum. Hal ini menunjukkan bahwa pandemi COVID-19 telah membawa perubahan positif dalam perilaku sosial siswa.

Untuk memberikan bantuan kepada mereka yang membutuhkan selama masa pandemi⁵³, mahasiswa terlibat dalam berbagai aktivitas sosial⁵⁴ dan relawan. Ada beberapa cara di mana mahasiswa dapat memberikan dukungan selama pandemi ini. Selain mengumpulkan dana, mengirimkan makanan, atau berpartisipasi dalam proyek amal, mereka juga dapat memberikan dukungan emosional kepada teman sekelas mereka yang mungkin mengalami kesulitan pribadi atau akademik. Dalam hal ini, mereka dapat bertukar informasi atau sumber daya yang berguna. Selain itu, banyak perguruan tinggi memiliki program sosial dan kemanusiaan yang memungkinkan mahasiswa berpartisipasi dalam proyek yang membantu orang-orang di sekitar mereka. Misalnya, mereka dapat mengajar anak-anak yang membutuhkan bantuan atau memberikan bantuan kepada kelompok rentan melalui internet. Selain itu, mahasiswa juga dapat melindungi kesehatan orang lain dan menunjukkan perhatian terhadap kesejahteraan bersama dengan mengikuti protokol kesehatan seperti penggunaan masker, menjaga jarak fisik, dan mencuci tangan secara teratur⁵⁵. Dengan mengikuti protokol kesehatan seperti penggunaan masker, menjaga jarak fisik, dan mencuci tangan secara teratur, siswa dapat melindungi kesehatan orang lain dan menunjukkan perhatian terhadap kesejahteraan bersama. Pandemi COVID-19 memengaruhi semua orang, dan siswa dimotivasi untuk bertindak proaktif untuk membantu satu sama lain mengatasi masalah ini. Oleh karena itu, siswa berperilaku prososial selama pandemi, menunjukkan rasa tanggung jawab sosial

⁵³ Martina L. Reichmuth and others, 'Socio-Demographic Characteristics Associated with COVID-19 Vaccination Uptake in Switzerland: Longitudinal Analysis of the CoMix Study', *BMC Public Health*, 23.1 (2023), 1–11 <<https://doi.org/10.1186/s12889-023-16405-0>>.

⁵⁴ Diane Cashman and Sue Rackard, 'Learning through Clinical Extramural Studies: An Observational Study', *Irish Veterinary Journal*, 76.1 (2023), 1–13 <<https://doi.org/10.1186/s13620-023-00238-9>>.

⁵⁵ Gemma Andrews, Terri Flood, and Paul Shepherd, 'A Narrative Review Exploring the Professional Practice Training Requirement of Therapeutic Radiographers Undertaking Effective Remote/Telephone Review Clinics in Place of Face-To-Face Radiographer-Led Review Clinics during the COVID-19 Pandemic', *Journal of Radiotherapy in Practice*, 22.2 (2023) <<https://doi.org/10.1017/S1460396921000613>>.

mereka dan kepedulian mereka terhadap kesejahteraan masyarakat⁵⁶. Hal tersebut dapat memberikan manfaat yang besar bagi individu dan komunitas yang terdampak krisis. Program-program semacam ini juga memiliki peran yang signifikan dalam membentuk karakter siswa dan kontribusi mereka terhadap kesejahteraan sosial.

4. Faktor yang mendukung dan menghambat pengalaman belajar untuk perilaku akademik, gaya hidup sehat, dan prososial

a. Faktor Pendukung

Motivasi Pribadi: Ada dua jenis motivasi yang dapat mendorong seseorang untuk berprestasi di sekolah: motivasi intrinsik, yang berasal dari dalam diri seseorang, seperti keinginan untuk belajar dan mencapai tujuan pribadi mereka. Sementara itu, motivasi ekstrinsik berasal dari sumber eksternal, seperti pujian dari orang lain atau hadiah yang diberikan.

Dukungan Sosial: Siswa dapat merasa didukung oleh teman, keluarga, dan guru mereka dalam upaya akademik mereka. Teman sebaya dapat memberikan dukungan emosional dan motivasi, keluarga dapat memberikan dukungan finansial dan emosional, dan guru dapat memberikan bimbingan dan motivasi dalam proses belajar mereka.

Ruang Belajar yang Tepat: Penting bagi siswa untuk memiliki ruang belajar yang nyaman dan tidak terganggu. Ruang belajar yang nyaman juga dapat membantu siswa tetap fokus dan konsentrasi saat belajar. Selain itu, ruang belajar yang tidak terganggu juga dapat membantu siswa menghindari distraksi dan gangguan yang dapat menghambat proses belajar mereka.

Metode Pembelajaran yang Sesuai: Setiap orang memiliki gaya belajar yang berbeda-beda, jadi penting bagi pendidik untuk memberi siswa metode pembelajaran yang sesuai dengan gaya belajar mereka. Metode pembelajaran yang disesuaikan dapat membantu siswa memahami dan menguasai materi dengan lebih

⁵⁶ Mohammad Alsadi and others, 'Satisfaction and Self-Confidence among Nursing Students with Simulation Learning during COVID-19', *BMC Nursing*, 22.1 (2023), 1–8 <<https://doi.org/10.1186/s12912-023-01489-1>>.

baik. Dengan metode pembelajaran yang tepat, siswa dapat belajar dengan lebih efektif dan efisien.

b. Faktor Penghambat

Dalam hal ini diantaranya yaitu, Gangguan Lingkungan dapat mempengaruhi proses belajar seseorang. Keberadaan suara yang bising, gangguan, atau ketidakstabilan di sekitar rumah bisa membuat sulit untuk fokus dan berkonsentrasi dalam belajar. Selain itu, Kurangnya Motivasi juga bisa menjadi hambatan dalam belajar. Jika seseorang tidak memiliki minat atau keinginan yang kuat dalam mata pelajaran tertentu, maka belajar akan menjadi sulit karena tidak ada dorongan untuk menghadapinya. Terakhir, Kurangnya Dukungan Sosial juga dapat mempengaruhi motivasi belajar seseorang. Rasa isolasi atau kurangnya dukungan dari orang-orang di sekitar dapat mengurangi semangat dan keinginan untuk berprestasi di sekolah.



BAB V

COVID-19 DAN PERUBAHAN POLA PEMBELAJARAN

Pada intinya dapat kita simpulkan bahwa dari hasil temuan dalam pembahasan yang telah dilaksanakan pada sub-sub bab diatas tragedi wabah atau pada masa Pandemi Covid-19 yang memiliki pengaruh terhadap pengalaman pembelajaran mahasiswa di kalangan perguruan tinggi, bahwasanya:

Tragedi pandemi Covid 19 telah mendorong mahasiswa untuk belajar menjadi lebih mandiri dalam mengatur waktu dan sumber daya mereka untuk kegiatan akademik. Keterampilan ini sangat penting dalam pembelajaran jarak jauh, di mana mahasiswa perlu mampu merencanakan sendiri dan disiplin. Selain itu, pandemi ini juga meningkatkan kesadaran akan pentingnya menjaga kesehatan mental dan fisik. Banyak mahasiswa mulai memprioritaskan pola makan sehat, berolahraga, dan merawat diri untuk tetap sehat. Beberapa mahasiswa bahkan terlibat dalam kegiatan sosial dan relawan untuk membantu komunitas selama pandemi, menunjukkan semangat untuk membantu orang lain saat krisis datang. Dengan keterampilan teknologi dan penggunaan alat pembelajaran online, mahasiswa di masa depan dapat dengan mudah mengakses pengetahuan dan sumber daya pendidikan. Walaupun mahasiswa menghadapi berbagai hambatan dalam situasi sulit yang memerlukan adaptasi dan ketahanan selama pandemi, pengalaman ini dapat membantu mereka mengatasi tantangan di masa depan. Selain itu, meskipun pandemi COVID-19 telah menyebabkan banyak kesulitan, pengalaman pembelajaran tetap memiliki manfaat yang besar. Mahasiswa telah berhasil menemukan cara baru untuk

tumbuh, berkontribusi pada masyarakat, dan memperoleh keterampilan yang akan sangat berguna di masa depan.

Adapun secara implikasi, peningkatan pelatihan dan persiapan tenaga pendidik di perguruan tinggi perlu dilakukan agar mereka mampu menggunakan teknologi dan pendekatan pembelajaran jarak jauh dengan baik. Dosen juga dapat memberikan dukungan dan arahan kepada mahasiswa agar mereka dapat sukses dalam pembelajaran online. Erfaring belajar selama pandemi menunjukkan bahwa fleksibilitas dalam rencana pembelajaran sangat krusial untuk mendukung berbagai gaya belajar yang berbeda.

Agar sukses dalam pembelajaran di era digital, mahasiswa perlu memiliki kemampuan belajar secara mandiri dan mengelola waktu dengan lebih baik. Meningkatkan kesadaran akan pentingnya menjaga kesehatan fisik dan mental juga penting, dan mahasiswa harus mencari cara untuk menjaga keseimbangan kesehatan saat belajar secara online. Selain itu, mendapatkan dukungan sosial dan aktif berpartisipasi dalam kegiatan prososial akan membantu meningkatkan kesehatan mahasiswa.

Pemangku kebijakan perguruan tinggi perlu mengalokasikan dana untuk mendukung mahasiswa agar dapat memiliki akses internet yang lebih baik dan teknologi yang diperlukan dalam meningkatkan efisiensi pembelajaran jarak jauh. Selain itu, penting bagi mahasiswa untuk mendapatkan dukungan kesehatan mental yang memadai, termasuk melalui konseling online. Insentif untuk kegiatan pro sosial dan program kesejahteraan mahasiswa juga dapat membantu dalam membentuk mahasiswa yang seimbang dan peduli. Pemerintah juga dapat mengeluarkan kebijakan pendidikan yang mendukung perguruan tinggi dalam menciptakan lingkungan belajar yang aman dan efisien. Dengan mempertimbangkan konsekuensi ini, semua pihak dapat mengambil tindakan nyata untuk meningkatkan pengalaman belajar mahasiswa, meningkatkan kesehatan mental dan fisik, serta mendorong perilaku prososial di lingkungan perguruan tinggi.

Berdasarkan hasil paparan yang telah disampaikan pada bab-bab sebelumnya, penulis telah melakukan kajian teori yang mendalam untuk membantu menganalisis permasalahan yang ada. Oleh karena itu, terdapat beberapa rekomendasi bagi para pemangku kebijakan perguruan tinggi,

dosen, dan mahasiswa yang dapat diberikan dalam upaya peningkatan pengalaman pembelajaran yang dilakukan mahasiswa selama pandemi Covid-19 serta bagaimana cara menghadapi tantangan yang muncul sewaktu-waktu di masa depan.

1. Pemangku Kebijakan Perguruan Tinggi

Perguruan tinggi sebaiknya mengalokasikan sumber daya dan infrastruktur teknologi guna mendukung pembelajaran jarak jauh. Hal ini mencakup perangkat lunak, perangkat keras, serta pelatihan bagi guru dan siswa. Selain itu, perguruan tinggi seharusnya menyediakan layanan kesehatan mental yang mudah diakses dan program kesehatan yang mendorong gaya hidup sehat bagi mahasiswa. Penyesuaian kurikulum juga perlu dipertimbangkan agar siswa dapat memilih model pembelajaran yang sesuai dengan kebutuhan mereka, baik online maupun offline. Kebijakan penilaian harus diperbarui guna mendukung pembelajaran jarak jauh, dengan fokus pada pemahaman materi daripada sekadar hafalan.

2. Dosen

Untuk dapat mengajar dengan efektif melalui pembelajaran jarak jauh, dosen perlu menjalani pelatihan dalam penggunaan alat dan strategi yang sesuai. Dosen juga harus memiliki fleksibilitas yang tinggi dalam memenuhi kebutuhan siswa dan menerima tantangan yang mereka hadapi. Penting untuk memastikan bahwa instruksi dan materi pembelajaran mudah dipahami dan dapat diakses oleh siswa. Komunikasi yang efektif juga menjadi kunci utama. Selain itu, dosen harus terus mengevaluasi keberhasilan pembelajaran jarak jauh mereka dan siap untuk mengadaptasi metode pembelajaran sesuai dengan umpan balik yang diterima dari siswa.

3. Mahasiswa

Agar sukses dalam pembelajaran *blended learning* dan menghindari prokrastinasi, siswa perlu menguasai keterampilan manajemen waktu yang baik. Selain itu, mahasiswa juga harus aktif berkomunikasi dengan guru dan teman sekelas jika menghadapi masalah atau pertanyaan. Penting bagi mereka untuk menjaga kesehatan fisik dan mental dengan mempertahankan pola tidur yang sehat, berolahraga, dan mencari dukungan ketika mengalami stres atau kecemasan. Selain itu, mahasiswa

dapat mencari kesempatan untuk berpartisipasi dalam proyek atau kegiatan sosial yang dapat meningkatkan keterlibatan mereka dan memberikan dampak positif pada komunitas. Berdasarkan pengalaman selama pandemi COVID-19, saran-saran ini dapat membantu perguruan tinggi, dosen, dan mahasiswa menjalani pengalaman belajar yang lebih baik dan dapat disesuaikan dengan situasi serupa di masa depan.

DAFTAR PUSTAKA

- Afgani, Muhammad Win, *Wawancara Tanggal 17 April 2023*
- Almusharraf, Norah Mansour, and Shabir Hussain Khahro, 'Students' Satisfaction with Online Learning Experiences during the COVID-19 Pandemic', *International Journal of Emerging Technologies in Learning*, 15.21 (2020), 246–67
<<https://doi.org/10.3991/ijet.v15i21.15647>>
- Alsadi, Mohammad, Islam Oweidat, Huthaifah Khrais, Ahmad Tubaisat, and Abdulqadir J. Nashwan, 'Satisfaction and Self-Confidence among Nursing Students with Simulation Learning during COVID-19', *BMC Nursing*, 22.1 (2023), 1–8
<<https://doi.org/10.1186/s12912-023-01489-1>>
- AlSufayan, Reem, and Dina Abdel Salam El-Dakhs, 'Achievement Emotions in Paper-Based Exams vs. Computer-Based Exams: The Case of a Private Saudi University', *International Journal of Online Pedagogy and Course Design*, 13.1 (2023), 1–21
<<https://doi.org/10.4018/IJOPCD.322084>>
- Amaliahasanah, *Wawancara Tanggal 17 April 2023*
- Andrews, Gemma, Terri Flood, and Paul Shepherd, 'A Narrative Review Exploring the Professional Practice Training Requirement of Therapeutic Radiographers Undertaking Effective Remote/Telephone Review Clinics in Place of Face-To-Face Radiographer-Led Review Clinics during the COVID-19 Pandemic', *Journal of Radiotherapy in Practice*, 22.2 (2023)
<<https://doi.org/10.1017/S1460396921000613>>
- Ardiyanto, Asep, Veryliana Purnamasari, Sukamto Sukamto, and Ekasari Setianingsih, 'Analisis Perilaku Hidup Bersih Dan Status Kebugaran Jasmani Di Era Pandemi Covid-19 Dosen PGSD', *Jendela Olahraga*, 5.2 (2020), 131–40
<<https://doi.org/10.26877/jo.v5i2.6216>>

- Arifa, Fieka Nurul, 'Siap Gelar Sekolah Tatap Muka Pada Oktober', *Info Singkat;Kajian Singkat Terhadap Isu Aktual Dan Strategis*, 2020, 6 <[http://berkas.dpr.go.id/puslit/files/info_singkat/Info Singkat-XII-7-I-P3DI-April-2020-1953.pdf](http://berkas.dpr.go.id/puslit/files/info_singkat/Info_Singkat-XII-7-I-P3DI-April-2020-1953.pdf)>
- Astuti, Mardiah, *Wawancara Tanggal 17 April 2023*
- Azañedo, Diego, Akram Hernández-Vásquez, Fabriccio J. Visconti-Lopez, and Efrain Y. Turpo Cayo, 'Frequency, Inequalities and Spatial Distribution of Oral Health Services Utilization in Peruvian Children under Twelve Years of Age: A Population-Based Comparative Analysis of the Years 2017 and 2021', *BMC Oral Health*, 23.1 (2023), 1–15 <<https://doi.org/10.1186/s12903-023-03528-4>>
- Azzahra, Hanifah, Theresia Marditama, Merry Fithriani, and Vina Febriyani, 'Tren Inovasi Digital Pasca Pandemi Covid-19 Pada Keberlanjutan', *Journal Science Innovation and Technology*, 2.1 (2021), 6–14 <<https://ojs.udb.ac.id/index.php/SINTECH/article/view/1062/904>>
- Badaruddin, Muchammad, 'Hubungan Antara Keaktifan Berorganisasi Dengan Tingkat Perilaku Prososial Mahasiswa Pengurus PMII UNNES Tahun 2020', *JCOSE Jurnal Bimbingan Dan Konseling*, 3.2 (2021), 78–85 <<https://doi.org/10.24905/jcose.v3i2.75>>
- Baldassano, Sara, Anna Alioto, Alessandra Amato, Carlo Rossi, Giulia Messina, Maria Roberta Bruno, and others, 'Fighting the Consequences of the COVID-19 Pandemic: Mindfulness, Exercise, and Nutrition Practices to Reduce Eating Disorders and Promote Sustainability', *Sustainability (Switzerland)*, 15.3 (2023) <<https://doi.org/10.3390/su15032120>>
- Cashman, Diane, and Sue Rackard, 'Learning through Clinical Extramural Studies: An Observational Study', *Irish Veterinary Journal*, 76.1 (2023), 1–13 <<https://doi.org/10.1186/s13620-023-00238-9>>
- Chen, Tianhua, 'Investigating the Mental Health of University Students during the COVID-19 Pandemic in a UK University: A Machine Learning Approach Using Feature Permutation Importance', *Brain Informatics*, 10.1 (2023) <<https://doi.org/10.1186/s40708-023-00205-8>>

- Creswell, John W., *Educational Research: Planning, Conducting, and Evaluating Quantitative and Qualitative Research*. *Educational Research*, ed. by Paul A. Smith (University of Nebraska–Lincoln, 2012)
 <[https://www.google.com/search?q=Creswell%25252C+J.+W.+\(2012\).+Educational+research%25253A+planning%25252C+conducting%25252C+and+evaluating+quantitative+and+qualitative+research.+educational+research+\(Vol.+4\).&oq=Creswell%25252C+J.+W.+\(2012\).+Educational+research%2525](https://www.google.com/search?q=Creswell%25252C+J.+W.+(2012).+Educational+research%25253A+planning%25252C+conducting%25252C+and+evaluating+quantitative+and+qualitative+research.+educational+research+(Vol.+4).&oq=Creswell%25252C+J.+W.+(2012).+Educational+research%2525)>
- Daheri, Mirzon, *Wawancara Tanggal 11 Mei 2017*
- Firmansyah, *Wawancara Tanggal 11 April 2023*
- Fourth, Menteri Perindustrian Republik Indonesia, *Making Indonesia, Making Indonesia*, 2019 <<https://doi.org/10.7591/9781501719370>>
- Halimatusakdiah, *Wawancara Tanggal 11 April 2023*
- Huckins, Jeremy F., Alex W. da Silva, Weichen Wang, Elin Hedlund, Courtney Rogers, Subigya K. Nepal, and others, ‘Mental Health and Behavior of College Students during the Early Phases of the COVID-19 Pandemic: Longitudinal Smartphone and Ecological Momentary Assessment Study’, *Journal of Medical Internet Research*, 22.6 (2020) <<https://doi.org/10.2196/20185>>
- Idrizon, ‘Prediksi Teknologi Informasi Masa Depan’, *Perpustakaan Universitas Negeri Padang*
 <<http://pustaka.unp.ac.id/read/artikel/12/prediksi-teknologi-informasi-masa-depan.html>>
- Javaid, Mohd, Abid Haleem, Raju Vaishya, Shashi Bahl, Rajiv Suman, and Abhishek Vaish, ‘Industry 4.0 Technologies and Their Applications in Fighting COVID-19 Pandemic’, *Diabetes and Metabolic Syndrome: Clinical Research and Reviews*, 14.4 (2020), 419–22 <<https://doi.org/10.1016/j.dsx.2020.04.032>>
- Johana, Frindy, ‘Pentingnya Teknologi Dalam Pengelolaan Data Di Era Revolusi Industri 4.0’, *Www.Dqlab.Com*, 2021
 <<https://www.dqlab.id/teknologi-digital-untuk-tingkatkan-kompetensi-melek-data>>
- Kemendikbud, *Penyelenggaraan Pembelajaran Tatap Muka Tahun Akademik 2021/2022*, 2021, pp. 3–5

- <<http://journal.upgris.ac.id/index.php/jendelaolahraga/article/view/6216>>
- Kominfo, *Pandemi Covidpacu Adaptasi*
<https://www.kominfo.go.id/content/detail/32602/pandemi-Covid-19-pacu-adaptasi-gunakan-teknologi-digital/0/berita_satker>
- Li, Dan Lin, Zhi Jian Yin, Yue Zu Li, Ya Jie Zheng, Yu Qin, Gang Liang, and others, 'Identification of High-Risk Patterns of Myopia in Chinese Students Based on Four Major Behavioral Risk Factors: A Latent Class Analysis', *BMC Public Health*, 23.1 (2023), 1–8
<<https://doi.org/10.1186/s12889-023-15963-7>>
- Lufthansa, Alifia, and Suwandi Supatra, 'Tempat Pelatihan Industri Konveksi : Tipologi Baru Sebagai Pendekatan Disain', *Jurnal Sains, Teknologi, Urban, Perancangan, Arsitektur (Stupa)*, 1.2 (2020), 1231 <<https://doi.org/10.24912/stupa.v1i2.4576>>
- Memon, M M, M A Hashmani, S M Jameel, and..., 'Analysis of Student Procrastinatory Behavior in Virtual Learning Environments Using Machine Learning', *Journal of Hunan ...*, 47.10 (2020)
<<http://www.jonuns.com/index.php/journal/article/view/459>>
- Morphology, The Comparative, 'HEALTHY FOR LIFE', ed. by David Sim, 2014
<<https://s3.amazonaws.com/healthyforlifeu/ebook/hflu/hflu-ebook.pdf>>
- Mudaris, Hudan, 'Integrasi Nilai-Nilai Karakter Dalam Pendidikan Lingkungan Hidup Di Era Revolusi Industri 4.0 Studi Kasus Model Pendidikan Lingkungan Hidup Di Sekolah Di DIY', ed. by Arif Rahman (Komojoyo Press, 2019)
- Mungkasa, Oswar, 'Bekerja Dari Rumah (Working From Home/WFH): Menuju Tatanan Baru Era Pandemi COVID 19', *Jurnal Perencanaan Pembangunan: The Indonesian Journal of Development Planning*, 4.2 (2020), 126–50
<<https://doi.org/10.36574/jpp.v4i2.119>>
- Mustopa, Ahmad Jaenal, and Dasrun Hidayat, 'Pengalaman Mahasiswa Saat Kelas Online Menggunakan Aplikasi Zoom Cloud Meeting Selama Covid-19', *Digital Media & Relationship*, 2.2 (2020), 75–84
<<https://doi.org/https://doi.org/10.51977/jdigital.v2i2.372>>

- Nizar, Harisman, *Wawancara Tanggal 17 April 2023*
- Palinggi, Sandryones, and Lutma Ranta Allolinggi, 'Analisa Deskriptif Industri Fintech Di Indonesia: Regulasi Dan Keamanan Jaringan Dalam Perspektif Teknologi Digital', *Ekonomi Dan Bisnis*, 6.2 (2020), 177–92 <<https://doi.org/10.35590/jeb.v6i2.1327>>
- Prakoso, Denny Anggoro, Wahyudi Istiono, Yodi Mahendradhata, and Merita Arini, 'Acceptability and Feasibility of Tuberculosis-Diabetes Mellitus Screening Implementation in Private Primary Care Clinics in Yogyakarta, Indonesia: A Qualitative Study', *BMC Public Health*, 23.1 (2023), 1–14 <<https://doi.org/10.1186/s12889-023-16840-z>>
- Rafique, Azra, Kanwal Ameen, and Alia Arshad, 'E-Book Data Mining: Real Information Behavior of University Academic Community', *Library Hi Tech*, ahead-of-p.ahead-of-print (2021) <<https://doi.org/10.1108/LHT-07-2020-0176>>
- Ratono, Insaudi, *Wawancara Tanggal 19 April 2023*
- Reichmuth, Martina L., Leonie Heron, Julien Riou, André Moser, Anthony Hauser, Nicola Low, and others, 'Socio-Demographic Characteristics Associated with COVID-19 Vaccination Uptake in Switzerland: Longitudinal Analysis of the CoMix Study', *BMC Public Health*, 23.1 (2023), 1–11 <<https://doi.org/10.1186/s12889-023-16405-0>>
- Riswanda, Jhon, *Wawancara Tanggal 17 April 2023*
- Sandi Ferdiansyah, Supiastutik, Ria Angin, Indonesia Institut Agama Islam Negeri Jember, Indonesia. Universitas Jember, Indonesia. Universitas Muhammadiyah Jember, and., 'Thai Students' Experiences of Online Learning at Indonesian Universities in the Time of the COVID-19 Pandemic', *Journal of International Students*, 10.S3 (2020), 58–74
- Zalat, Marwa Mohamed, Mona Sami Hamed, and Sarah Abdelhalim Bolbol, 'The Experiences, Challenges, and Acceptance of *e-learning* as a Tool for Teaching during the COVID-19 Pandemic among University Medical Staff', *PLoS ONE*, 16.3 March (2021), 1–7 <<https://doi.org/10.1371/journal.pone.0248758>>

Nilai-Nilai Prososial, Hidup Sehat dan Akademik dalam Krisis:

Peran Aktif Mahasiswa dalam Pembelajaran
di Masa Pandemi COVID-19

Buku ini mengulas secara mendalam pengalaman pembelajaran mahasiswa di perguruan tinggi keagamaan selama masa pandemi COVID-19, serta dampak signifikan dari pengalaman tersebut terhadap perilaku akademik, perilaku hidup sehat, dan perilaku prososial mereka.

Pandemi COVID-19 membawa perubahan drastis dalam sistem pendidikan di seluruh dunia, termasuk di Indonesia. Perguruan tinggi keagamaan, dengan kekhasan kurikulum dan metodologi pengajaran yang mengintegrasikan nilai-nilai agama, menghadapi tantangan unik selama masa transisi ke pembelajaran daring. Buku ini mengeksplorasi bagaimana mahasiswa beradaptasi dengan pembelajaran jarak jauh, serta bagaimana adaptasi tersebut mempengaruhi berbagai aspek kehidupan mereka.

Buku ini memaparkan perilaku akademik, perilaku hidup sehat, dan perilaku prososial serta menawarkan perspektif holistik tentang dampak pandemi terhadap mahasiswa perguruan tinggi keagamaan. Selain itu, buku ini juga memberikan rekomendasi praktis bagi pendidik, pembuat kebijakan, dan lembaga pendidikan untuk mengembangkan strategi yang lebih efektif dalam mendukung pembelajaran dan kesejahteraan mahasiswa di masa depan.

Penerbit Deepublish (CV BUDI UTAMA)

Jl. Kaliurang Km 9,3 Yogyakarta 55581

Telp/Fax : (0274) 4533427

Anggota IKAPI (076/DIY/2012)

✉ cs@deepublish.co.id

📘 Penerbit Deepublish

📱 @penerbitbuku_deepublish

🌐 www.penerbitdeepublish.com



Kategori : Permasalahan dan Kesejahteraan Sosial

ISBN 978-623-02-8945-3



9

786230

289453