

Zoom Fatigue dan Tingkat Stres pada Mahasiswa Semester Akhir

Selama Pandemi COVID-19

Andriani Sri Nastiti¹, Diana Setiyawati²

Fakultas Psikologi Universitas Gadjah Mada

email : ¹andriani.s.n@mail.ugm.ac.id, ²diana@ugm.ac.id

Abstract. *The purpose of this study is to determine the role of zoom fatigue on stress level of final semester student during the COVID-19 pandemic. This research uses quantitative method by share online questionnaire to several 6-8 semester students who are pursuing undergraduate education at universities in Indonesia. Measuring instrument that uses consisting of two scale that is Zoom Exhaustion & Fatigue Scale (Fauville, dkk, 2021) and Perceived Stress Scale-10 (Cohen, dkk, 1983). Participants in this study were 200 persons, which is 6-8 semester students who are pursuing undergraduate education at universities in Indonesia. Data in this study was analyze using simple linear regression technique. From this study, the result obtained R coefficient of 0,340 with level of significance is 0,000 ($P < 0,05$) and R^2 of 0,116. So it can be conclude that zoom fatigue play a significance role on stress level of final semester student, with effective contribution of 11,6%, while the rest is influenced by other factors.*

Keywords. *Final Semester Student, Zoom Fatigue, Stress, the COVID-19 pandemic*

Abstrak. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui peran *zoom fatigue* terhadap tingkat stres mahasiswa semester akhir selama pandemi COVID-19. Metode yang digunakan dalam penelitian ini adalah kuantitatif dengan menyebarkan kuesioner secara online kepada beberapa mahasiswa semester 6-8 yang menempuh pendidikan S1 pada Perguruan Tinggi di Indonesia. Terdapat dua skala yang digunakan dalam penelitian ini, yaitu skala *Zoom Exhaustion & Fatigue* (Fauville, dkk, 2021) dan *Perceived Stress Scale-10* (Cohen, dkk, 1983). Partisipan dalam penelitian ini merupakan mahasiswa semester 6-8 yang menempuh pendidikan S1 dan berjumlah 200 orang. Data dianalisis menggunakan teknik regresi linear sederhana. Dari penelitian ini diperoleh nilai koefisien R sebesar 0,340 dengan signifikansi sebesar 0,000 ($P < 0,05$) dan nilai R^2 sebesar 0,116. Sehingga dapat disimpulkan bahwa terdapat peranan signifikan dari variabel *zoom fatigue* terhadap stres mahasiswa semester akhir dengan sumbangan efektif variabel sebesar 11,6%, sedangkan sisanya dipengaruhi oleh faktor lain.

Kata kunci. Mahasiswa semester akhir, *Zoom Fatigue*, Stres, Pandemi COVID-19