

STRES AKADEMIK DITINJAU DARI RESILIENSI SISWA SMPN 1 PEBAYURAN DI TENGAH PANDEMI COVID-19

Anisa Eka Denantia

Ps17.anisadenantia@mhs.ubpkarawang.ac.id

ABSTRAK

Adanya Pandemi Covid-19 ini, telah mengubah berbagai aspek kehidupan manusia, salah satunya adalah sistem pendidikan di Indonesia. Beberapa dampak yang dirasakan para murid diantaranya adalah perubahan sistem kegiatan pembelajaran, dimana para murid yang biasa melakukan kegiatan pembelajaran di sekolah kini mereka harus mulai beradaptasi untuk melakukan kegiatan pembelajaran dari rumah atau yang dikenal dengan istilah daring. Perubahan sistem kegiatan pembelajaran ini menimbulkan adanya stres akademik bagi para murid. Sun, Dunne, & Hou (2012) mengatakan bahwa stres akademik adalah tekanan yang siswa rasakan di sekolah karena beban tugas yang berat, harapan akademik yang tinggi dan ketidakpuasan dengan nilai mereka. Berbagai dampak yang dirasakan disaat pandemi ini menuntut para murid untuk mampu bertahan dan perlu adanya adaptasi yang baik, atau yang dikenal sebagai kemampuan resiliensi. Menurut Reivich and Shatte (2002) Resiliensi merupakan kemampuan individu untuk merespon kondisi adversity yang dihadapi dengan cara yang sehat dan produktif. Adapun tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui apakah ada pengaruh dari resiliensi terhadap stres akademik siswa SMPN 1 Pebayuran ditengah pandemi Covid-19. Subjek dalam penelitian ini berjumlah 270 murid adapun teknik yang digunakan adalah Cluster random sampling dengan karakteristik ialah, siswa di SMPN 1 Pebayuran kelas 8 & 9, dengan jenis kelamin laki-laki dan perempuan. Hasil uji regresi linear sederhana didapatkan nilai signifikansi $0,000 < 0,005$ yang berarti H_a diterima dan H_0 ditolak, kemudian persamaan regresinya yaitu $Y = 110,020 - 0,272$, maka terdapat pengaruh yang negatif antara resiliensi terhadap stres akademik.

Kata Kunci: Stres Akademik, Resiliensi, Pandemi Covid-19.

ACADEMIC STRESS IN TERMS OF STUDENT RESILIENCE SMPN 1 PEBAYURAN IN THE MIDST OF THE COVID-19 PANDEMIC

Anisa Eka Denantia

Ps17.anisadenantia@mhs.ubpkarawang.ac.id

ABSTRACT

The existence of the Covid-19 pandemic has changed various aspects of human life, one of which is the education system in Indonesia. Some of the impacts felt by students include changes in the learning activity system, where students who used to carry out learning activities at school now have to start adapting to carry out learning activities from home or what is known as daring. This change in the learning activity system causes academic stress for students. Sun, Dunne, & Hou (2012) said that academic stress is the pressure that students receive in school because of the heavy workload, high academic expectations and the results obtained with their grades. The various impacts felt during this pandemic require students to survive and need good adaptation, or what is known as resilience. According to Reivich and Shatte (2002), Resilience is an individual's ability to respond to difficult conditions encountered healthily and productively. The purpose of this study was to determine whether there was an effect of resilience on academic stress of SMPN 1 Pebayuran students during the Covid-19 pandemic. The subjects in this study found 270 students while the technique used was cluster random sampling with characteristics, namely, students at SMPN 1 Pebayuran grade 8 & 9, with male and female gender. The results of the simple linear regression test obtained a significance value of $0.000 < 0.005$ which means H_a is accepted and H_0 is rejected, then the regression equation is $Y = 110.020 - 0.272$, then there is a negative effect between resilience on academic stress.

Keywords: Academic Stress, Resilience, Covid-19 Pandemic.