

# **BAB I**

## **PENDAHULUAN**

### **A. Latar Belakang**

COVID-19 atau *Coronavirus Disease* ialah virus yang menyebar dari satu orang ke orang lain melalui droplet saat orang tersebut batuk, bersin atau saat berbicara (Marzuki dkk., 2021). Jumlah kasus yang dikonfirmasi pada tanggal 10 Agustus 2022 sekitar 589.680.368 kasus dan angka kematian mencapai 6.436.519, yang tersebar di 233 negara di dunia (World Health Organization, 2022). Berdasarkan data statistik perkembangan COVID-19 di dunia, pada tanggal 27 Desember 2020 kasus COVID-19 mencapai angka 10.114.958 kasus per minggunya. Sedangkan pada tanggal 23 Mei 2022 angka kasus COVID-19 menurun menjadi 3.454.455 kasus di setiap minggu nya. Hal ini menandakan bahwa saat ini laju penyebaran virus COVID-19 di dunia mengalami penurunan (World Health Organization, 2022). Menurut Kemenkes (2022), di Indonesia kasus COVID-19 terus mengalami penurunan. Berdasarkan data pada tanggal 24 Mei 2022 angka *positivity rate* harian sebanyak 0,48% menurun dari hari sebelumnya sebesar 0,53%. Laporan terakhir pada tanggal 3 Juni 2022, jumlah kasus positif mencapai angka 6.056.017 kasus dan 156.604 jiwa yang meninggal (Satgas Penanganan COVID-19, 2022). Hal ini karena adanya upaya dari pemerintah salah satunya program vaksinasi (Dafiyanti dkk., 2021).

Pemerintah mengeluarkan Peraturan Presiden Nomor 33 Tahun 2022 tentang pengadaan vaksin dan pelaksanaan vaksinasi dalam rangka penanggulangan pandemi COVID-19. Cakupan vaksinasi di seluruh Indonesia saat ini sebesar 80,71% vaksinasi dosis 1, vaksinasi dosis 2 sebesar 80,71% dan vaksinasi booster sebesar 22,91% (Kementrian Kesehatan RI, 2022). Di Daerah Istimewa Yogyakarta jumlah vaksinasi dosis 1 sebesar 112,17%, vaksinasi dosis 2 104,15% dan 34,51% total vaksinasi booster atau vaksin dosis 2 (Kemenkes, 2022). Dari lima Kabupaten/Kota yang ada di DIY, Kabupaten Bantul menduduki peringkat ketiga dengan capaian vaksinasi dosis 2 tertinggi sebesar 89,11% setelah

Kabupaten Sleman dengan jumlah 98,45% (Kemenkes, 2022). Hal ini berakibat pada proses pembelajaran yang akan dilaksanakan oleh satuan pendidikan di daerah Kabupaten Bantul. Dengan adanya Surat Keputusan Bersama 4 Menteri tentang Panduan Penyelenggaraan Pembelajaran di Masa Pandemi COVID-19, Dinas Pendidikan Kabupaten Bantul menganjurkan untuk semua satuan pendidikan di daerah Bantul agar melaksanakan Pembelajaran Tatap Muka 100 persen. Pelaksanaan pembelajaran tatap muka ini diharapkan dapat memperbaiki kualitas belajar siswa sebelumnya. Pemerintah juga menghimbau agar protokol kesehatan di area satuan pendidikan harus tetap dijalankan. Penerapan pengaturan pembelajaran tatap muka 100 persen ini menyesuaikan aturan dari pemerintah pusat (Disdikpora Kabupaten Bantul, 2022).

Selama kurang lebih dua tahun siswa melaksanakan pembelajaran berbasis *online* atau pembelajaran jarak jauh. Pembelajaran jarak jauh merupakan salah satu metode pembelajaran dengan menggunakan beberapa media dan dilaksanakan dari jarak jauh (Wijoyo dkk., 2021). Proses pembelajaran online di masa pandemi ini dapat menimbulkan beberapa dampak, baik secara fisiologis maupun psikologis (Mustakim, 2020). Berdasarkan penelitian terkait dengan dampak fisik yang mungkin muncul pada masa pembelajaran dimasa pandemi memperoleh hasil, siswa mengalami mata kelelahan (53,3%), sulit istirahat (20%), sakit kepala (33,3%), sering mengantuk (33,3%), dan keluhan lain seperti demam, sesak nafas dan badan pegal (13,3%) (Mustakim, 2020).

Selain berdampak pada fisik seseorang, stres juga berdampak pada psikologis. Dampak psikologis yang muncul seperti cemas, mudah marah, gelisah, perubahan *mood* dan bahkan sampai mengalami stres (Norma, Widiyanti, & Hartiningsih, 2021). Berdasarkan penelitian terkait dampak pembelajaran di masa pandemi terhadap psikologis siswa, memperoleh hasil 57,737% siswa yang mengalami cemas, 23,18% siswa yang mengalami depresi yang terbagi menjadi depresi ringan (10,91%), depresi sedang (6,36%), depresi berat (7,73%) dan depresi sangat berat (4,55%). Selain depresi dan cemas, siswa juga mengalami dampak psikologis lain seperti stres (Lindasari, dkk., 2021).

Stres adalah suatu kondisi yang disebabkan oleh tuntutan fisik, lingkungan, dan situasi sosial yang tidak terkontrol (Simbolon, 2021). Kejadian stres yang terjadi di dunia cukup tinggi dimana lebih dari 350 juta penduduk mengalami stres (Ambarwati, dkk., 2017). Penyebab stres yang dialami remaja selama masa pandemi salah satunya ialah proses pembelajarannya (Yuliani, dkk., 2020). Berdasarkan penelitian yang dilakukan pada siswa SMP Islam Miftakhul Huda Pakis Aji selama proses pembelajaran *online* di masa pandemi COVID-19, memperoleh hasil tingkat stres siswa berada pada kategori stres sedang sebesar 70,36%, sebanyak 26,52% pada kategori stres tinggi dan stres rendah sebesar 3,12% (Wibowo & Oktarina, 2021). Menurut penelitian yang dilakukan oleh Elizabeth (2021), pada remaja SMP di kota Yogyakarta saat pembelajaran *online* memperoleh hasil sebagian besar remaja mengalami stres sedang sebesar 51,19%.

Stres dapat menimbulkan beberapa dampak yang terbagi dalam beberapa aspek yaitu aspek fisik, aspek emosional, aspek kognitif dan aspek perilaku. Pada aspek fisik terjadi gangguan pada organ tubuh atau menurunnya kondisi fisiologis seseorang (Yulianti & Erpidawati, 2022). Penelitian yang dilakukan pada siswa sekolah menengah pertama terkait stres pembelajaran *online*, memperoleh hasil bahwa dampak fisik yang dialami siswa akibat stres dalam kategori sedang sebesar 81,0%. Adapun beberapa kondisi yang dialami oleh siswa seperti sulit konsentrasi, kelelahan, dan merasa tidak enak badan saat proses pembelajaran (Rahayu, 2022). Berdasarkan penelitian yang dilakukan oleh Musabiq & Karimah (2018) pada peserta didik yang mengalami stres, memperoleh hasil sebanyak 20,3% mengalami pusing dan sakit kepala, sebanyak 8,9% mengalami gangguan nafsu makan, sebanyak 8,9% mengalami pegal-pegal, dan yang mengalami gangguan imunitas tubuh sebanyak 8,1% serta 8,1% mengalami kesulitan tidur atau istirahat.

Dampak lain yang muncul akibat stres ialah pada aspek kognitif. Aspek kognitif merupakan salah satu aspek psikologis yang berhubungan dengan pengetahuan atau kemampuan berpikir seseorang (Ekawarna, 2018). Penelitian yang dilakukan pada remaja di sekolah menengah pertama, memperoleh hasil sebesar 63,5% yang mengalami stres akibat belajar. Beberapa kondisi yang dialami seperti tidak dapat mengerjakan tugas yang diberikan, sulit berpikir, adanya

penurunan prestasi, dan sulit menentukan pilihan (Rahayu, 2022). Menurut penelitian yang dilakukan oleh Musabiq & Karimah (2018) terkait stres peserta didik memperoleh hasil, sebanyak 21,7 % tidak fokus, 15,25% mengalami kebingungan, 13% sering melamun, 10% merasa panik, dan sebanyak 2,1 % selalu berpikir negatif serta mudah lupa.

Stres berdampak pada ketidakseimbangan emosional seseorang. Aspek emosional merupakan salah satu bentuk dari aspek psikologis seseorang. Menurut penelitian yang dilakukan oleh Rahayu (2022), sebesar 52,4% siswa merasakan dampak emosional saat mengalami stres. Kondisi yang dialami siswa seperti takut, khawatir dan cemas. Berdasarkan penelitian lain yang dilakukan pada peserta didik yang mengalami stres memperoleh hasil, dampak emosional yang dirasakan sebesar 27% dengan kondisi yang digambarkan seperti mudah marah sebanyak 30,6%, mudah menangis sebanyak 13,2%, mudah tersinggung sebanyak 4,2%, 11,2% siswa lebih sensitif, dan siswa yang merasa tertekan sebanyak 4,1% (Musabiq & Karimah, 2018).

Perilaku seseorang terhadap orang lain dapat berubah ketika mengalami stres. Hal ini disebut dengan aspek perilaku yang merupakan salah satu dampak dari stres tersebut. Berdasarkan penelitian yang dilakukan pada siswa sekolah menengah pertama yang mengalami stres akibat proses belajar memperoleh hasil, dampak perilaku yang dialami sebesar 66,7% dengan kondisi seperti tidak peduli dengan lingkungan sekitar, dan lebih suka menyendiri (Rahayu, 2022). Berdasarkan penelitian yang dilakukan oleh Musabiq & Karimah (2018), dampak perilaku yang dialami akibat stres sebesar 25% dengan gejala seperti merasa tidak mempunyai hubungan yang baik dengan orang sekitar (23%), menyendiri, malas berkomunikasi dan bertemu dengan orang lain (20%), pendiam (8,5%), malas mengerjakan tugas (6,1%), serta menjadi pemalu dan rasa percaya diri berkurang (1,2%). Dengan munculnya berbagai macam dampak akibat stres, maka stres harus segera diatasi agar tidak berkelanjutan dan memperburuk kondisi kesehatan. Stres yang tidak ditangani akan berdampak pada kondisi psikologis siswa, yang kemudian akan berpengaruh pada aktivitas sehari-hari seperti saat proses pembelajaran.

Setelah dua tahun melaksanakan pembelajaran online kemudian pembelajaran tatap muka, hal ini menimbulkan adanya transisi atau perubahan dari pembelajaran *online* ke pembelajaran tatap muka tersebut. Ada beberapa dampak dan kendala yang muncul pada siswa saat melaksanakan pembelajaran tatap muka seperti stres (Bahrodin & Evita, 2021). Ada beberapa peserta didik yang terlambat pergi ke sekolah karena merasa masih melaksanakan pembelajaran *online* (Mutlifah & Kaltsum, 2022). Adapun siswa yang merasa khawatir terkait penyebaran virus saat dilaksanakan pembelajaran tatap muka (Shavira, dkk., 2022). Para peserta didik belum konsisten dalam penggunaan masker saat sekolah tatap muka. Hal ini dikarenakan mereka merasa bosan menggunakan masker sepanjang jam pembelajaran (Ningsih, Asmidaryani, & Emirawati, 2022). Pelaksanaan sekolah tatap muka menambah beban siswa, karena jam pembelajaran lebih panjang dibandingkan dengan sekolah *online* dengan jam belajar yang singkat dan santai (Ningsih, Asmidaryani, & Emirawati, 2022).

Berdasarkan studi pendahuluan di SMPN 3 Kasihan Bantul, saat ini sekolah sudah melaksanakan pembelajaran tatap muka. Peserta didik antusias dan mengaku senang mengikuti belajar tatap muka karena bisa bertemu langsung dengan teman-teman. Namun, mereka juga merasa cemas dan khawatir bisa tertular virus COVID-19 karena proses pembelajaran tatap muka. Empat siswa juga mengakui kadang berpikir untuk belajar *online*, karena saat belajar *online* mereka bisa lebih santai dibandingkan tatap muka. Mereka juga mengakui merasa stres karena harus beradaptasi dengan proses pembelajaran tatap muka saat ini yang mewajibkan mereka untuk belajar sambil menggunakan masker.

Berdasarkan uraian masalah di atas dan belum ada penelitian terkait tingkat stres siswa sekolah menengah pertama selama masa pandemi COVID-19 di daerah Bantul. Hal ini membuat peneliti tertarik untuk melakukan penelitian dengan judul “Gambaran Tingkat Stres Siswa dalam Proses Pembelajaran pada Masa Pandemi COVID-19 di SMPN 3 Kasihan Bantul”.

## **B. Rumusan Masalah**

Berdasarkan uraian di atas, peneliti mengemukakan rumusan masalah penelitian yaitu: “Bagaimana gambaran tingkat stres siswa dalam proses pembelajaran pada masa pandemi COVID-19 di SMPN 3 Kasihan Bantul?”

## **C. Tujuan penelitian**

### 1. Tujuan umum

Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui gambaran tingkat stres siswa dalam proses pembelajaran pada masa pandemi COVID-19 di SMPN 3 Kasihan Bantul

### 2. Tujuan Khusus

- a. Untuk mengetahui data demografi siswa-siswi di SMPN 3 Kasihan Bantul
- b. Untuk mengetahui tingkat stres pada siswa-siswi di SMPN 3 Kasihan Bantul.

## **D. Manfaat Penelitian**

### 1. Manfaat Teoritis

Hasil dari penelitian ini diharapkan dapat memberikan data secara ilmiah terkait tingkat stres siswa, dapat menjadi acuan untuk penelitian selanjutnya dan memberikan pengetahuan terkait tingkat stres pada siswa.

### 2. Manfaat Praktis

#### a. Untuk perawat

Penelitian ini diharapkan dapat bermanfaat bagi perawat puskesmas setempat agar bekerja sama memberikan informasi terkait tingkat stres pada remaja di sekolah menengah pertama.

#### b. Untuk guru

Penelitian ini diharapkan dapat membantu guru mengobservasi gambaran tingkat stres siswa dan dapat bekerja sama dengan tenaga

kesehatan setempat untuk mengatasi masalah stres siswa saat melaksanakan proses pembelajaran di masa pandemi.

c. Untuk siswa

Diharapkan dapat membantu siswa untuk mengevaluasi diri terkait gambaran tingkat stres pada proses pembelajaran selama pandemi.

d. Untuk peneliti lain

Penelitian ini diharapkan dapat bermanfaat dan menjadi referensi untuk penelitian selanjutnya yang berkaitan dengan stres pada remaja.