

HUBUNGAN PEMBELAJARAN DARING MASA PANDEMI COVID-19

TERHADAP STRES SISWA SMA NEGERI 1 MEDAN

Sukmawati Hia¹, Indri Adriztina², Arlinda Sari Wahyuni³,
Mustafa Mahmud Amin⁴, Rini Savitri Daulay⁵,

^{1,2,3,4,5}*Prodi Ilmu Kedokteran Tropis, Fakultas Kedokteran
, Universitas Sumatera Utara*

Jalan Dr. T. Mansur No.9, Kota Medan

**Email: sukawatihia@gmail.com*

ABSTRAK

Pandemi Covid-19 telah memberikan dampak besar pada sistem pendidikan di seluruh dunia. Pembatasan sosial dan fisik yang diterapkan untuk memutus rantai penularan virus telah memaksa institusi pendidikan untuk beralih ke pembelajaran daring. Meskipun pembelajaran daring jauh lebih aman dari segi kesehatan, ini telah membawa tantangan baru bagi siswa, dimana mereka harus menyesuaikan diri dengan lingkungan belajar yang berbeda dan menavigasi kurikulum baru melalui platform virtual serta kurangnya interaksi langsung dengan guru dan teman sekelas, dan tuntutan akademis yang lebih berat di rumah. Jenis penelitian ini bersifat kuantitatif dengan desain penelitian cross sectional yang dilaksanakan di Sekolah Menengah Atas Negeri 1 Kota Medan. Sampel dalam penelitian ini sebanyak 158 siswa. Metode analisis data dalam penelitian ini menggunakan analisis regresi logistik. Hasil penelitian menunjukkan terdapat pengaruh variabel pengaruh yang signifikan ($p < 0,05$) antara variabel pembelajaran daring terhadap variabel stres pada siswa pada masa pandemi Covid-19.

Kata kunci: Pandemi, Covid-19, Pembelajaran Daring, Stres, Remaja

ABSTRACT

The COVID-19 pandemic has had a huge impact on education systems around the world. The social and physical constraints imposed to break the chain of virus transmission have forced educational institutions to switch to online learning. Although online learning is much safer in terms of health, it has brought new challenges for students, where they have to adapt to different learning environments and navigate new curricula through virtual platforms, as well as a lack of direct interaction with teachers and classmates and heavier academic demands at home. This type of research is quantitative, with cross-sectional research designs carried out at the 1st State High School of Medan. The sample in this study was 158 students. The data analysis method in this study uses logistic regression analysis. The results of the study showed that there was a significant influence variable ($p < 0,05$) between the online learning variable and the stress variable in students during the COVID-19 pandemic.

Keywords: Pandemic, COVID-19, Online Learning, Stress, Adolescents

PENDAHULUAN

Dunia secara keseluruhan mengalami masa-masa yang sangat sulit pada tahun 2020, termasuk Indonesia, ketika Organisasi Kesehatan Dunia (WHO) menetapkan COVID-19, atau Corona Virus Disease 2019, sebagai pandemi global. Virus yang menyebarkan penyakit baru ini pertama kali ditemukan di Wuhan, Cina. Gejala utama penyakit ini adalah demam, batuk kering, dan sesak napas (Guan *et al.*, 2019; Holshue, *et al.* 2019).

Corona Virus Disease 2019 menyebar dari orang ke orang melalui tetesan atau kontak langsung. Inkubasi infeksi rata-rata 6,4 hari dan jumlah dasar 2,24 hingga 3,58 (Lai *et al.*, 2020). Pneumonia yang tidak terbatas adalah penyakit yang disebabkan oleh virus tipe coronavirus (2019-nCoV).

Kasus Covid-19 saat ini telah mencapai 628.525.681, yang dimana setiap 1 harinya terjadi 559.053 kasus serta angka kematian dari kasus *Corona Virus Disease 2019* di seluruh dunia telah mencapai 6.581.519 kematian (WHO, 2022). Kasus Covid pertama di Indonesia dilaporkan pada 1 Maret 2020. Saat ini di tahun 2022 angka kasus *Corona Virus Disease 2019* secara kumulatif telah mencapai 6,47 juta kasus dan untuk angka kematian (Positif *Corona Virus Disease 2019*) mencapai 158.499 kematian (Kemenkes RI, 2020).

Kasus *Corona Virus Disease 2019* di provinsi Sumatera Utara hingga saat ini tercatat secara kumulatif sebanyak 160.204 kasus, dengan angka kematian mencapai 3.307 kematian (PemprovSU, 2022). Kota Medan sendiri angka kasus *Corona Virus Disease 2019* terhitung kumulatif mencapai 72.912, serta dengan angka kematian mencapai 1018 kematian.

Selain itu pemerintah, melalui Kementerian Pendidikan dan Kebudayaan, mengumumkan penutupan sekolah dan penerapan pembelajaran daring. Kebijakan ini sejalan dengan kebijakan negara lain. Sekolah di 188 negara ditutup pada 8 April 2020. Lebih dari 90% pelajar terdaftar di seluruh dunia (1,5 miliar anak) saat ini tidak menerima pendidikan, menurut UNESCO (United Nations Educational, Scientific, and Cultural Organization).

Siswa harus dapat beradaptasi dengan sistem baru yang sulit digunakan. Di antara

masalah tersebut adalah jaringan internet dan kuota yang diperlukan untuk tetap stabil dan cukup; penyampaian materi perkuliahan tidak sejelas dengan pembelajaran tatap muka; dan jadwal akademik yang tertunda atau mundur.

Stresor dari kehidupan sehari-hari siswa adalah masalah lain yang berhubungan langsung dengan proses pembelajaran. Masalah kesehatan mental dapat muncul sebagai akibat dari perubahan yang dialami siswa selama pandemi COVID-19. Di tengah pandemi ini, masalah kesehatan mental seperti stres, kecemasan, dan depresi meningkat. Perubahan dalam kehidupan sehari-hari dan proses pembelajaran tentunya telah mengurangi stres dan kecemasan yang dirasakan pekerja kantor dan siswa sekolah (PDSKJI, 2020).

Sesuai dengan Surat Edaran Mendikbud Nomor 36962/MPK.A/HK/2020 tentang Pembelajaran secara Daring dan Bekerja dari Rumah dalam Rangka Pencegahan Penyebaran Corona Virus Disease 2019, Sekolah Menengah Atas Negeri 1 Medan menerapkan sistem online selama pandemi Covid-19 (Kemendikbud, 2020).

Hal ini tentunya membuat siswa harus mampu beradaptasi dengan sistem pembelajaran yang baru, sehingga menjadi tantangan baru bagi siswa dalam menyerap ilmu pendidikan sesuai dengan kurikulum yang diterapkan di sekolah. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui dan menganalisis bagaimana pembelajaran melalui daring selama pandemi COVID-19 berhubungan pada stres remaja di Sekolah Menengah Atas Negeri 1 Kota Medan.

METODE PENELITIAN

Penelitian menggunakan metode kuantitatif dengan desain cross-sectional. Jumlah sampel pada penelitian ini yaitu berjumlah 158 siswa. Dalam penelitian ini, ada dua jenis data yang dikumpulkan: data primer, yang diperoleh langsung oleh peneliti dari kuesioner penelitian, dan data sekunder, yang diperoleh secara tidak langsung oleh peneliti dari pihak lain.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil penelitian menunjukkan bahwa mayoritas siswa berumur > 15 tahun yaitu sebanyak 115 orang (72,8%), jenis kelamin perempuan sebanyak 102 orang (64,6%), jenis pekerjaan ayah terbanyak adalah wiraswasta

sebanyak 80 orang (50,63%) sementara untuk ibu terbanyak sebagai IRT yaitu 70 orang (44,3%) dan tingkat penghasilan orang tua terbanyak adalah kurang dari Rp. 5.000.0000. Distribusi berdasarkan karakteristik koresponden bias dilihat di Tabel 1.

Tabel 1. Distribusi Berdasarkan Karakteristik Responden

Karakteristik Responden	n	%
Umur Siswa		
≤ 15 Tahun	43	27,2
> 15 Tahun	115	72,8
Jenis Kelamin		
Laki-laki	56	35,4
Perempuan	102	64,6
Jenis Pekerjaan Ayah		
Pegawai Negeri/BUMN	43	27,22
TNI/POLRI	10	6,33
Wiraswasta	80	50,63
Dokter	6	3,79
Pensiunan/Tidak Bekerja	15	9,50
Lainnya	4	2,53
Jenis Pekerjaan Ibu		
Pegawai Negeri/BUMN	50	31,6
TNI/POLRI	2	1,3
Wiraswasta	23	14,6
Dokter	12	7,6
IRT/Tidak Bekerja	70	44,3
Lainnya	1	0,6
Tingkat Penghasilan Orang Tua		
<Rp 5.000.000	74	46,8
Rp. 5.000.000 - Rp. 10.000.000	53	33,6
≥ Rp. 10.000.000	31	19,6

Gambaran Pembelajaran Media Daring Siswa Sekolah Menengah Atas Negeri 1 Kota Medan

Berdasarkan 20 item pertanyaan tersebut maka dapat disimpulkan dari 158 siswa yang diamati mayoritas siswa menilai pembelajaran daring “efektif” yaitu sebanyak 141 orang (89,2%), seperti terlihat pada Tabel 2.

Hasil penelitian deskripsi gambaran pembelajaran daring siswa Sekolah Menengah Atas Negeri 1 Kota Medan menunjukkan hasil “efektif” (89,2%). Secara umum siswa mampu mengoperasikan media pembelajaran seperti *whatsapp*, *google classroom*, *google meet* dan lain-lain. Selanjutnya siswa juga mampu

mengirim (*upload*) dan menerima (*download*) file pembelajaran yang diberikan oleh guru.

Pelajaran daring membantu waktu yang lebih flexible, dan membantu kapan saja. Seluruh siswa dapat mengaksesnya dengan gampang, membantu kabar cepat sampai, dan membantu skor pengetahuan terlebih. Menerapkan *Google Form*, skor dapat segera diketahui, dan siswa tinggal memilih pilihan jawaban benar.⁹

Tabel 2. Distribusi Variabel Pembelajaran Daring

Pembelajaran Daring	n	%
Efektif	141	89,2
Cukup Efektif	17	10,8
Tidak Efektif	0	0

Gambaran Tingkatan Stres Siswa Sekolah Menengah Atas Negeri 1 Kota Medan

Dari 20 item pertanyaan tersebut maka dapat disimpulkan dari 158 siswa yang diamati mayoritas siswa mengalami stres di tingkat “parah” yaitu sebanyak 97 orang (61,4%), lebih lengkapnya bias dilihat pada Tabel 3.

Tabel 3 Distribusi Variabel Stres pada Siswa

Stres pada Siswa	n	%
Ringan	4	2,5
Sedang	39	24,7
Parah	97	61,4
Sangat Parah	18	11,4

Analisis hasil penelitian dan analisis mengenai tingkat stres yang dialami siswa selama pembelajaran online akibat pandemi COVID-19 menunjukkan bahwa tingkat stres mereka "parah" (61,4%). Hasil ini dipengaruhi oleh sejumlah faktor internal siswa, seperti ketidakmampuan mereka untuk menyesuaikan diri dengan stres yang disebabkan oleh pembelajaran daring dan ketidakmampuan mereka untuk berjejaring atau menggunakan teknologi digital. Namun, tidak dipungkiri bahwa siswa SMA memang dilahirkan dan hidup berdampingan dengan kemajuan teknologi saat ini. Selain faktor-faktor yang berasal dari siswa sendiri, ada juga faktor-faktor yang berasal dari lingkungan sekolah yang mempengaruhi tingkat stres yang tinggi. Salah satu faktor eksternal tersebut adalah

tanggung jawab pendidik sebagai pioner dalam pengaturan pembelajaran online.

Hal ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Oktavia & Fitroh (2019), yang menemukan bahwa stres akademik dipengaruhi oleh faktor internal (dalam diri sendiri) dan eksternal (luar). Faktor internal termasuk kemandirian, kekuatan, dan keinginan, sedangkan faktor eksternal termasuk dukungan sosial. Salah satu cara menurunkan stres yang baik adalah dengan mendapatkan dukungan untuk menyesuaikan diri dengan kebiasaan baru; siswa SMA memiliki kemampuan untuk beradaptasi.

Hubungan Dampak Media Daring Masa Pandemi Covid-19 Terhadap Stres Siswa SMA Negeri 1 Medan

Berdasarkan hasil analisis chi square di atas diketahui variabel jenis kelamin dan pembelajaran daring memiliki nilai $p < 0,05$, hanya umur yang memiliki nilai $p > 0,05$. Maka dapat disimpulkan variabel berhubungan secara signifikan dengan kejadian stres pada siswa. Uji kandidat multivariat, diketahui semua variabel independen memiliki nilai ($p < 0,25$) maka disimpulkan semua variabel independen dapat dilanjutkan ke tahap analisis multivariat.

Tabel 4. Hasil Analisis Chi Square

Variabel Independen	Stres pada Siswa		p value
	Tidak Stres n (%)	Stres n (%)	
Jenis Kelamin			
Perempuan	20 (12,7%)	81 (51,3%)	0,005
Laki-laki	25 (15, 8%)	32 (20,2%)	
Total	45 (28,5%)	113 (71,5%)	
Umur			
> 15 Tahun	30 (19%)	86 (54, 4%)	0,225
≥ 15 Tahun	15 (9,5%)	27 (17, 1%)	
Total	45 (28,5%)	113 (71,5%)	
Pembelajaran Daring			
Tidak Efektif	0 (0%)	17 (10,9%)	0,004
Efektif	43 (27,6%)	98 (61,5%)	
Total	43 (27,6%)	115 (72,4%)	

Berdasarkan hasil analisis hanya umur yang memiliki nilai $p > 0,05$. Maka dapat disimpulkan variabel berhubungan secara signifikan dengan kejadian stres pada siswa atau terdapat korelasi antara tingkat stres siswa Sekolah Menengah Atas Negeri 1 Medan dan

pembelajaran online selama pandemi COVID-19.

Penelitian yang dilakukan oleh Fajriyah (2021) menemukan bahwa ada hubungan yang signifikan antara pembelajaran jarak jauh dan tingkat stres siswa. Hasil penelitian ini mengungkap bahwa pembelajaran jarak jauh tidak efektif dalam mengurangi tingkat stres siswa, terutama selama masa pandemi COVID-19 di SMA YPS Soroako. Hal ini disebabkan oleh kesulitan dalam pembelajaran matematika secara online, kurangnya interaksi antara siswa selama pembelajaran, kesulitan pemahaman siswa terhadap materi, serta banyaknya tugas dengan batas waktu yang singkat dan berdekatan.

Pengaruh Dampak Media Daring Masa Pandemi Covid-19 Terhadap Stres Siswa SMA Negeri 1 Medan

Hasil analisis regresi logistic menunjukkan bahwa variabel hanya variabel pembelajaran daring saja yang memiliki nilai $p < 0,05$, sementara variabel lainnya memiliki nilai $p > 0,05$. Hal ini bermakna bahwa pembelajaran daring yang memiliki pengaruh secara signifikan terhadap variabel stres pada siswa.

Tabel 5 Hasil Analisis Regresi Logistik

Variabel	B	S.E	Df	OR
Pembelajaran Daring	4,811	0,552	1	4,163
Jenis Kelamin	1,838	0,758	1	1,159
Umur	1,346	0,846	1	0,163

Hasil uji statistik menunjukkan bahwa pembelajaran online memiliki pengaruh yang nyata terhadap tingkat stres siswa selama Pandemi Covid-19. Selama pandemi, pembelajaran online menjadi pilihan untuk menjaga jarak fisik dan menghindari kerumunan, yang bertujuan untuk mencegah penyebaran virus Covid-19. Dalam pembelajaran online, teknologi informasi, seperti laptop atau gadget, digunakan untuk menghubungkan siswa dan guru, memastikan pendidikan tetap berjalan dengan baik.

Beberapa penelitian di berbagai negara dan wilayah di Indonesia, seperti yang telah diselidiki oleh Utami *dkk* (2020), menunjukkan bahwa siswa mengalami stres selama Pandemi Covid-19 disebabkan oleh beberapa faktor.

Faktor-faktor tersebut termasuk banyaknya tugas dengan tenggat waktu yang singkat, perubahan lingkungan belajar saat pembelajaran jarak jauh, kesulitan pemahaman materi, dan ketidakpastian jadwal, yang semuanya berkontribusi pada tingkat stres siswa.

Seperti penelitian sebelumnya Livana & Basthomi 2020, mengungkapkan beberapa tema yang menjadi penyebab stres pada siswa selama Pandemi Covid-19. Tema-tema tersebut meliputi:

- Beban tugas pembelajaran yang dirasakan sebagai hal yang monoton.
- Rasa bosan karena terus-terusan di rumah saja.
- Ketidakmampuan untuk bertemu dengan orang-orang yang disayangi.
- Kesulitan mengikuti pembelajaran online akibat keterbatasan sinyal.
- Keterbatasan dalam menjalankan hobi seperti biasanya.
- Tidak dapat melakukan praktik laboratorium karena keterbatasan alat.

KESIMPULAN

1. Hasil analisis penelitian terdapat dampak pengaruh yang signifikan antara variabel pembelajaran daring terhadap variabel stres pada siswa pada masa Pandemi Covid-19 ($p < 0,05$). Hipotesis alternatif (H_a) diterima, yaitu terdapat hubungan pembelajaran daring masa pandemi Covid-19 terhadap tingkat stres siswa SMA Negeri 1 Medan.
2. Penggunaan teknologi dan aplikasi media di jaman sekarang ini sangatlah mudah di akses, bahkan bagi para remaja sekolah menengah atas dalam penggunaannya dalam pembelajaran daring. Masa pandemi banyak perubahan orientasi dalam pembelajaran siswa remaja, tentunya para remaja dituntut untuk mampu beradaptasi dengan lingkungan yang baru. Perubahan ini tentunya akan menstimulus stres siswa remaja dengan dampak yang berbeda-beda. Fenomena ini tentunya peran orang tua dan keluarga sangatlah penting dalam memberikan dukungan terhadap siswa remaja dalam menekuni pendidikannya dimasa perubahan pandemi Covid-19.

DAFTAR PUSTAKA

Anugrahana A. 2020. Hambatan, Solusi dan

Harapan: Pembelajaran Daring Selama Masa Pandemi Covid-19 Oleh Guru Sekolah Dasar. *Sch J Pendidik dan Kebud.* 2020;10(3):282-289. doi:10.24246/j.js.2020.v10.i3.p282-289

Fajriyah, D.I.. 2021. Hubungan Self Regulated Learning Dengan Stres Akademik Pada Siswa Sma Negeri 1 Paciran Selama Pembelajaran Daring Di Masa Pandemi Covid-19. *Ind High Educ.* 2021;3(1):1689-1699.

<http://journal.unilak.ac.id/index.php/JIEB/article/view/3845%0Ahttp://dspace.uc.ac.id/handle/123456789/1288>

Guan, W.J., Ni, Z.Y., Hu, Y., et al.2019. Clinical Characteristics of Coronavirus Disease 2019 in China. *N Engl J Med.* 2020;382(18):1708-1720. doi:10.1056/nejmoa2002032

Holshue ML, DeBolt C, Lindquist S, et al. First Case of 2019 Novel Coronavirus in the United States. *N Engl J Med.* 2020;382(10):929-936. doi:10.1056/nejmoa2001191

Kementrian Kesehatan Republik Indonesia. 2020. Kemkes Timeline Covid-19. Kementrian Kesehatan Republik Indonesia. Published 2020. <https://www.kemkes.go.id/index.php>

Lee, J., 2020. Mental health effects of school closures during COVID-19. *Lancet Child Adolesc Heal.* 2020;4(6):421. doi:10.1016/S2352-4642(20)30109-7

Livana, Mubin, & Basthomi Y. 2020. Penyebab Stres Mahasiswa Selama Pandemi Covid-19. *Jurnsl Ilmu Keperawatan Jiwa.* 2020;3(2):203-208

Kemendikbud. 2020. Surat Edaran Mendikbud Nomor 36962/MPK.A/HK/2020 Tentang Pembelajaran Secara Daring Dan Bekerja Dari Rumah Dalam Rangka Pencegahan Penyebaran Corona Virus Disease (COVID-19).; 2020. <https://www.kemdikbud.go.id/main/blog/2020/03/se-mendikbud-pembelajaran-secara-daring-dan-bekerja-dari-rumah-untuk-mencegah-penyebaran-covid19>

Medan, P., 2022. Data Statistik Covid-19 Pemerintah Kota Medan. Published 2022.

<https://covid19.pemkomedan.go.id>

- Oktavia, W.K.,Fitroh, R 2019 Faktor-faktor yang mempengaruhi stres akademik. *Pros Semin Nas Magister Psikol Univ Ahmad Dahlan*. Published online 2019:142-149.
<http://www.seminar.uad.ac.id/index.php/snmpuad/article/view/3416/741>
- PDSKJI. 2020. Infografik 5 Bulan Pandemi COVID-19 di Indonesia. Perhimpunan Dokter Spesialis Kedokteran Jiwa Indonesia. Published 2020.
<http://pdsjki.org/>
- Utami S, Rufaidah A, Nisa A. 2020. Kontribusi Self-Efficacy Terhadap Stres Akademik Mahasiswa Selama Pandemi Covid-19 Periode April-Mei 2020. *Ter J Bimbing dan Konseling*. 2020;4(1):20-27.
doi:10.26539/terapeutik.41294
- Zhu, N., Zhang, D., Wang, W., et al. 2020. A Novel Coronavirus from Patients with Pneumonia in China, 2019. *N Engl J Med*. 2020;382(8):727-733.
doi:10.1056/nejmoa2001017