

PERNYATAAN

Dengan ini kami selaku Mahasiswa Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Majapahit Mojokerto :

Nama : Nyailima Novia Souwakil
NIM : 1714201020
Program Studi : S1 Ilmu Keperawatan

~~Setuju/tidak setuju~~ naskah jurnal ilmiah yang disusun oleh yang bersangkutan setelah mendapat arahan dari Pembimbing, dipublikasikan ~~dengan/tanpa~~ mencantumkan nama tim pembimbing sebagai co-author.

Demikian harap maklum

Mojokerto, 20 Desember 2021



Nyailima Novia Souwakil
NIM : 1714201020

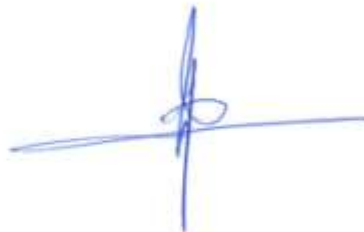
Mengetahui,

Dosen Pembimbing I

Dosen Pembimbing II



Sulis Diana, M. Kes
NIK. 220 250 022



Mujiadi, S. Kep. Ns., M. KKK
NIK. 220 250 150

HALAMAN PENGESAHAN

JURNAL SKRIPSI

**TINGKAT STRESS SISWA PADA PEMBELAJARAN
DARING (ONLINE) DI SMK NEGERI 2 BURU SELATAN**



NYAILIMA NOVIA SOUWAKIL

1714201020

Dosen Pembimbing I

Dosen Pembimbing II

Sulis Diana, M. Kes
NIK. 220 250 022

Mujiadi, S. Kep. Ns., M. KKK.
NIK. 220 250 150

TINGKAT STRESS SISWA PADA PEMBELAJARAN DARING (ONLINE) DI SMK NEGERI 2 BURU SELATAN

Nyailima Novia Souwakil

Program Studi S1 Ilmu Keperawatan

nyailimanovia@gmail.com

Sulis Diana., M. Kes

Dosen STIKes Majapahit Mojokerto

Diana.sulis6@gmail.com

Mujiadi, S. Kep. Ns., M. KKK

Dosen STIKes Majapahit Mojokerto

Mujiadi.k3@gmail.com

Abstrak - Pembelajaran online tidak terlepas dari media pembelajaran dan jaringan internet juga aplikasi pembelajaran namun tidak dapat di pungkiri bahwa sarana ini juga menjadi kendala bagi banyak siswa yang tinggal di daerah pelosok seperti yang terjadi di Smk Negeri 2 buru selatan ini. tujuan penelitian ini adalah mengetahui tingkat stress siswa pada pembelajaran daring (online) di smk negeri 2 buru selatan Penelitian ini menggunakan rancangan metode crossectional dengan jumlah sampel 32 siswa dengan tehnik proporationate random sampling. Pengumpulan data menggunakan lembar kuesioner. Tingkat stress siswa di Smk Negeri 2 buru selatan meningkat hal ini berdasarkan hasil studi pendahuluan yang peneliti lakukan bahwa pembelajaran secara online tidak efektif di mana terdapat siswa dengan presentase tingkat stress sedang mencapai 53,1% dan stress berat 12,5% dari (35 responden) hal ini di karenakan siswa kesulitan dalam jaringan, banyaknya tugas yang diberikan, jadwal belajar yang tidak terjadwal dengan baik. Disamping itu juga kesadaran dan kedisiplinan dari siswa untuk mengikuti proses pembelajaran. Guru juga harus bisa mengelola pembelajaran agar tetap menarik. Sampai saat ini masalah tersebut belum dapat ditemukan cara penanganannya. Pembelajaran daring menuntut guru agar menjadi kreatif dalam menerapkan pembelajaran yang mampu menuntaskan tujuan pembelajaran, Guru harus bisa menerapkan metode yang tepat dalam kegiatan belajar mengajar, sesuai dengan kebutuhan peserta didik.

Kata kunci : *pembelajaran daring dan tingkat stress siswa*

Abstract - Online learning cannot be separated from learning media and internet networks as well as learning applications, but it cannot be denied that this facility is also being an obstacle for many students who live in the corner areas such as happened at Smk Negeri 2 Buru Selatan. the purpose of this study was determining the level of student stress in online learning at smk negeri 2 buru selatan. This research uses crossectional method plan by using 32 students sample by proporationate random sampling technique. Data collection uses kuesioner paper. The stress level of vocational high school students in Buru Selatan increase, this thing is based on the results of a preliminary study that researchers

did that online learning was not effective where there were students with moderate stress levels reaching 53.1% and severe stress 12.5% of (35 respondents) this is because students have difficulty in networking, the number of assignments which aren't given, the learning schedule is not scheduled well. Besides that, the awareness and discipline of students to follow the learning process. Teachers must also be able to manage learning to keep it interesting. For now the problem hasn't been found the solution. Online learning requires the teachers to be creative in implementing learning that is able to complete learning objectives. Teachers must be able to apply the right methods in teaching and learning activities according to the needs of students.

Keyword: online learning and students stress levels

PENDAHULUAN.

Pembelajaran daring adalah kegiatan pembelajaran dengan memanfaatkan jaringan internet, *local area network* sebagai metode berinteraksi dalam pembelajaran seperti penyampaian materi (Mustofa dkk., 2019). Pembelajaran daring dapat dilakukan dengan fasilitas computer, laptop maupun smartphone yang di hubungkan dengan jaringan internet. Dengan adanya fasilitas tersebut dosen dan mahasiswa dapat melakukan pembelajaran bersama di waktu yang sama menggunakan platform seperti whatsapp, telegram, zoom, meets, google classroom. (Fitriah 2020).

Demi tetap menjaga khususnya dalam dunia pendidikan bisa tetap berjalan dengan baik serta mendukung pemerintah dalam *physical distancing*, sesuai instruksi pemerintah untuk tetap di rumah dan belajar di rumah. Menteri pendidikan dan kebudayaan (mendikbud) menindak lanjuti tentang pelaksanaan kebijakan pendidikan yang menyatakan bahwa proses belajar dari rumah dilaksanakan dengan ketentuan melalui pembelajaran daring/jarak jauh, dilaksanakan untuk memberikan pengalaman belajar yang bermakna bagi siswa tanpa terbebani tuntutan menuntaskan seluruh capaian kurikulum untuk kenaikan kelas maupun kelulusan, kemudian aktivitas dan tugas pembelajaran belajar dari rumah dapat bervariasi antar siswa sesuai minat dan kondisi masing-masing. (Pakpahan, 2020).

Selama masa pandemic covid 19 proses pembelajaran yang di laksanakan secara online tentunya banyak mendapatkan respon dari berbagai pihak seperti orang tua, guru, dan siswa, respon dari berbagai pihak awalnya begitu positif

selama proses pembelajaran tetap dengan berjalannya waktu yang sudah begitu lama akhirnya siswa mengalami stress akademik yang disebabkan banyaknya hambatan diantaranya seperti jaringan internet yang tidak baik, banyak siswa yang tidak memiliki cukup kuota, banyak gangguan ketika belajar di rumah seperti harus membantu orang tua, siswa merasa kurang fokus, pelajaran yang sulit di terima, minimnya persiapan yang di lakukan guru dalam menyiapkan materi pelajaran (Gunadha & Rahmayunita, 2020; Utami et al., 2020). Adanya deadline tugas yang di berikan guru (kompas, 2020).

Belajar dari rumah (daring) adalah suatu metode pelaksanaan pembelajaran jarak jauh yang di laksanakan dari rumah masing-masing untuk memenuhi hak peserta didik agar tetap mendapatkan layanan pendidikan selama wabah covid-19 ini. Reva (2014) menjelaskan bahwa pembelajaran jarak jauh ialah pembelajaran yang memanfaatkan teknologi untuk menyampaikan pendidikan kepada peserta didik yang tidak terikat ruang, waktu dan personal, serta menyesuaikan dengan kapabilitas masing-masing peserta didik tanpa adanya unsur pemaksaan dengan dengan standar tertentu. Pembelajaran secara daring memiliki beberapa kelebihan dan beberapa kendala penerapannya. Kelebihannya ialah membuat kegiatan pembelajaran menjadi mudah dilakukan dalam berbagai waktu dan tempat, memungkinkan siswa untuk mendapatkan informasi yang lebih banyak (Shukla, Dosaya, Nirban, & Vavilala, 2020; Hastini, Fahmi, & Lukito, 2020). Sedangkan kendala kendala nya ialah di beberapa daerah tertentu jaringannya tidak memadai, memunculkan pengeluaran baru untuk kuota internet sehingga hal ini bisa menjadi masalah bagi yang mengalami kesulitan finansial dan model belajar dengan menggunakan online menimbulkan kebosanan dan kejenuhan karena kurang efektifnya interkasi secara online bahkan bisa menyebabkan stress (Hastini, Fahmi, & Lukito, 2020 & Morgan, 2020). Kesuksesan dari penerapan pembelajaran daring juga tergantung dari kesiapan sekolah penyelenggara serta guru pengajar (Rusdiana & Nugroho, 2020). Tidak semua guru mampu menyampaikan keseluruhan materi dengan optimal melalui system pembelajaran darig (Morgan, 2020).

Jaringan internet yang tidak stabil dan kuota internet yang tidak cukup merupakan salah sartu faktor pemicu stress akademik. Hal ini sejalan dengan

penelitian yang dilakukan oleh Morgan (2020) yang menyatakan bahwa koneksi internet menjadi masalah yang cukup berpengaruh dalam proses pembelajaran daring. Siswa merasa cemas dan khawatir jika jaringan internet tidak stabil dan ketika tidak mampu membeli kuota. Perbedaan akses teknologi yang dimiliki setiap siswa membuat beberapa siswa kesulitan dalam mengikuti pembelajaran dengan lancar. Kesulitan tersebut semakin terasa bagi siswa yang tinggal di daerah-daerah yang tidak memiliki jaringan internet memadai. (Hastini, Fahmi, & Lukito 2020).

Fenomena di lapangan menunjukkan bahwa banyak orang tua yang mengaku kewalahan dalam menemani anaknya selama belajar. Mulai dari anaknya bangun pagi, kendala gangguan sinyal, kondisi yang tidak nyaman di rumah, bahkan ada yang sampai menangis karena gangguan sinyal karena sedang menjalankan ujian dengan batas limit waktu tertentu, ini perlu menjadi perhatian, karena kondisi yang di munculkan ketika itu anak mengalami stress dan menangis karena merasa cemas ujiannya tidak di terima.

Robbins (2021) menyebutkan bahwa stress ialah ketika berada dalam kondisi yang menekan psikis seseorang untuk mencapai suatu tujuan, namun terdapat batasan atau penghalang. Stress akademik ialah stress yang disebabkan karena terbebani dengan adanya tekanan-tekanan untuk menunjukkan prestasi dan keunggulan dalam persaingan akademik yang semakin meningkat. Stress akademik yang di alami siswa merupakan hasil persepsi yang subjektif terhadap adanya ketidaksesuaian antara tuntutan lingkungan dengan sumber daya aktual yang di miliki siswa. (Agista, 2011).

METODE PENELITIAN

Jenis penelitian ini adalah penelitian deskriptif dengan menggunakan pendekatan kualitatif. Dan menggunakan desain penelitian cross sectional. Populasi dalam penelitian terjangkau berjumlah 35 orang. Berdasarkan rumus besar sampel didapatkan besarnya sampel adalah 32 orang. Teknik sampling yang digunakan adalah *Proportionate Random Sampling*. Untuk mengukur hipotesis penelitian menggunakan kolerasi sederhana uji *satu sampel*

(*menghitung manual*) hasil analisa penelitian didapatkan siswa yang mengalami tingkat stress rendah 14 siswa (43,7%) yang mengalami tingkat stress sedang 17 siswa (53,1%) yang mengalami tingkat stress berat 4 siswa (12,5%)

Langkah-langkah pengumpulan data yaitu: pengumpulan data di lakukan setelah mendapat izin dari pihak Stikes Majapahit Mojokerto khususnya program studi s1 keperawatan, peneliti meminta izin kepada kepala sekolah SMK Negeri 2 Buru Selatan. Setelah mendapat izin peneliti kemudian melakukan pengambilan sampel, selanjutnya peneliti melakukan pendekatan kepada responden untuk mendapatkan persetujuan dari responden tersebut (*inform consent*). Bila responden bersedia, diminta menandatangani lembar pernyataan persetujuan responden yang telah ada di lembar koesioner tingkat stress, pelaksanaan di dalam kelas. Setelah di observasi maka dilakukan langkah selanjutnya yaitu pengolahan data hingga analisis data. Selanjutnya di lakukan proses pengujian dan penarikan simpulan.

pengumpulan data pada penelitian ini adalah menggunakan kuesioner (Angket), berupa formulir yang berisi pertanyaan atau kuesioner dan diajukan secara tertulis pada sekelompok orang untuk mendapatkan keterangan, pertanyaan – pertanyaan yang ada dijawab dan diisi langsung oleh responden (Bustami, 2011). Anngket tertutup adalah angket yang disajikan dalam bentuk sedemikian rupa sehingga responden diminta untuk memilih satu jawaban yang sesuai dengan karakteristik dirinya dengan cara memberikan tanda (X) dan tanda checklist (√). Variabel bebas (X) penelitian ini adalah Pengaruh pembelajaran daring (*online*) sedangkan variabel (Y) adalah terhadap tingkat stress siswa Smk Negeri 2 Buru Selatan.

HASIL PENELITIAN

Berikutnya akan disajikan hasil dari pengelolaan data penelitian “tingkat stress siswa pada pembelajaran daring di smk negeri 2 buru selatan.”

- a. Mengidentifikasi Tingkatstress siswa pada pembelajaran daring (online) di smk negeri 2 buru selatan.**

Tabel 1 Tingkat stress siswa pada pembelajaran daring (online) di smk negeri 2 buru selatan.

N0	Tingkat stress	Frekuensi	Persentase (%)
1	stress rendah	14	43,7
2	Stress sedang	17	53,1
3	Stress berat	4	12,5
	Total	32	100

Tabel 1 menunjukkan bahwa untuk tingkat stress siswa terhadap pembelajaran daring di smk negeri 2 buru selatan sebagian besar mengalami stress sedang (53,1%).

PEMBAHASAN

Tingkat stress siswa terhadap pembelajaran daring (online) di smk negeri 2 buru selatan. Berdasarkan tabel 1 menunjukkan bahwa untuk tingkat stress siswa terhadap pembelajaran daring di smk negeri 2 buru selatan sejumlah 35 siswa dengan rincian siswa yang mengalami stress rendah 14 orang siswa dengan persentase (43,7%) dan yang mengalami stress sedang ada 17 siswa (53, 1%) siswa yang mengalami stress berat 4 siswa (12,5%). Pembelajaran online tidak terlepas dari media pembelajaran dan jaringan internet juga aplikasi pembelajaran namun tidak dapat di pungkiri bahwa sarana ini juga menjadi kendala bagi banyak siswa yang tinggal di daerah pelosok seperti yang terjadi di SMK NEGERI 2 BURU SELATAN ini. Berdasarkan tabel 3 di atas dapat di simpulkan bahwa pembelajaran secara online tidak efektif di mana terdapat siswa dengan presentase tingkat stress sedang mencapai 53,1% dan stress berat 12,5% dari (35 responden) hal ini di karenakan siswa kesulitan dalam jaringan, banyaknya tugas yang diberikan, jadwal belajar yang tidak terjadwal dengan baik. Disamping itu juga kesadaran dan kedisiplinan dari siswa untuk mengikuti proses pembelajaran. Guru juga harus bisa mengelola pembelajaran agar tetap menarik. Pembelajaran daring menuntut guru agar menjadi kreatif dalam menerapkan pembelajaran yang mampu

menuntaskan tujuan pembelajaran. Guru harus bisa menerapkan metode yang tepat dalam kegiatan belajar mengajar, sesuai dengan kebutuhan peserta didik. Dengan demikian kegiatan belajar mengajar menjadi lebih menyenangkan dan siswa dapat dapat menyerap pelajaran dengan lebih mudah. Dan dapat mengurangi dampak stress terhadap siswa.

Pada penelitian Widyono dijelaskan bahwa pembelajaran online dinilai kurang efektif untuk di berikan kepada mahasiswa, hal ini disebabkan sulitnya mahasiswa dalam memahami materi yang diberikan dan dijelaskan oleh dosen (Widyono,2020).

Selaras dengan penelitian sebelumnya penelitian Firman dan Rahayu menyebutkan bahwa mahasiswa menganggap pembelajaran online justru membuat mahasiswa tidak nyaman, banyak mahasiswa yang mengalami kesulitan diantaranya sulit dalam menerima materi yang diberikan dosen. Dengan hanya mengandalkan media seperti zoom atau meettidak cukup efektif untuk dapat membaca dan memberikan penjelasan secara menyeluruh tentang materi perkuliahan (Firman & Rahayu, 2020).

Hasil penelitian Agus dkk, menyebutkan mahasiswa menjadi terbebani dengan adanya sistem pembelajaran online dikarenakan beratnya tugas yang diberikan oleh masing-masing dosen berdampak pada tingginya tingkat stres yang dialami oleh mahasiswa dengan persentase sebesar 72% (Watnaya et al., 2020).

Sistem pembelajaran online yang sudah diterapkan selama kurang lebih 1 tahun di Indonesia tentunya membawa dampak yang beragam, mulai dari kejauhan dalam proses pembelajaran online, bahkan sampai pada tingkat stress akademik yang dialami oleh siswa.

Penyebab stress akademik ini bisa terjadi berdasarkan factor internal yaitu pola pikir dan factor eksternal yaitu pembelajaran yang lebih padat dengan jadwal tidak menentu, ujian mendadak, fasilitas sarana tidak memadai, dan tugas yang lebih banyak sehingga menyebabkan siswa menjadi stress.

KESIMPULAN DAN SARAN

Berdasarkan hasil penelitian mengenai tingkat stress siswa pada pembelajaran daring di smk negeri 2 buru selatan di dapatkan kesimpulan sebagai berikut: siswa yang mengalami tingkat stress rendah 14 siswa (43,7%) siswa yang mengalami stress sedang 17 siswa (53,1%) siswa yang mengalami stress berat 4 siswa (12,5%). Di harapkan penelitian ini memberikan pengetahuan terhadap siswa untuk mampu mengenali hal-hal apa saja yang dapat menjadi penyebab stress pada dirinya, dengan demikian dapat di lakukan antisipasi secara dini terhadap kemungkinan timbulnya stress.

DAFTAR PUSTAKA

- Rofiah, Syarifatur. 4.1 (2021): 41-47. "Pengaruh Pembelajaran Online terhadap Stres Akademik Siswa Di SMA Negeri 1 Kepanjen." *Jurnal Consulenza: Jurnal Bimbingan Konseling dan Psikologi*
- Jatira, Yadi, and S. Neviyarni. 3.1 (2021): 35-43.. "Fenomena Stress dan Pembiasaan Belajar Daring Dimasa Pandemi Covid-19." *Edukatif: Jurnal Ilmu Pendidikan*
- Handarini, Oktafia Ika, and Siti Sri Wulandari 8.3 (2020): 496-503. "Pembelajaran daring sebagai upaya study from home (SFH) selama pandemi covid 19." *Jurnal Pendidikan Administrasi Perkantoran (JPAP)*
- Yunitasari, Ria, and Umi Hanifah. 2.3 (2020): 232-243. "Pengaruh Pembelajaran Daring terhadap Minat Belajar Siswa pada Masa COVID 19." *Edukatif: Jurnal Ilmu Pendidikan*
- Cahyani, Adhetya, Iin Diah Listiana, and Sari puteri deta larasati 3.01 (2020): 123-140. "Motivasi Belajar Siswa SMA pada Pembelajaran Daring di Masa Pandemi Covid-19." *IQ (Ilmu Al-qur'an): Jurnal Pendidikan Islam*
- Weinberg, Robert S., and Daniel Gould. (2014.) *Foundations of sport and exercise psychology*. Human Kinetics,

Yerusalem, Muhammad Rozi, Adian Fatchur Rochim, and Kurniawan Teguh Martono. 3.4 (2015): 481-492. "Desain dan Implementasi Sistem Pembelajaran Jarak Jauh Di Program Studi Sistem Komputer." *Jurnal Teknologi dan Sistem Komputer*