

# EFFECT OF ONLINE LEARNING DURING THE COVID-19 PANDEMIC ON MUSCULOSKELETAL DISORDERS AND STRESS LEVELS IN INDONESIAN SPORT SCIENCE MALAYSIAN STUDENTS

Oleh: Ahmad Nasrulloh, Roxana Dev Omar Dev, Cerika Rismayanthi, Sulistiyono, Rina Yuniana

## ABSTRAK

### Tujuan:

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui efek dari pembelajaran online terhadap gangguan muskuloskeletal dan tingkat stress pada mahasiswa Ilmu Keolahragaan di Indonesia dan Malaysia.

### Metode:

Penelitian ini merupakan penelitian deskriptif observasional analitikal yang dilakukan dengan pendekatan *cross sectional*. Penelitian ini dilaksanakan di beberapa universitas baik di Indonesia dan Malaysia. Subjek penelitian ini yaitu mahasiswa dari Indonesia dan Malaysia yang mengikuti pembelajaran online sesuai dengan kriteria inklusi dan eksklusi. Instrumen yang digunakan untuk mengumpulkan data yaitu kuesioner untuk gangguan muskuloskeletal menggunakan *Nordic Body Map* sedangkan kuesioner tingkat stress menggunakan kuesioner MSSQ (*Medical Student Stressor Questionnaire*). Teknik analisis data menggunakan uji deskriptif melalui sebaran presentase dan uji perbandingan.

### Hasil:

Berdasarkan hasil analisis uji Independent Sample t test diperoleh nilai t hitung sebesar 4,076 dengan nilai signifikansi sebesar 0,000. Oleh karena nilai signifikansi sebesar 0,000 lebih kecil dari 0,05 ( $p < 0,05$ ), maka dapat disimpulkan ada perbedaan yang signifikan gangguan muskuloskeletal antara mahasiswa Indonesia dan Malaysia. Gangguan muskuloskeletal yang paling banyak dialami oleh mahasiswa Malaysia adalah gangguan pada punggung bawah yang dengan rerata sebesar 3,15. Dapat disimpulkan gangguan muskuloskeletal yang paling banyak dialami oleh mahasiswa Malaysia adalah gangguan pada punggung bawah. Berdasarkan hasil analisis uji Independent Sample t test diperoleh nilai t hitung sebesar 3,624 dengan nilai signifikansi sebesar 0,000. Oleh karena nilai signifikansi sebesar 0,000 lebih kecil dari 0,05 ( $p < 0,05$ ), maka dapat disimpulkan ada perbedaan yang signifikan tingkat stres antara mahasiswa Indonesia dan Malaysia. Berdasarkan hasil analisis didapatkan nilai rerata tingkat stres pada mahasiswa Indonesia sebesar 15,66 sedangkan nilai rerata tingkat stres pada mahasiswa Malaysia sebesar 17,77. Dapat diartikan bahwa mahasiswa dari Malaysia mempunyai tingkat stres yang lebih tinggi dibandingkan dengan mahasiswa Indonesia.

Kata Kunci: *pembelajaran online, gangguan muskuloskeletal, stress*