

**BAB I**  
**PENDAHULUAN**  
**A. Latar Belakang**

Wabah *Coronavirus Disease* (COVID-19) di Indonesia mulai muncul pada Maret 2020 (Kemenkes, 2020). Badan Nasional Penanggulangan Bencana (BNPB), mengeluarkan surat keputusan No. 13 A mengenai penetapan masa darurat akibat adanya virus COVID-19 (BNPB, 2020). Sebagai upaya mengurangi penyebaran virus *corona*, Departemen Pendidikan dan Kebudayaan (Kemendikbud, 2020), mengeluarkan surat edaran No. 36962/MPK. A/HK/2020 tertanggal 17 Maret 2020 mengenai pelaksanaan pembelajaran dalam jaringan (daring) (Kemendikbud, 2020). Metode pembelajaran daring ini tentu membawa beberapa akibat bagi siswa ataupun orang tua.

Mayoritas pelajar yang melaksanakan sistem pembelajaran daring dari rumah masing-masing sejak pertengahan Maret 2020, menyatakan bahwa mereka merasa jenuh dan bosan dengan metode belajar yang sedang dijalani (Rohmatillah *et al.*, 2021). Rasa jenuh dan bosan tersebut dipicu karena kurang kreatifnya sistem pembelajaran daring yang dilaksanakan (Rohmatillah *et al.*, 2021). Komisi Perlindungan Anak Indonesia (KPAI) menerima laporan bahwasannya 79,9 % siswa tidak puas belajar dari rumah karena 76,8 % guru tak melakukan interaksi selain memberikan tugas.

Stres ialah tekanan yang terjadi karena kesenjangan atau ketidaksesuaian antara harapan dan keadaan yang dinilai mengganggu individu karena keadaan biologis, psikologis atau sistem sosial (Barseli *et al.*, 2017). Siswa akan mengalami gangguan terkait dengan kemampuannya dalam menangani *coping* stres, karena terlalu banyaknya tugas yang harus dikerjakan, jaringan internet tidak stabil dan sulitnya memahami materi pembelajaran yang diberikan (Widyastuti *et al.*, 2017). Beberapa tanda gejala yang muncul akibat stres yang dialami oleh pelajar, antara lain terlihat mulai menark diri, sulit berkonsentrasi, mengalami perubahan suasana hati, menunjukkan perilaku gelisah, gangguan tidur dan penurunan atau peningkatan nafsu makan (Meutia, 2020). Adanya pembelajaran daring akibat COVID-19 jika terjadi dalam jangka waktu yang panjang akan mengganggu kondisi psikologis

siswa seperti, kecemasan, ketakutan dan kekhawatiran yang berlebihan akan memberikan berdampak terhadap psikomatis lainnya (Lindasari *et al.*, 2021).

Berdasarkan penelitian Wardah (2020) di Sekolah Menengah Pertama (SMP) Negeri kota Banda Aceh, prevalensi tingkat stres yang dialami oleh pelajar SMP sebesar 25,9 % (Wardah *et al.*, 2020). Berdasarkan penelitian lain yaitu Fitriani (2021), dengan subjek berjumlah 228 orang siswa yang berasal dari SMP di kota Padang, ditemukan data bahwa dari 228 orang siswa, 4,8 % mengalami stres akademik dalam kategori rendah, 54,4 % mengalami stres akademik dalam kategori sedang dan 40,8 % mengalami stres akademik dalam kategori tinggi (Fitriani, 2021).

Apabila seorang anak mengalami gangguan stres, disebabkan adanya masalah kesehatan fisik dan mental akan berpengaruh terhadap imunitasnya (Palupi, 2021). Respon imun merupakan reaksi yang dikoordinasikan oleh sel dan molekul dalam melawan bakteri atau pun agen (Mayasari *et al.*, 2009). Maka saat imunitas menurun pertahanan tubuh akan ikut menurun dan mudah terserang penyakit (Mayasari *et al.*, 2009).

Pelajar yang mengalami stres dapat mengalami masalah akademik, psikologis maupun sosial seperti gelisah, merasa tidak mampu dalam melaksanakan tuntutan dari akademik, susah tidur, depresi dan perilaku sosial yang berubah (Barseli *et al.*, 2017). Berdasarkan penelitian Lindasari *et al* (2021), jika stres pada anak SMP tidak dikenali ataupun ditangani dengan baik maka dapat menimbulkan efek jangka panjang nya yaitu depresi (Lindasari *et al.*, 2021).

Penelitian ini penting dilakukan untuk mengetahui tingkat stres pada siswa-siswi SMP terkait dalam proses pembelajaran dalam jaringan (daring) selama pandemi COVID-19. Jika terdapat peningkatan pravelensi terkait dengan tingkat stres maka dapat segera untuk diatasi sehingga tidak berkepanjangan yang dapat menyebabkan terganggunya produktivitas (Samsugito *et al.*, 2019). Pada penelitian sebelumnya dilakukan pada remaja usia SMP dan SMA, sedangkan dalam penelitian ini hanya fokus dilakukan pada siswa kelas 3 SMP, karena pada fase ini siswa sedang mempersiapkan untuk masuk SMA. Maka dari itu, jika anak kelas 3

SMP mengalami stres, bisa diberikan penanganan segera, agar tidak mempengaruhi pencapaian akademiknya.

## **B. Rumusan Masalah**

Bagaimana tingkat stres siswa kelas 3 SMP di Yogyakarta terkait dengan adanya pembelajaran daring selama masa pandemi COVID-19?

## **C. Tujuan Penelitian**

### **1. Tujuan Umum**

Untuk mengetahui gambaran tingkat stres siswa SMP kelas 3 dengan pembelajaran daring selama masa pandemi.

### **2. Tujuan Khusus**

- a. Untuk mengetahui karakteristik siswa yang meliputi jumlah saudara kandung, dengan siapa tinggal di rumah, pekerjaan orang tua dan adakah les tambahan dari sekolah selama daring.
- b. Untuk mengetahui gambaran stres akademik berdasarkan karakteristik responden (usia responden, jenis kelamin, dengan siapa tinggal di rumah, jumlah saudara kandung, pekerjaan orang tua, apakah orang tua bekerja dari rumah dan apakah selama pembelajaran daring ada les tambahan dari sekolah).

## **D. Manfaat Penelitian**

### **1. Manfaat Teoritis**

Hasil penelitian ini dapat digunakan pihak sekolah sebagai acuan untuk menangani masalah kesehatan jiwa, khususnya stres akademik yang dialami oleh siswa dalam proses pembelajaran daring.

## 2. Manfaat Praktis

### a. Bagi pendidikan

Diharapkan hasil penelitian ini dapat digunakan sekolah dalam mengetahui tingkat stres yang dialami siswa.

### b. Bagi siswa

Penelitian ini bermanfaat untuk membantu siswa dalam mengetahui tingkat stres yang dialami.

### c. Bagi peneliti lain

Penelitian ini dapat dijadikan sumber referensi peneliti lain dalam mengetahui tingkat stres siswa SMP dalam pembelajaran dalam jaringan di Yogyakarta.

### d. Bagi layanan kesehatan sekolah

Penelitian ini dapat dijadikan sumber referensi bagi petugas layanan kesehatan sekolah dalam menangani siswa yang mengalami stres akademik terkait pembelajaran dalam jaringan.