

## **BAB IV**

### **HASIL DAN PEMBAHASAN**

#### **A. Hasil Penelitian**

##### 1. Gambaran Umum Lokasi Penelitian

SMPN 2 Sedayu Bantul, beralamatkan di Bakal, Argodadi, Kecamatan Sedayu, Kabupaten Bantul, Daerah Istimewa Yogyakarta. Saat dilakukan survey ke sekolah, diperoleh data dari pihak sekolah bahwasannya jumlah siswa kelas 3 sebanyak 171, terdiri dari siswa laki-laki maupun perempuan dan terbagi menjadi 6 kelas. Jumlah guru yang mengajar di SMP 2 Sedayu sebanyak 32 orang. Selama pandemi COVID-19, SMP 2 Sedayu memberlakukan kegiatan belajar mengajar dari rumah secara online, untuk mengurangi penyebaran virus COVID-19. Pembelajaran secara *online* dilakukan melalui media aplikasi *zoom*, *google classroom* maupun *google meet*. Pihak sekolah juga melakukan les tambahan bagi siswa kelas 3 yang akan menghadapi ujian kelulusan, pihak sekolah juga melakukan les tambahan sebagai upaya untuk menambah pemahaman siswa terkait mata pelajaran yang akan di ujikan. Les tambahan yang dilakukan pihak sekolah meliputi Matematika, Bahasa Indonesia, Bahasa Inggris dan IPA. Saat dilakukan pengambilan data proses belajar masih 50% daring dan 50% offline.

##### 2. Analisis Univariat Hasil Penelitian

Subjek pada penelitian ini berjumlah 63 responden siswa kelas 3 di SMPN 2 Sedayu Bantul. Berikut adalah gambaran mengenai karakteristik responden meliputi, usia responden, jenis kelamin, dengan siapa tinggal dirumah, jumlah saudara kandung, pekerjaan orangtua, apakah orangtua bekerja dari rumah dan apakah selama pembelajaran daring ada les tambahan dari sekolah.

## 1) Karakteristik Responden

Karakteristik responden penelitian disajikan pada tabel berikut :

**Tabel 4.1 Karakteristik Responden (n=63)**

| No. | Karakteristik Responden   | Jumlah | %    |
|-----|---|--------|------|
| 1.  | Usia Responden  |        |      |
|     | Remaja Awal : 12-16 tahun                                       | 61     | 96,8 |
|     | Remaja Akhir : 17-25 tahun                                      | 2      | 3,2  |
|     | Total   | 63     | 100  |
| 2.  | Jenis Kelamin   |        |      |
|     | Laki-Laki   | 21     | 33,3 |
|     | Perempuan   | 42     | 66,7 |
|     | Total   | 63     | 100  |
| 3.  | Dengan Siapa Tinggal Di Rumah                                   |        |      |
|     | Orang Tua   | 60     | 95,2 |
|     | Kakek atau Nenek  | 3      | 4,8  |
|     | Total   | 63     | 100  |
| 4.  | Jumlah Saudara Kandung  |        |      |
|     | 1-2 orang   | 49     | 77,8 |
|     | 3-4 orang   | 11     | 17,5 |
|     | >4 orang  | 3      | 4,8  |
|     | Total   | 63     | 100  |
| 5.  | Pekerjaan Orang Tua   |        |      |
|     | Karyawan Swasta   | 1      | 1,6  |
|     | PNS   | 1      | 1,6  |
|     | Ibu Rumah Tangga  | 1      | 1,6  |
|     | Lain-Lain   | 60     | 95,2 |
|     | Total   | 63     | 100  |
| 6.  | Apakah Orang tua Bekerja dari Rumah                             |        |      |
|     | Ya  | 17     | 27   |
|     | Tidak   | 46     | 73   |
|     | Total   | 63     | 100  |
| 7.  | Apakah Selama Pembelajaran Daring Ada Les Tambahan dari Sekolah |        |      |
|     | Ya  | 40     | 63,5 |
|     | Tidak   | 23     | 36,5 |
|     | Total   | 63     | 100  |

Sumber : Data Primer (2022)

Dari tabel diatas terlihat bahwa mayoritas usia responden pada tahap remaja awal (12-16 tahun) yaitu sebanyak 61 orang (96,8%). Jenis kelamin responden paling banyak adalah perempuan sebanyak 42 orang (66,7%). Mayoritas responden tinggal di rumah dengan orang tua sebanyak 60 orang (95,2%). Jumlah saudara kandung tertinggi berjumlah 1-2 orang yaitu sebanyak 49 responden (77,8%). Pekerjaan orang tua yang mendominasi adalah lain-lain (diantaranya sebagai buruh, petani, wirausaha, dan pensiunan) sebanyak 60 orang (95,2%). Mayoritas responden menyatakan bahwa orang tua tidak bekerja dari rumah yaitu sebanyak

46 orang (73%). Selama pembelajaran daring sebagian besar tetap menjalankan les tambahan sebanyak 40 orang (63,5%).

## 2) Tingkat Stres

Hasil penelitian tingkat stres terkait pembelajaran daring terhadap siswa kelas 3 SMPN 2 Sedayu Bantul disajikan pada tabel berikut :

**Tabel 4.2 Tingkat Stres Akademik pada Siswa SMP yang Mengikuti Pembelajaran dalam Jaringan di Yogyakarta (n=63)**

| No. | Tingkat Stres Akademik | Jumlah | %    |
|-----|------------------------|--------|------|
| 1.  | Rendah                 | 13     | 20,6 |
| 2.  | Sedang                 | 43     | 68,3 |
| 3.  | Tinggi                 | 7      | 11,1 |
|     | Total                  | 63     | 100  |

*Sumber : Data Primer (2022)*

Berdasarkan tabel tersebut dapat diketahui bahwa tingkat stres akademik pada siswa SMP yang mengikuti pembelajaran dalam jaringan di Yogyakarta paling banyak mengalami tingkat stres akademik sedang sebanyak 43 orang (68,3%).

## 3) Tingkat stres berdasarkan karakteristik responden

**Tabel 4.3 Karakteristik Tingkat Stres Akademik berdasarkan Usia Responden (n=63)**

|                |                            | Tingkat Stres |      |        |      |        |      | Total |     |
|----------------|----------------------------|---------------|------|--------|------|--------|------|-------|-----|
|                |                            | Rendah        |      | Sedang |      | Tinggi |      | n     | %   |
|                |                            | N             | %    | n      | %    | n      | %    |       |     |
| Usia Responden | Remaja Awal : 12-16 tahun  | 13            | 21,3 | 41     | 67,2 | 7      | 11,5 | 61    | 100 |
|                | Remaja Akhir : 17-25 tahun | 0             | 0    | 2      | 100  | 0      | 0    | 2     | 100 |
|                | Total                      | 13            | 20,6 | 43     | 68,3 | 7      | 11,1 | 63    | 100 |

*Sumber : Data Primer (2022)*

Berdasarkan tabel tersebut dapat diketahui bahwa mayoritas kelompok usia responden remaja awal (12-16 tahun) dan semua remaja akhir (17-25 tahun) mengalami stres sedang sebanyak 41 orang (67,2%) dan 2 orang (100%).

**Tabel 4.4 Karakteristik Tingkat Stres Akademik berdasarkan Jenis Kelamin (n=63)**

|               |           | Tingkat Stres |      |        |      |        |      | Total |     |
|---------------|-----------|---------------|------|--------|------|--------|------|-------|-----|
|               |           | Rendah        |      | Sedang |      | Tinggi |      | n     | %   |
|               |           | N             | %    | n      | %    | N      | %    |       |     |
| Jenis Kelamin | Laki-Laki | 4             | 19   | 17     | 81   | 0      | 0    | 21    | 100 |
|               | Perempuan | 9             | 21,4 | 26     | 61,9 | 7      | 16,7 | 42    | 100 |
|               | Total     | 13            | 20,6 | 43     | 68,3 | 7      | 11,1 | 63    | 100 |

Sumber : Data Primer (2022)

Berdasarkan tabel tersebut dapat diketahui bahwa jenis kelamin laki-laki maupun perempuan mayoritas mempunyai tingkat stres sedang yaitu sebanyak 17 orang (81%) dan 26 orang (61,9%). Hanya responden wanita yang mengalami stres tinggi (16,7%).

**Tabel 4.5 Karakteristik Tingkat Stres Akademik berdasarkan dengan siapa tinggal di rumah. (n=63)**

|                               |                  | Tingkat Stres |      |        |      |        |      | Total |     |
|-------------------------------|------------------|---------------|------|--------|------|--------|------|-------|-----|
|                               |                  | Rendah        |      | Sedang |      | Tinggi |      | N     | %   |
|                               |                  | N             | %    | n      | %    | n      | %    |       |     |
| Dengan Siapa Tinggal di Rumah | Orang Tua        | 12            | 20   | 42     | 70   | 6      | 10   | 60    | 100 |
|                               | Kakek atau Nenek | 1             | 33,3 | 1      | 33,3 | 1      | 33,3 | 3     | 100 |
|                               | Total            | 13            | 20,6 | 43     | 68,3 | 7      | 11,1 | 63    | 100 |

Sumber : Data Primer (2022)

Berdasarkan tabel tersebut dapat diketahui bahwa mayoritas siswa SMP yang tinggal dengan orang tua mengalami tingkat stres sedang, yaitu sebanyak 42 orang (70%). Sedangkan siswa SMP yang tinggal dengan kakek atau nenek mempunyai tingkat stres yang bervariasi (tersebar rata dalam setiap tingkat stres) masing-masing sebanyak 1 orang (33,3%).

**Tabel 4.6 Karakteristik Tingkat Stres Akademik berdasarkan Jumlah Saudara Kandung. (n=63)**

|                        |           | Tingkat Stres |      |        |      |        |      | Total |     |
|------------------------|-----------|---------------|------|--------|------|--------|------|-------|-----|
|                        |           | Rendah        |      | Sedang |      | Tinggi |      | N     | %   |
|                        |           | N             | %    | n      | %    | n      | %    |       |     |
| Jumlah Saudara Kandung | 1-2 orang | 9             | 18,4 | 35     | 71,4 | 5      | 10,2 | 49    | 100 |
|                        | 3-4 orang | 3             | 27,3 | 6      | 54,5 | 2      | 18,2 | 11    | 100 |
|                        | >4 orang  | 1             | 33,3 | 2      | 66,7 | 0      | 0    | 3     | 100 |
|                        | Total     | 13            | 20,6 | 43     | 68,3 | 7      | 11,1 | 63    | 100 |

*Sumber : Data Primer (2022)*

Berdasarkan tabel tersebut dapat diketahui bahwa mayoritas responden yang mempunyai saudara kandung 1-2 orang mempunyai tingkat stres sedang, yaitu sebanyak 35 orang (71,4%). Siswa dengan saudara kandung lebih banyak dari empat tidak ada yang mengalami stres tinggi.

**Tabel 4.7 Karakteristik Tingkat Stres Akademik berdasarkan Pekerjaan Orang Tua (n=63)**

|                     |                  | Tingkat Stres |      |        |      |        |      | Total |     |
|---------------------|------------------|---------------|------|--------|------|--------|------|-------|-----|
|                     |                  | Rendah        |      | Sedang |      | Tinggi |      | N     | %   |
|                     |                  | N             | %    | n      | %    | n      | %    |       |     |
| Pekerjaan Orang Tua | Karyawan Swasta  | 0             | 0    | 1      | 100  | 0      | 0    | 1     | 100 |
|                     | PNS              | 0             | 0    | 1      | 100  | 0      | 0    | 1     | 100 |
|                     | Ibu Rumah Tangga | 0             | 0    | 1      | 100  | 0      | 0    | 1     | 100 |
|                     | Lain-Lain        | 13            | 21,7 | 40     | 66,7 | 7      | 11,7 | 60    | 100 |
|                     | Total            | 13            |      | 43     |      | 7      |      | 63    |     |

*Sumber : Data Primer (2022)*

Berdasarkan tabel tersebut dapat diketahui bahwa siswa yang memiliki orang tua karyawan swasta, PNS dan ibu rumah tangga mempunyai tingkat stres sedang masing-masing (100%). Mayoritas kelompok pekerjaan orang tua adalah lain-lain diantaranya sebagai buruh, petani, wirausaha, dan pensiunan dengan tingkat stres sedang sebanyak 40 siswa (66,7%).

**Tabel 4.8 Karakteristik Tingkat Stres Akademik berdasarkan Orang tua Bekerja dari Rumah. (n=63)**

|                             |       | Tingkat Stres |      |        |      |        |      | Total |     |
|-----------------------------|-------|---------------|------|--------|------|--------|------|-------|-----|
|                             |       | Rendah        |      | Sedang |      | Tinggi |      | N     | %   |
|                             |       | N             | %    | n      | %    | N      | %    |       |     |
| Orangtua Bekerja dari Rumah | Ya    | 2             | 11,8 | 12     | 70,6 | 3      | 17,6 | 17    | 100 |
|                             | Tidak | 11            | 23,9 | 31     | 67,4 | 4      | 8,7  | 46    | 100 |
| Total                       |       | 13            | 20,6 | 43     | 68,3 | 7      | 11,1 | 63    | 100 |

*Sumber : Data Primer (2022)*

Berdasarkan tabel tersebut dapat diketahui bahwa baik siswa yang orang tuanya bekerja di rumah maupun tidak, mayoritas mempunyai tingkat stres sedang sebanyak 12 orang (70,6%) dan 31 orang (67,4%). Siswa yang orang tuanya bekerja di rumah lebih banyak mengalami stres tinggi (17,6%) dibandingkan siswa yang orang tuanya tidak bekerja di rumah (8,7%).

**Tabel 4.9 Karakteristik Tingkat Stres Akademik berdasarkan Selama Pembelajaran Daring Ada Les Tambahan dari Sekolah (n=63)**

|  |       | Tingkat Stres |      |        |      |        |      | Total |     |
|--|-------|---------------|------|--------|------|--------|------|-------|-----|
|  |       | Rendah        |      | Sedang |      | Tinggi |      | n     | %   |
|  |       | n             | %    | n      | %    | n      | %    |       |     |
| Selama Pembelajaran Daring Ada Les Tambahan dari Sekolah | Ya    | 5             | 12,5 | 29     | 72,5 | 6      | 15   | 40    | 100 |
|  | Tidak | 8             | 34,8 | 14     | 60,9 | 1      | 4,4  | 23    | 100 |
| Total  |       | 13            | 20,6 | 43     | 68,3 | 7      | 11,1 | 63    | 100 |

*Sumber : Data Primer (2022)*

Berdasarkan tabel tersebut dapat diketahui bahwa siswa yang selama pembelajaran daring mengikuti les tambahan dari sekolah dan yang tidak mayoritas mempunyai tingkat stress sedang, yaitu sebanyak 29 orang (72,5%) dan 14 orang (60,9%). Siswa yang mengikuti les tambahan lebih banyak yang mengalami stres tinggi (15%) dibandingkan siswa yang tidak mengikuti les tambahan (4,4%).

## **B. Pembahasan**

### **1. Tingkat stres**

Ada beberapa faktor yang menjadi penyebab terjadinya stres akademik, yaitu tuntutan akademik yang terlampaui berat untuk siswa hadapi terlebih dalam keadaan pemberlakuan pembelajaran daring karena adanya pandemi COVID-19, banyaknya tugas yang diberikan dan deadline yang sangat dekat antara satu tugas dengan tugas lainnya dan hasil ujian yang tidak sesuai dengan harapannya (Barseli et al., 2017).

Hasil yang diperoleh setelah dilakukan penelitian di SMPN 2 Sedayu oleh peneliti, didapatkan hasil bahwasannya, siswa yang mengalami stres dalam kategori rendah sebanyak 20,6%, stres dalam kategori sedang sebanyak 68,3 % dan stres dalam kategori tinggi sebanyak 11,1 %. Hal ini juga sejalan dengan penelitian Fitriani, 2021 yang dilakukan pada siswa SMP di kota Padang, menyatakan bahwasannya setelah dilakukan penelitian didapatkan hasil, siswa SMP mengalami stres dalam kategori sedang saat melakukan pembelajaran daring sebanyak 54,4 % (Fitriani, 2021).

Diperoleh dari penelitian lain juga menyatakan bahwa setelah dilakukan penelitian pada siswa SMP di Kedapatian Semerap, diperoleh hasil sebanyak 84,1 % siswa mengalami stres dalam kategori sedang saat melakukan pembelajaran daring (Rahayu, 2022 ).

Pembelajaran daring merupakan bentuk belajar baru bagi masyarakat Indonesia (Halal, 2020). Pembelajaran daring yang sebelumnya tidak pernah digunakan membuat siswa harus melakukan penyesuaian diri kembali, sehingga kegagalan dalam penyesuaian diri dapat menimbulkan stres akademik. Pernyataan ini juga di dukung oleh temuan dalam penelitian Sabrina & Zakiah (2017) yang menyebutkan bahwa penyesuaian diri berperan terhadap stres akademik.

### **2. Karakteristik Responden**

Mayoritas usia responden berada pada tahap remaja awal dalam kategori stres sedang (67,2%) dengan rentang usia 12-16 tahun (Depkes, 2009). Masa remaja merupakan masa dimana mereka sudah tidak merasa bahwa

dirinya anak-anak dan sudah sejajar dengan orang lain di sekitarnya walaupun orang tersebut lebih tua (Hurlock, 2011). Dan pada saat usia remaja mereka mengalami kematangan dari segi fisik, psikologi dan sosial, sehingga mereka rentan untuk mengalami stres (Hurlock, 2011).

Sementara itu untuk jenis kelamin responden mendominasi adalah perempuan dengan tingkat stres dalam kategori sedang yaitu (61,9%). Siswa laki-laki lebih tenang ketika mendapatkan tantangan ataupun kesulitan dalam belajar, sedangkan dengan siswa perempuan ketika mendapatkan tugas yang banyak akan mengalami seperti jantung berdebar, sesak nafas, meningkatnya ketegangan otot, kelelahan maupun sakit kepala (Bariyyah & Latifah, 2015). Jenis kelamin berperan terhadap terjadinya stres. Dikarenakan adanya perbedaan respon antara laki-laki dan perempuan saat menghadapi konflik. Otak perempuan memiliki kewaspadaan yang negatif terhadap adanya konflik dan stres, pada perempuan konflik memicu hormon negatif sehingga memunculkan stres, gelisah dan rasa takut. Sedangkan laki-laki umumnya menikmati adanya konflik dan persaingan, bahkan laki-laki menganggap bahwa konflik dapat memberikan dorongan yang positif. Dengan kata lain, ketika perempuan mendapat tekanan, maka umumnya akan lebih mudah mengalami stres (Nasrani *et al*, 2017). Hal ini berlawanan dengan penelitian Hafifah *et al* (2017) yang dilakukan di Universitas Tribhuwana, menyatakan bahwasannya perempuan lebih mampu mengendalikan stres (Hafifah *et al*, 2017).

Berdasarkan dengan siapa tinggal di rumah, mayoritas responden berada di rumah tinggal bersama dengan orang tua dengan tingkat stres sedang (70%). Hal ini sejalan dengan yang dijelaskan (Friedman, 1998), bahwasannya seseorang yang tinggal bersama keluarga secara konstan akan terus mengalami perubahan jika terdapat masalah hidup di dalam keluarga (Friedman, 1998). Melalui internal keluarga, munculnya stressor yang melibatkan seluruh anggota keluarga akan membentuk perubahan dari dalam internalnya (Friedman, 1998). Sehingga seseorang yang tinggal bersama dengan orang tua akan lebih mudah untuk mengatasi stres yang dialami agar

tidak berkepanjangan karena mendapatkan dukungan keluarga untuk menyelesaikan masalahnya.

Terkait dengan jumlah saudara kandung yang mendominasi sebanyak 1-2 orang dengan tingkat stres dalam kategori sedang (71,4%). Sesuai yang diungkapkan Maslim, (2001), bahwasannya kehadiran adik bagi anak pertama atau anak sulung dapat memunculkan berbagai macam kecemburuan atau persaingan yang berbeda satu sama lain (Maslim, 2001). Kecemburuan atau persaingan yang terjadi di antara saudara kandung disebut *sibling rivalry* (Maslim, 2001). *Sibling rivalry* terjadi apabila anak merasa bahwa dirinya telah kehilangan kasih sayang dan merasa bahwa saudara kandung adalah saingan bagi dirinya dalam mendapatkan kasih sayang serta perhatian orang tua (Maslim, 2001). Berdasarkan dengan penelitian (Yanuari *et al*, 2017) yang menyatakan bahwa, semakin tinggi *sibling rivalry* yang terjadi pada anak, maka akan semakin tinggi pula tingkat stresnya. Sebaliknya, semakin rendah *sibling rivalry*, maka semakin rendah pula tingkat stresnya (Yanuari *et al*, 2017). Apa lagi dalam keadaan pemberlakuan pembelajaran daring dimana anak akan melakukan persaingan dengan saudara kandung untuk mendapatkan prestasi yang lebih baik dan mendapatkan simpati dari orang tua yang lebih besar. Sedangkan anak yang memiliki saudara kandung lebih dari 4 bisa tidak mengalami stres, karena anak mendapatkan dukungan sosial yang lebih besar, sehingga anak tersebut akan merasa lebih lebih nyaman, tenang dan lega yang dapat mengurangi perasaan tertekan, maka anak akan tidak mudah mengalami stres (Chairini, 2013).

Terkait dengan pekerjaan orang tua, responden dengan tingkat stres sedang mempunyai orang tua dengan pekerjaan dalam kategori lain-lain, diantaranya yaitu sebagai buruh, petani, wirausaha, dan pensiunan (66,7%). Orang tua yang tidak bekerja dari rumah dan mendapatkan tingkat tekanan pekerjaan yang tinggi, maka dapat menimbulkan stres untuk dirinya sendiri dan apabila tidak dapat mengelolanya dengan baik, maka anak maupun keluarga dirumah yang lain dapat menjadi sasaran untuk meluapkan emosinya (Palupi, 2021). Sehingga orang tua yang mengalami stres dalam pekerjaannya dapat

memicu emosi marah dalam dirinya maupun anak di rumah, yang akhirnya akan menyebabkan anak menjadi kepikiran karna kondisi dari orang tua nya ditambah lagi dengan tuntutan pembelajaran saat daring yang dapat menjadi pemicu stres bagi anak (Humaira, 2020).

Mayoritas responden menyatakan bahwasannya orang tua mereka tidak bekerja dari rumah dengan tingkat stres dalam kategori sedang (67,4%). Jika orang tua yang bekerja tidak dari rumah dan mendapatkan masalah terkait dengan pekerjaannya serta tidak dapat mengelola emosinya dengan baik maka, anak maupun anggota keluarga di rumah dapat menjadi sasaran untuk meluapkan emosi yang terpendam selama bekerja, sehingga akan menambah beban pikiran anak dan menyebabkan menjadi tidak fokus belajar, apa lagi ditambah dengan adanya pemberlakuan pembelajaran daring yang mengharuskan anak untuk dapat belajar secara mandiri, maka masalah tersebut dapat menjadi pemicu stres (Palupi, 2021). Sedangkan terkait dengan orang tua yang bekerja dari rumah juga dapat menyebabkan anak untuk mengalami stres di karenakan, kebanyakan anak di tuntut untuk dapat membantu orang tuanya menyelesaikan pekerjaannya, ditambah anak juga harus mengerjakan tugas sekolah yang diberikan selama melakukan pembelajaran daring , sehingga dapat memicu anak untuk lebih tinggi mengalami stres.

Selama dilakukannya pembelajaran daring, pihak sekolah mengadakan pemberlakuan les tambahan dengan tingkat stres sedang (72,5%) dengan mata pelajaran Bahasa Indonesia, Matematika, Bahasa Inggris dan Ilmu Pengetahuan Alam (IPA). Dengan harapan saat dilakukan les tambahan dapat membantu menambah pemahaman siswa dalam mengatasi kesulitan belajar guna mempersiapkan ujian yang akan dihadapi (Putri *et al.*, 2022). Sedangkan terkait dengan siswa yang mengikuti les tambahan juga dapat mengalami stres bahkan bisa masuk dalam kategori tinggi dikarenakan waktu belajar bertambah dan beban pikiran siswa semakin berlipat, hal tersebut menjadikan tingkat stres yang dihadapi meningkat pula (Anggraini, 2018).