

Digital Receipt

This receipt acknowledges that Turnitin received your paper. Below you will find the receipt information regarding your submission.

The first page of your submissions is displayed below.

Submission author: Siti Aisyah

Assignment title: (LR Siti A)MANAJEMEN STRESS SAAT PEMBELAJARAN DARING...
Submission title: MANAJEMEN STRESS SAAT PEMBELAJARAN DARING SELAMA ...

File name: TUGAS_AKHIR_Siti_Aisyah_Parafrase_1.docx

File size: 1.84M

Page count: 56

Word count: 6,124

Character count: 40,118

Submission date: 10-Sep-2021 11:40AM (UTC+0700)

Submission ID: 1645054786

BAB 1

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Metode belajar daring yang diselenggarakan selama masa pandemi Covid-19 sering sekali menimbulkan berbagai masalah, hal tersebut menjadi pemieu utama timbulnya stress pada mahasiswa (Hanifah et al., 2020). Masalah yang terjadi pada mahasiswa, bila tidak cepat dilakukan indakan lebih lanjut bisa menyebabkan ganggan psikologis lain yang parah contohnya mengarah pada gangguan depresi. Mahasiswa jika mengalami depresi dapat menyebabkan gejala psikomotor seperti menurunnya aktivitas dan produktivitas kerja, kurang bersemangat, keadaan gairah menurun, daya pikir dan konsentrasi melambut. Gejala psikomotor tersebut dapat menpengarahi prestasi belajar mahasiswa yang rajin saat pembelajaran berlangsung. (U. Hasanah et al., 2020).

Oleh sebab itu, supaya tidak menimbulkan masalah yang lebih serius, mahasiswa yang merasakan stress saat belajar *online* dapat diatasi dengan melaksanakan manajenen stress, terdapat beberapa cara untuk meminimalisir terjadinya stress diantaranya yaitu PPC dan EPC Hanifah et al., 2020). Mahasiswa yang mengaduh sebab pembelajaran daring menyebabkan mahasiswa karang mengerti setiap pelajaran yang dipaparkan, serta banyak penugsan di abihi perkuliahan. Oleh sebab itu, banyak