

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Wabah pandemi covid-19 yang telah menggerogoti dunia sekarang ini memberikan dampak luar biasa termasuk Indonesia. Indonesia merupakan salah satu negara yang terinfeksi pandemi Covid-19. Corona virus adalah penyakit menular yang disebabkan oleh sindrom pernapasan akut corona virus (Siahaan, 2019). Jumlah penderita virus corona atau yang di kenal dengan nama ilmiahnya covid-19 di dunia semakin bertambah. Indonesia mengkonfirmasi kasus pertama virus corona-19 pada awal maret 2020. Sejak saat itu berbagai upaya penanggulangan di lakukan pemerintah untuk merendam dampak dari pandemi covid-19 di berbagai sektor. Hampir seluruh sektor terdampak oleh virus corona ini, tak hanya kesehatan, tetapi juga pada sektor ekonomi, ketenagakerjaan, sosial, politik serta termasuk dunia pendidikan (Putra, 2020).

Adanya pandemi covid-19, kebijakan pemerintah pusat melalui Kementerian Pendidikan semua level dari pendidikan usia dini, sekolah dasar hingga perguruan tinggi melakukan kegiatan pembelajaran jarak jauh (PJJ). Kebijakan di bidang pendidikan ditindak lanjuti oleh peraturan kepala daerah di berbagai kota dan kabupaten, termasuk di Kabupaten Karawang. Dengan dilakukan belajar mengajar secara daring yang berkepanjangan, hal ini berdampak dalam adaptasi kebiasaan baru para siswa, guru, maupun lingkungan didunia pendidikan, yang biasa tatap muka langsung sekarang menjadi belajar dirumah dengan *online*.

Namun setelah berjalan pandemi di Indonesia hampir 2 tahun yang selama ini pembelajaran yang dilakukan secara dalam jaringan (*daring*), akhirnya pemerintah melaksanakan kebijakan Pembelajaran Tatap Muka terbatas (PTMT) dengan di keluarkannya surat keputusan bersama 4 menteri tentang pembelajaran dimasa pandemi covid-19 nomor 05/KB/2021, nomor 1347/tahun 2021, nomor hk.01.08/kemenkes/6678/2021, nomor 443-5847 tahun 2021 (Windri, 2022).

PTMT adalah singkatan dari pembelajaran tatap muka terbatas. Istilah ini diperkenalkan merujuk pada pelaksanaan kegiatan belajar-mengajar di masa pandemi covid-19 (Prasetya, 2022). Berdasarkan data yang didapatkan dari kemendikbud, bahwa terdapat 2 Sekolah Menengah Atas (SMA) di Kecamatan Klari Kabupaten Karawang yang sudah melakukan pembelajaran tatap muka terbatas pada tahun 2021/2022, dan salah satu nya SMAN 2 Klari. Berdasarkan studi pendahuluan melalui wawancara yang telah dilaksanakan peneliti kepada beberapa siswa kelas X dan XI di SMAN 2 Klari, diperoleh informasi bahwa selama PTMT remaja mengeluhkan banyaknya tugas yang di berikan oleh guru, terbatasnya interaksi karena harus menjaga jarak, kurang memadai sarana dan prasarana siswa dan guru untuk belajar daring maupun PTMT dan banyak siswa yang merasa jenuh ketika PTMT karena mereka harus bergantian shif untuk masuk ke sekolah.

Sejalan dengan studi pendahuluan diatas, menanggapi kondisi seperti itu, berdasarkan salah satu kabar berita bahwa pelaksanaan PTMT ini, terdapat beberapa kendala yang dihadapi sekolah, guru, siswa maupun orang tua, diantaranya : (1) Bagi guru, harus menjalani proses pengajaran 2 kali lipat dari sebelumnya, hal ini karena masih ada murid yang belajar secara daring maupun tatap muka. (2) kebutuhan sarana dan prasarana lebih banyak dibutuhkan pada saat PTMT dan protokol kesehatan, (3) untuk siswa, harus dapat menjaga jarak untuk yang bersekolah secara tatap muka, (4) dari sisi orang tua juga terdapat beberapa

kendala dari proses PTMT ini, terkadang orang tua salah dalam menerima informasi (Amanda, 2021).

Namun hal ini dirasa berat oleh siswa kelas X dan XI di SMA 2 Klari tersebut, karena siswa pada kelas X dan XI ini akan melaksanakan ulangan tengah semester dan akhir semester dengan 2 shif yaitu secara daring dan tatap muka terbatas. Berdasarkan uraian diatas bahwa siswa kelas X dan XI di SMA 2 Klari memiliki berbagai permasalahan yang dialami secara PTMT. Berdasarkan studi pendahuluan melalui angket yang telah disebar pada beberapa siswa kelas X dan XI di SMA 2 Negeri Klari pada tanggal 19 September 2021, diperoleh informasi bahwa siswa kelas X dan XI di SMA tersebut akan mengadakan ulangan tengah semester dan akhir semester. Hal ini menyebabkan beberapa siswa kelas X dan XI merasakan adanya kekhawatiran dan cemas ketika akan menghadapi ulangan tersebut, selain itu siswa merasa tertekan karena harus melaksanakan ulangan secara daring dan juga secara tatap muka terbatas dan takut adanya kendala pada saat pelaksanaannya.

Sejalan dengan fenomena tersebut, bahwa kondisi-kondisi tersebut dapat meningkatkan tekanan akademik yang berdampak terhadap kemampuan akademik siswa dalam menjalani pembelajaran daring maupun PTMT (Fatimah & Mahmudah, dalam Rahayu, dkk, 2021). Hal ini sejalan dengan penelitian Survei nasional oleh pusat layanan sosial pemuda China, menemukan bahwa sebagian besar anak-anak dan remaja menganggap tekanan akademik sebagai stres terbesar dalam hidup mereka (Sun, dkk, 2011).

Stres akademik adalah keadaan dimana siswa tidak dapat menghadapi tuntutan akademik dan mempersepsi tuntutan-tuntutan akademik yang diterima sebagai gangguan. Stres akademik disebabkan oleh *academic stresor* (Sayekti, dalam Rahayu, dkk, 2021). Berdasarkan penelitian sebelumnya mengungkapkan bahwa pada saat pembelajaran daring maupun PTMT ketika akan melaksanakan ujian menjadi stresor akademik bagi siswa di masa

pandemi. Hal ini senada dengan penelitian dari Australia, Korea, Jepang, dan Cina menunjukkan bahwa ujian adalah sumber utama pada stres akademik (Rahayu, 2019).

Berdasarkan penelitian sebelumnya, banyaknya tuntutan akademik di masa pandemi sangat berpengaruh signifikan terhadap stres akademik siswa, dibandingkan dengan sebelum pandemi (Livana, dalam Rahayu, dkk, 2021). Adapun penelitian sebelumnya mengatakan bahwa siswa ketika berada dalam kondisi stres, resiliensi diamati sebagai faktor pelindung yang dapat memainkan peran penting dalam menjaga kesehatan mental selama masa pandemi covid-19 (Zhang et al, dalam Rahayu, dkk, 2021).

Berdasarkan pemaparan diatas, ketika siswa mengalami stres akademik seringkali tidak memiliki kemampuan mengatasi atau melakukan strategi dengan tepat, sehingga permasalahan yang dihadapi tidak mampu terselesaikan (Triyana, dkk, 2020). Sehingga dibutuhkan kemampuan untuk beradaptasi dengan situasi yang mengakibatkan stres dan meningkatkan kemampuan untuk mengatasi kesulitan-kesulitan akademik yang disebut dengan resiliensi akademik.

Resiliensi akademik adalah kapasitas seseorang untuk bangkit, pulih dan berhasil beradaptasi dalam kesulitan-kesulitan akademik, mengembangkan kompetensi sosial dan keterampilan untuk terlepas dari stres yang dihadapinya (Rirkin & Hoopman, dalam Hendriyani, 2018). Adapun definisi lain dari resiliensi akademik sebagai respon individu secara afektif, kognitif dan perilaku dalam menghadapi kesulitan atau kegagalan akademik yang dialaminya, dalam konteks pembelajaran daring, resiliensi akademik dapat membantu peserta didik untuk dapat beradaptasi terhadap perubahan (Cassidy, dalam Akmal & kumala sari, 2020).

Lebih lanjut terdapat empat dimensi terbentuknya resiliensi akademik, yaitu 1). *Confidence*, yaitu keyakinan dan kepercayaan siswa pada kemampuan mereka untuk

memahami atau untuk melakukan pekerjaan sekolah dengan baik. 2). *Control*, menggambarkan seberapa jauh kemampuan siswa untuk mengelola berbagai tuntutan atau tantangan yang datang dalam aktivitas belajarnya. 3). *Composure (anxiety)* mencakup dua bagian, yaitu: perasaan cemas dan khawatir. 4). *Commitment*, kemampuan siswa untuk terus berusaha menyelesaikan sebuah masalah meskipun masalah tersebut sangat sulit dan penuh tantangan (Martin dan Marsh, dalam Hendriani, 2019).

Dari keempat dimensi tersebut, peneliti melakukan studi pendahuluan yang telah disebar kepada 30 responden siswa kelas X dan XI di SMA 2 Klari, pada tanggal 10 November 2021, bahwa pada saat pandemi, (1) beberapa siswa merasa yakin tentang kemampuan belajar mereka, walaupun memiliki banyak tantangan di masa pandemi. (2) selama belajar daring, beberapa siswa kelas X dan XI di SMA tersebut kurang dapat mengelola aktivitas belajarnya dengan baik, karena adanya rasa malas ketika belajar di rumah, sulit membagi waktu, tidak dapat konsentrasi dan kurang memahami materinya. (3) hampir sebagian siswa kelas X dan XI ketika akan menghadapi ulangan atau ujian seringkali merasakan cemas, dan khawatir akan hasilnya, apakah akan dapat hasil yang maksimal atau tidak. (4) siswa mudah stres ketika dihadapkan dengan banyaknya tugas dan menghadapi ujian atau ulangan. Berdasarkan fenomena di atas bahwa stres sangat berdampak pada siswa: yang pertama berdampak pada fisiknya, kognitif, emosi dan perilaku.

Berdasarkan penelitian dari Bresert (dalam Musabiq & Isqi, 2018) beberapa tanda bahwa stres berdampak pada fisik siswa diantaranya adalah adanya gangguan tidur, peningkatan detak jantung, ketegangan otot, pusing, kelelahan dan demam. Lalu dampak dari aspek kognitif ditandai dengan adanya kekhawatiran, sering lupa, kebingungan, dan panik. Pada aspek emosi, dampak stres diantaranya adalah mudah sensitif, mudah marah, frustrasi, dan merasa tidak berdaya sedangkan pada aspek perilaku, stres berdampak pada

hilangnya keinginan untuk bersosialisasi, kecenderungan untuk menyendiri, dan timbulnya rasa malas.

Berdasarkan pemaparan diatas, dijelaskan bahwa stress sangat berdampak pada kondisi fisik, kognitif, emosi dan perilaku pada siswa. Oleh karena itu, siswa pada saat pandemic harus memiliki kemampuan untuk menghadapi stress nya dan kemampuan tersebut disebut sebagai resiliensi akademik.

Berdasarkan penelitian sebelumnya, yang dilakukan oleh Diclemente, dkk (dalam Missai & Izzati, 2019) yang mengatakan bahwa resiliensi memiliki keterkaitan yang erat dengan stres karena keduanya merupakan konstruk yang tidak dapat dipisahkan, resiliensi hanya bisa dijelaskan ketika ada kondisi kesengsaraan atau tekanan yang dihadapi seseorang sementara kondisi tersebut dapat memicu stres. Adapun berdasarkan hasil penelitian Rahayu dan Djabbar (2019) menunjukkan bahwa resiliensi pada siswa berhubungan negatif dengan stres, semakin tinggi resiliensi yang dimiliki seseorang semakin rendah stres yang dirasakan. Penelitian yang dilakukan pada mahasiswa dokter muda juga dilakukan oleh Willda et al (2016) menemukan bahwa resiliensi diri memiliki korelasi negatif dengan tingkat stres.

Berdasarkan uraian diatas peneliti tertarik melakukan penelitian yang berjudul “Pengaruh Resiliensi Akademik Terhadap Stres Akademik pada Siswa Di SMA 2 Klari selama Pandemi Covid-19 ”.

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang permasalahan yang telah diuraikan diatas, maka rumusan permasalahan dalam penelitian ini adalah apakah terdapat Pengaruh Resiliensi Akademik Terhadap Stres Akademik pada Siswa Di SMA 2 Klari selama Pandemi Covid-19?

C. Tujuan Peneleitian

Tujuan yang akan dicapai dalam penelitian ini adalah untuk mengetahui Pengaruh Resiliensi Akademik Terhadap Stres Akademik pada Siswa Di SMA 2 Klari selama Pandemi Covid-19.

D. Manfaat Penelitian

Berdasarkan penelitian yang hendak dicapai, maka penelitian ini diharapkan mempunyai manfaat dalam pendidikan baik secara langsung maupun tidak langsung. Adapun manfaat untuk penelitian ini adalah sebagai berikut:

1. Manfaat Teoritis

Secara teoritis hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan sumbangan ilmiah dalam ilmu Psikologi berkaitan tentang resiliensi pada remaja.

2. Manfaat Praktis

Secara praktis penelitian ini dapat bermanfaat sebagai berikut :

- a. Bagi Instansi Terkait, di harapkan mampu memberikan informasi mengenai pentingnya memiliki kemampuan untuk bangkit yang disebut Resiliensi Akademik Terhadap Stres Akademik yang di alami oleh siswa.
- b. Bagi Keluarga, agar tetap memberikan dukungan, perhatian, serta pengetahuan tentang terjadinya stress akademik pada remaja yang melakukan pembelajaran tatap muka secara terbatas (PTMT) dimasa covid-19.
- c. Bagi siswa, penelitian ini diharapkan mampu memberikan pemahaman tentang pentingnya siswa memiliki resiliensi akademik untuk mengatasi stress akademik yang di alami pada saat covid-19.