

Pengaruh Pembelajaran Daring Terhadap Stres Akademik Siswa/i Pada Masa Pandemi Covid-19 Tahun 2022

Nanda Krisdiantoro^{1*}, Sahrudi²

^{1,2}STIKes Abdi Nusantara Jakarta

Email: nandakrisdiantoro86@gmail.com¹, sahrudi.rudi@gmail.com²

Abstrak

Pembelajaran daring pada awalnya ditanggapi positif oleh beberapa mahasiswa tetapi dengan berjalannya proses pembelajaran, mahasiswa mengalami beberapa kesulitan. Kesulitan tersebut antara lain sinyal yang kurang mendukung, sebagian mahasiswa kekurangan kuota, banyak gangguan ketika belajar di rumah, mahasiswa merasa kurang fokus belajar tanpa adanya interaksi langsung dengan dosen maupun mahasiswa lain, materi yang disampaikan sulit dipahami, kurangnya kesiapan dosen dalam menyiapkan materi. Tugas yang banyak dengan deadline waktu yang singkat juga menjadikan kendala tersendiri dalam pembelajaran online. Tujuan umum dari penelitian ini adalah untuk mengetahui pengaruh pembelajaran daring terhadap stress akademik siswa pada masa pandemi covid 19 metode yang digunakan penelitian ini termasuk analitik kuantitatif dengan pendekatan cross sectional yaitu jenis penelitian yang menekankan pada waktu pengukuran atau observasi data dalam satu kali dan pengukuran dilakukan terhadap variabel subjek pada saat mengunjungi SDN jatibening tujuan untuk mengetahui pengaruh pembelajaran daring terhadap stress akademik pada siswa/i sd pada masa covid-19 Tahun 2022. Dari seluruh variabel yang diteliti didapatkan hasil variabel pembelajaran daring memiliki hubungan dengan stress akademik. Ada hubungan yang bermakna antara pembelajaran daring dan stress akademik di SDN jatibening dengan hasil uji *Anova* didapatkan hasil p-value 0,01 (<0,05) saran dari saya yang perlu dipertimbangkan oleh para guru agar proses belajar mengajar selama masa pandemi dapat berjalan lebih baik dan optimal

Kata Kunci : *pembelajaran Daring, Stress Akademik.*

Abstract

At first, some students responded positively to online learning, but as the learning process progressed, students experienced some difficulties. These difficulties include unsupportive signals, some students lack quotas, many distractions when studying at home, students feel less focused on learning without direct interaction with lecturers and other students, the material presented is difficult to understand, and the lecturers' lack of readiness in preparing the material. which many with short deadlines also make their own obstacles in online learning. The general purpose of this study is to determine the effect of online learning on students' academic stress during the covid 19 pandemic. The method used in this research includes quantitative analysis with a cross sectional approach, namely the type of research which emphasizes the time of measurement or observation of data in one time and measurements are carried out on subject variables when visiting Jatibening Elementary School in order to determine the effect of online learning on academic stress in elementary school students during the Covid-19 period in 2022. Of all the variables studied, the results of online learning variables have a relationship with academic stress. There is a significant relationship between online learning and academic stress at SDN Jatibening with the results of the *Anova* test getting a p-value of 0.01 (<0.05) my suggestion that teachers need to consider so that the teaching and learning process during the pandemic can run more smoothly. good and optimal.

Keywords: *online learning, academic stress*

PENDAHULUAN

Akibatnya, pelaksanaan pembelajaran tatap muka yang melibatkan sejumlah besar siswa di kelas diperiksa. Bagi institusi pendidikan, khususnya perguruan tinggi, wabah penyakit virus corona 2019 yang telah melanda 215 negara di dunia, menjadi kendala tersendiri. Covid-19 adalah penyakit yang ditimbulkan oleh infeksi virus corona baru atau SARS-CoV-2 yang berasal dari keluarga corona. Wabah penyakit virus corona atau yang sering dikenal dengan covid-19 yang mulai diidentifikasi di Wuhan, China, pada akhir tahun 2019 ini telah menggemparkan seluruh dunia.

WHO telah secara resmi mengklasifikasikan wabah ini sebagai pandemi, yang berarti bahwa itu mempengaruhi semua negara di dunia. Kesulitan-kesulitan tersebut antara lain sinyal yang tidak mendukung, beberapa siswa kekurangan kelas, banyak gangguan saat belajar di rumah, dan siswa merasa kurang fokus dalam Belajar tanpa interaksi langsung dengan dosen dan mahasiswa lain, materi yang disampaikan sulit dipahami, dan kurangnya kesiapan dosen. Tugas yang banyak dengan deadline waktu yang singkat juga menjadikan kendala tersendiri dalam pembelajaran online. Kecemasan, stres, dan depresi adalah gangguan mental umum yang mempengaruhi banyak orang prevalensi 10-40 %.

Stres sekarang menjadi bagian dari kehidupan modern dan umum dan tidak dapat dihindari. Stres dapat dirasakan oleh orang-orang dari segala usia, di semua tempat, seperti di rumah, di sekolah, di tempat kerja, dan di masyarakat. Stres dapat membahayakan kesehatan fisik dan mental seseorang. Sulit tidur, mudah lelah, sering terasa letih, ketegangan otot bahkan sampai diare merupakan gejala fisik dari stres.

Tingkat stres ringan, sedang, dan berat dibedakan berdasarkan intensitasnya. Jika stres dapat diatasi, gejala stres ringan seperti mudah lelah dan sulit bersantai akan hilang. Reaksi tubuh terhadap rasa ingin pingsan, ingin jatuh, dan penurunan fokus dan memori adalah tanda-tanda stres sedang. Stres yang intens dapat menyebabkan masalah perut, detak jantung lebih kencang, sesak napas, dan gemetar.

Tantangan yang dihadapi siswa saat menyelesaikan kursus pembelajaran online menyebabkan mereka menjadi stres. Penelitian Agus menjelaskan bahwa dengan menerapkan sistem pembelajaran online, siswa yang mengalami gangguan jiwa, stres dan tidak mampu mengikuti proses pembelajaran dengan baik dan benar. Hasil pendahuluan studi yang dilakukan oleh peneliti tentang Bagaimana pengaruh pembelajaran daring terhadap stress akademik siswa pada masa pandemi covid 19 melalui proses wawancara diketahui bahwa dari 10 responden perwakilan siswa sekolah dasar negeri jatibening siswa mengatakan belum terbiasa dengan pembelajaran daring dan bingung.

METODE

Penelitian ini menggunakan studi analitik dengan pendekatan *cross sectional*. Adapun variabel dependen dan variabel independen didapat dari data primer yang dikumpulkan dalam waktu bersamaan dengan menggunakan kuesioner, kemudian dilihat apakah ada hubungan antara kedua variabel tersebut atau tidak ada hubungan dengan sampel 133 siswa. Lokasi yang dipilih sebagai tempat penelitian adalah di sekolah dasar negeri jatibening. Tempat ini dipilih sebagai tempat penelitian karena sasaran dalam penelitian ini adalah mahasiswa sarjana keperawatan. Penelitian ini dilakukan pada bulan april 2020 Hasil data yang telah diubah kemudian disajikan dalam bentuk table analisis secara univariat dan bivariate. Analisa univariat dilakukan untuk melihat distribusi frekuensi dan semua variabel yang ada. Analisa univariat dilakukan menggunakan bantuan computer program SPSS 23.0 Analisa bivariate adalah tabel silam dua variabel (variabel dependen dan variabel independen). Analisa ini untuk melihat kemaknaan hubungan antar dua variabel (variabel dependen dan variabel independen) dengan menggunakan bantuan aplikasi SPSS 23.0. Uji yang digunakan adalah *Anova* dengan menggunakan derajat kepercayaan 95% dengan $q = 0,05$ Kaidah keputusan Untuk melihat hasil kemaknaan perhitungan statistic digunakan: apabila $P \text{ value} < 0,05$ berarti ada hubungan yang bermakna antara variabel dependen dan variabel independen, dan apabila $P \text{ value} > 0,05$ berarti tidak ada hubungan antara variabel dependen dan variabel independen.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil Analisis Univariat

Distribusi Frekuensi Berdasarkan Usia Siswa/I SD Negeri jatibening

Usia	n	%
10-11 Tahun	57	42.9%
9-10 Tahun	76	57.1%
Total	133	100%

Sumber : Pengolahan data SPSS Versi 23

Berdasarkan table 5.1.1 Distribusi frekuensi siswa/i SDN Jatibening berdasarkan usia dari 133 responden, terdapat responden usia 9-10 Tahun 76 responden (57.1%), dan usia 10-11 Tahun sebanyak 57 responden (42.9%).

Distribusi Frekuensi Berdasarkan Jenis Kelamin Siswa/i SD Negri jatibening

Jenis kelamin	n	%
Perempuan	91	67.9%
Laki-Laki	42	31.3%
Total	133	100,0%

Berdasarkan table 5.1.2 distribusi frekuensi siswa/i SDN Jatibening berdasarkan jenis kelamin dari 133 responden, terdapat responden dengan jenis kelamin perempuan 91 responden (67.9%) dan jenis kelamin laki-laki 42 responden (31.3%)

Distribusi Frekuensi Berdasarkan Agama Siswa/i SD Negri jatibening

Agama	n	%
Hindu	10	7.5%
Protestan	7	5.3%
Katolik	38	28.6%
Islam	78	58.6%
Total	133	100.0%

Berdasarkan table 5.1.3 Distribusi frekuensi siswa/i SDN Jatibening berdasarkan Agama dari 133 responden, terdapat responden dengan Agama islam 78 Responden (58.6%), responden dengan Agama katolik 38 responen (28.6%), responden dengan Agama hindu 10 responden (7.5%), dann responden dengan Agama protestan 7 responden (5.3%).

Hasil Analisis Bivariat

uji korelasi bivariat yang digunakan dalam penelitian ini menggunakan uji Anova yang bertujuan untuk melihat adanya hubungan variabel independen yaitu pembelajaran daring dengan variabel dependen yaitu Tingkat stress di masa pandemi covid-19 di sekolah SDN jatibening.

Pengaruh tingkat stress dengan pembelajaran darng terhadap siswa/i SDN jatibennng

Stress	N	Mean	SD	t/f	P Value
normal	68	1.71	0.459	0.056	
stres ringan	41	1.51	0.506	0.079	
stres sedang	17	1.41	0.507	0.123	0,01
stres parah	6	1.50	0.548	0.224	
stres sangat parah	1	2.00	.	.	
Total	133	1.60	0.491	0.043	

Berdasarkan table 5.2.1 menunjukan bahwa nomal rata-rata 1.71 dengan standar devisiasi 0.459 dengan frekuensi 68, stress ringan rata-rata 1.51 dengan standar devisiasi 0.506 dengan frekuensi 41, , stress sedang rata-rata 1.41 dengan standar devisiasi 0.507 dengan frekuensi 17, stress parah rata-rata 1.50 dengan standar devisiasi 0.548 dengan frekuensi 6, dan , stress sangat parah rata-rata 2.00 dengan standar devisiasi 0 dengan frekuensi 1. Hasil uji statistic *Anova* menunjukan bahwa ada hubungan bermakna antara pembelajaran daring dan stress akademik terhadap siswa/i SDN jatbening dengna *p value* 0,01 ($p < 0,05$).

PEMBAHASAN

Analisis Univariat

Usia siswa/i SDN jatibening

Berdasarkan analisis univariat dapat diketahui frekuensi dan presentase siswa/i SDN Jatibening berdasarkan usia dari 133 responden, terdapat responden dengan usia 10-11 Tahun sebanyak 57 responden (42.9%), dan usia 9-10 Tahun 76 responden (57,1%). Hasil penelitian yang dilakukan oleh peneliti di SEKOLAH DASAR NEGRI JATIBENING, yang memengaruhi pembelajaran daring pada stress akademik yaitu dari 133 siswa yang diteliti terdapat siswa yang berumur 9-10 tahun sebanyak 76 siswa (57,1%) dan siswa yang berumur 10-11 tahun sebanyak 57 siswa (42,9%). Penelitian ini dilakukan ada kelas 4 dan 5 dan yang mempengaruhi pembelajaran daring pada stress akademik yaitu pada umur 9-10 tahun ada sebanyak 76 responden (57,1%).

Jenis Kelamin siswa/i SDN jatibening

Berdasarkan analisis univariat dapat diketahui frekuensi dan presentase siswa/i SDN Jatibening berdasarkan jenis kelamin dari 133 responden, terdapat responden dengan jenis kelamin perempuan 91 responden (67.9%) dan jenis kelamin laki-laki 42 responden (31.3%). Hasil penelitian yang dilakukan oleh peneliti di SEKOLAH DASAR NEGRI JATIBENING, yang memengaruhi pembelajaran daring pada stress akademik yaitu dari 133 siswa yang diteliti terdapat siswa yang berjenis kelamin perempuan sebanyak 91 siswa (67,9%) dan siswa yang berjenis kelamin laki-laki sebanyak 42 siswa (31,3%). Penelitian ini dilakukan pada kelas 4 dan 5, yang paling banyak mempengaruhi yaitu pada jenis kelamin perempuan sebanyak 91 siswa (67,9%).

Agama siswa/i SDN jatibening

Berdasarkan analisis univariat dapat diketahui frekuensi dan presentase siswa/i SDN Jatibening berdasarkan Agama dari 133 responden, terdapat responden dengan Agama islam 78 Responden (58.6%), responden dengan Agama katolik 38 responden (28.6%), responden dengan Agama protestan 7 responden (5.3%) dan responden dengan Agama hindu 10 responden (7.5%). Hasil penelitian yang dilakukan oleh peneliti di SEKOLAH DASAR NEGRI JATIBENING, yang memengaruhi pembelajaran daring pada stress akademik yaitu dari 133 siswa yang diteliti terdapat siswa yang beragama islam sebanyak 78 siswa (58,6%), siswa yang beragama katolik sebanyak 38 siswa (28,6%), siswa yang beragama hindu sebanyak 10 siswa (7,5%) dan siswa yang beragama protestan sebanyak 7 siswa (5,3%). Penelitian ini dilakukan pada kelas 4 dan 5 dan yang paling banyak mempengaruhi pembelajaran daring pada stress akademik yaitu siswa yang beragama islam sebanyak 78 responden (58,6%).

Analisis Bivariat

Pengaruh pembelajaran daring terhadap stress akademik siswa sd pada masa pandemi covid- 19.

Berdasarkan hasil analisis bivariat menunjukkan bahwa normal rata-rata 1.71 dengan standar deviasi 0.459 dengan frekuensi 68, stress ringan rata-rata 1.51 dengan standar deviasi 0.506 dengan frekuensi 41, stress sedang rata-rata 1.41 dengan standar deviasi 0.507 dengan frekuensi 17, stress parah rata-rata 1.50 dengan standar deviasi 0.548 dengan frekuensi 6, dan stress sangat parah rata-rata 2.00 dengan standar deviasi 0 dengan frekuensi 1. Hasil uji statistik *Anova* menunjukkan bahwa ada hubungan bermakna antara pembelajaran daring dan stress akademik terhadap siswa/i SDN jatibening dengan p value 0,01 ($p < 0,05$). Hasil perhitungan statistik terdapat nilai P value yaitu 0,01 dengan nilai kemaknaan atau α (alpha)=0,05 dimana nilai p lebih kecil dari pada nilai α yaitu $p \leq \alpha$. kesimpulannya H_0 ditrima dan H_a ditolak. Hasil *Anova* menunjukkan bahwa ada hubungan antara pembelajaran daring dan stress akademik terhadap siswa/i SDN jatibening di masa pandemi covid-19 dengan p value 0,01 ($p < 0,05$).

SIMPULAN

Berdasarkan hasil analisis bivariat menunjukkan bahwa normal rata-rata 1.71 dengan standar deviasi 0.459 dengan frekuensi 68, stress ringan rata-rata 1.51 dengan standar deviasi 0.506 dengan frekuensi 41, stress sedang rata-rata 1.41 dengan standar deviasi 0.507 dengan frekuensi 17, stress parah rata-rata 1.50 dengan standar deviasi 0.548 dengan frekuensi 6, dan stress sangat parah rata-rata 2.00 dengan standar deviasi 0 dengan frekuensi 1. Hasil uji statistik *Anova* menunjukkan bahwa ada hubungan bermakna antara pembelajaran daring dan stress akademik terhadap siswa/i SDN jatibening dengan p value 0,01 ($p < 0,05$). Hasil perhitungan statistik terdapat nilai P value yaitu 0,01 dengan nilai kemaknaan atau α (alpha)=0,05 dimana nilai p lebih kecil

dari pada nilai α (alpha) yaitu $p \leq \alpha$. kesimpulannya H_0 diterima dan H_a ditolak. Hasil Anova menunjukkan bahwa ada hubungan antara pembelajaran daring dan stress akademik terhadap siswa/i SDN jatibening di masa pandemi covid-19 dengan p value 0,01 ($p < 0,05$).

DAFTAR PUSTAKA

- Andiarna, F., Widayanti, L. P., Hidayati, I., & Agustina, E. (2020). Analisis Penggunaan Media Sosial Terhadap Kejadian Insomnia Pada Mahasiswa. *Profesi (Profesional Islam) : Media Publikasi Penelitian*
- Anggrini, D. (2021). Faktor-Faktor Pemicu Stres Pada Siswa Sma Selama. *Psikologi Malahayati, Anugrahana, A. (2020). Hambatan, Solusi dan Harapan: Pembelajaran Daring Selama Masa Pandemi Covid-19 Oleh Guru Sekolah Dasar. Scholaria: Jurnal Pendidikan Dan Kebudayaan*
- Argaheni, N. B. (2020). Sistematis Review: Dampak Perkuliahan Daring Saat Pandemi COVID-19 Terhadap Mahasiswa Indonesia. *placetum: Jurnal Ilmiah Kesehatan Dan Aplikasinya, DAMPAK PEMBELAJARAN PENIDIKAN AGAMA ISLAM DI MASA PANDEMI PADA PESERTA DIDIK KELAS V DAN VI SD NEGERI 01 PEKURUN UDIK KOTABUMI LAMPUNG UTARA*
<http://repository.radenintan.ac.id/15029/1/SKRIPSI%20BAB%201%262.pdf>
- Dari Wikipedia bahasa Indonesia, ensiklopedia bebas https://id.wikipedia.org/wiki/Agama_Hindu
- Firman, F., & Rahayu, S. (2020). Pembelajaran Online di Tengah Pandemi Covid-19. *Indonesian Journal of Educational Science (IJES), Jurnal Keperawatan Jiwa Volume 8 No 3, Agustus 2020. Gambaran pengetahuan masyarakat tentang covid—19 dan perilaku masyarakat di masa pandemi covid-19*
- Jurnal KESMAS, Vol. 7 No. 5, 2018 Hubungan Jenis Kelamin Dan Pengaruh Teman Sebaya Dengan Tingkat Stres Mahasiswa Fakultas Kesehatan Masyarakat Universitas Sam Ratulangi Manado
- Jurnal Konseling Andi Matappa Volume 5 Nomor 1 Februari 2021. Hal 09-16 Perbedaan Stres Akademik Mahasiswa Berdasarkan Jenis Kelamin
- Jurnal Psikologi : Jurnal Ilmiah Fakultas Psikologi Universitas Yudharta Pasuruan, Volume 8, Nomor 1, Maret 2021, hlm. 38-52 38 Stress Akademik antara Laki-laki dan Perempuan Siswa School from Home
- Nedra Meutia Fauziah - Hubungan Religiusitas Dengan Stres Akademik Pada Santr
<http://repository.uma.ac.id:8081/bitstream/123456789/16360/1/178600020%20-%20Nedra%20Meutia%20Fauziah%20-%20Fulltext.pdf>
- Notoatodjo, soekidjo, 2012. Metodologi penelitian kesehatan. Rineka cipta. Jakarta.
- Swara Vidya / Volume I Nomor 1 2021 Jurnal Prodi Teologi Hindu STAHN Mpu Kuturan Singaraja Page 44 MEMAHAMI TEOLOGI HINDU DALAM KONTEKS BUDAYA <file:///C:/Users/MY/Downloads/1074-2010-1-SM.pdf>
- Tahun, D.R., Omega. (2017). Statistik untuk ilmu Kesehatan Teori Dan Aplikasi (SPSS). Yogyakarta: penerbit wahana Resolusi.
- Vol.1 No.3 Agustus 2020. Sosialisasi penggunaan aplikasi zoom dan google classroom pada guru di sdn 17 mata air padang selatan