

**PERBEDAAN STRESS AKADEMIK ANTARA SISWA DAN SISWI
KELAS XI KETIKA PANDEMI COVID-19 DI SMKN 58 JAKARTA**

SKRIPSI



Oleh:

Novia Sillviarani

1601015028

**PROGRAM STUDI BIMBINGAN DAN KONSELING
FAKULTAS KEGURUAN DAN ILMU PENDIDIKAN
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH PROF. DR. HAMKA**

2020

HALAMAN PENGESAHAN

Judul Skripsi : Perbedaan Stres Akademik Antara Siswa dan Siswi Kelas XI Ketika Pandemi CIVID-19 Di SMKN 58 Jakarta

Nama : Novia Sillviarani

NIM : 1601015028

Setelah dipertahankan dihadapan Tim Penguji Skripsi, dan direvisi sesuai saran penguji.

Program Studi : Bimbingan dan Konseling

Fakultas : Keguruan dan Ilmu Pendidikan

Universitas : Muhammadiyah Prof. DR. Hamka

Hari : Sabtu

Tanggal : 31 Agustus 2020

Tim Penguji

	Nama Jelas	Tanda Tangan	Tanggal
Ketua	: Dra. Asni, M.Pd., Kons		15/12/2020
Sekretaris	: Dony Darma Sagita, M.Pd		15/12/2020
Pembimbing	: Dra. Asni, M.Pd., Kons		15/12/2020
Penguji I	: Dr. Rahmiwati Marsinun, B.A, M.Si., Kons		15/12/2020
Penguji II	: Dwi Dasalinda, M.Pd		01/10/2020

Disahkan Oleh,
Dekan



Dr. Desvian Bandarsyah, M.Pd

NIDN. 0317126903

ABSTRAK

Novia Sillviarani 1601015028 : *“Perbedaan Stress Akademik Antara Siswa Dan Siswi Kelas Xi Ketika Pandemi Covid-19 Di Smkn 58 Jakarta”*. Skripsi .Program Studi Bimbingan dan Konseling Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Muhammadiyah Prof. Dr. Hamka 2020

Penelitian ini dilatar belakangi oleh fenomena lapangan pada awal tahun 2020 ini, dunia dikejutkan dengan adanya wabah virus corona (Covid-19) yang menginfeksi hampir seluruh negara di dunia. WHO semenjak Januari 2020 telah menyatakan dunia masuk ke dalam darurat global terkait virus ini. Langkah berikutnya pemerintah mengeluarkan program krisis berupa Study From Home (SFH). Program ini merupakan jenis kegiatan belajar-mengajar yang dilakukan dari jarak jauh atau pelaksanaan belajar dari rumah. Mengingat karakteristik pembelajaran jarak jauh tersebut maka diberlakukan satu sistem pembelajaran online. Beberapa alasan tersebut juga memicu reaksi yang berbeda diantara siswa laki-laki dan perempuan, siswa laki-laki cenderung mengungkapkan stres akademik yang dialaminya dalam bentuk perilaku, misalnya siswa laki-laki yang mengalami stres akademik menjadi malas mengumpulkan tugas, adapun pada siswa perempuan stres akademik yang dialaminya diungkapkan dalam emosional/perasaan, siswa perempuan menjadi lebih sensitif ketika mengerjakan tugas, yang memang sulit dipahami ketika berlangsung pembelajaran online.

Tujuan penelitian adalah untuk mengetahui dan mendeskripsikan Perbedaan Stres Akademik Antara Siswa Dengan Siswi Kelas XI Di SMKN 58 Jakarta. Penelitian ini melibatkan 396 siswa dan siswi. Metode penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah penelitian kuantitatif. (Sugiyono, 2002:7). Adapun teknik pengumpulan data yang dilakukan dalam penelitian ini adalah angket.

Dari hasil perhitungan pada distribusi frekuensi terdapat perbedaan stres akademik yang signifikan antara siswa dan siswi SMKN 58 Jakarta, berdasarkan skor rata-rata pengisian angket, pada data siswa skor mean sebesar = 81,97 dan pada siswi skor mean yang diperoleh = 76,62 hal tersebut menunjukkan perbedaan stres akademik yang signifikan antara siswa dan siswi. Mayoritas siswa Indonesia yang mengalami stres berjenis kelamin perempuan. Mayoritas penyebab stres siswa Indonesia selama pandemi Covid-19 adalah tugas pembelajaran.

Kata Kunci: Stres akademik siswa siswa laki laki dan siswa perempuan.

ABSTRACT

Novia Sillviarani 1601015028: *"The Difference in Academic Stress Between Class Xi Students And Students During the Covid-19 Pandemic At Smkn 58 Jakarta"*. Thesis. Study Program of Guidance and Counseling Faculty of Teacher Training and Education Prof. Muhammadiyah University. Dr. Hamka 2020

This research is motivated by field phenomena at the beginning of 2020, the world was shocked by the outbreak of the corona virus (Covid-19) which has infected almost all countries in the world. Since January 2020, WHO has declared the world into a global emergency related to this virus. The government's next step is to issue a crisis program in the form of Study From Home (SFH). This program is a type of teaching and learning activity carried out from a distance or implementing learning from home. Given the characteristics of distance learning, an online learning system is applied. Some of these reasons also trigger different reactions between male and female students, male students tend to express academic stress in the form of behavior, for example male students who experience academic stress become lazy to collect assignments, as for female students who experience academic stress. what she experienced was expressed in emotional / feeling, female students became more sensitive when doing assignments, which was difficult to understand when online learning took place.

The research objective was to determine and describe the differences in academic stress between students and class XI students at SMKN 58 Jakarta. This study involved 396 students and female students. The research method used in this research is quantitative research. (Sugiyono, 2002: 7). The data collection technique used in this study was a questionnaire.

From the results of calculations on the frequency distribution, there is a significant difference in academic stress between students of SMKN 58 Jakarta, based on the average score for filling out the questionnaire, in the student data the mean score is = 81.97 and the mean score for students is 76.62. This shows a significant difference in academic stress between students and students. The majority of Indonesian students who experience stress are female. The majority of stressors for Indonesian students during the Covid-19 pandemic are learning tasks

Keywords: academic stress of male students and female students..

DAFTAR ISI

HALAMAN PENGESAHAN	i
HALAMAN PERSETUJUAN	ii
ABSTRAK	iii
ABSTRACT	iv
KATA PENGANTAR	v
DAFTAR ISI	vii
DAFTAR TABEL	x
DAFTAR GAMBAR	xi
.DAFTAR LAMPIRAN	xii
BAB 1 PENDAHULUAN	1
A. Latar Belakang Masalah.....	1
B. Identifikasi Masalah	6
C. Batasan Masalah.....	7
D. Rumusan Masalah	7
E. Manfaat Penelitian	7
BAB II KAJIAN TEORI	9
A. Deskripsi Teoritis	9
1. Stres Akademik	9
a. Pengertian stres akademik	9
b. Aspek-aspek stres akademik	10
c. Faktor-faktor yang mempengaruhi stres akademik	12
d. Reaksi dari stresor	13
e. Strategi coping	14
2. Jenis Kelamin (Gender).....	15

a.	Definisi gender	15
b.	Kesetaraan dan ketimpangan gender	18
3.	Pengertian peserta didik	20
B.	Penelitian Relevan	21
C.	Kerangka Berfikir	25
D.	Hipotesis Penelitian	27
BAB III METODOLOGI PENELITIAN		28
A.	Tujuan Penelitian	28
B.	Tempat Dan Waktu Penelitian	28
1.	Tempat penelitian	28
2.	Waktu penelitian	28
C.	Metode Penelitian	29
D.	Populasi Dan Sampel Penelitian	30
1.	Populasi	30
2.	Sampel	31
3.	Teknik Pengambilan Sampel	31
4.	Ukuran Sampel	32
E.	Teknik Pengumpulan Data	33
1.	Instrumen Stres Akademik	33
a.	Definisi konseptual	33
b.	Definisi operasional	34
c.	Jenis instrumen	34
d.	Kisi-kisi instrumen	35
2.	Pengujian Validitas Dan Perhitungan Reliabilitas	40
a.	Uji validitas	40
b.	Uji reliabilitas	42
F.	Teknik Analisis Data	44
1.	Deskripsi data	44
2.	Pengujian persyaratan analisis	45
3.	Pengujian hopotesis	46

BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN	48
A. Deskripsi Data	48
1. Analisis uji instrumen	48
a. Pengujian validitas	48
b. Uji reabilitas	49
2. Deskripsi data hasil penelitian	49
a. Stres akademik siswa (X)	50
b. Stres akademik siswi (Y)	51
B. Pengujian Persyaratan Analisis	54
1. Uji normalitas	54
2. Uji Homogenitas	55
C. Pengujian Hipotesis	56
D. Pembahasan Hasil Penelitian	56
E. Keterbatasan Penelitian	58
BAB V KESIMPULAN DAN SARAN	60
A. Kesimpulan	60
B. Saran	60
DAFTAR PUSTAKA	62
LAMPIRAN	
DAFTAR RIWAYAT HIDUP	

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Pada awal tahun 2020 ini, dunia dikejutkan dengan adanya wabah virus corona (Covid-19) yang menginfeksi hampir seluruh negara di dunia. *WHO* semenjak Januari 2020 telah menyatakan dunia masuk ke dalam darurat global terkait virus ini. Ini merupakan fenomena luar biasa yang terjadi di bumi pada abad ke 21, yang skalanya mungkin dapat disamakan dengan Perang Dunia II, karena even-even skala besar (pertandingan-pertandingan olahraga internasional contohnya) hampir seluruhnya ditunda bahkan dibatalkan. Kondisi ini pernah terjadi hanya pada saat terjadi perang dunia saja, tidak pernah ada situasi lainnya yang dapat membatalkan acara-acara tersebut. Terhitung mulai tanggal 19 Maret 2020 sebanyak 214.894 orang terinfeksi virus corona, 8.732 orang meninggal dunia dan pasien yang telah sembuh sebanyak 83.313 orang. (Covid- et al., 2020)

Menurut Ramadhan Tosepu (2020) di Indonesia pada 2 Maret 2020, Indonesia telah melaporkan 2 kasus covid-19 yang dikonfirmasi. Pada 29 Maret 2020, kasus ini meningkat menjadi 1.285 kasus di 30 provinsi. Lima provinsi tertinggi dalam kasus Covid-19 adalah Jakarta (675), Jawa Barat (149), Banten (106), Jawa Timur (90), dan Jawa Tengah (63) (Kementerian

Kesehatan Republik Indonesia, 2020). Peningkatan jumlah kasus terjadi cukup cepat dan telah terjadi penyebaran antar negara. Menanggapi hal itu, *WHO*

menetapkan co-19 sebagai pandemi (Cucinotta dan Vanelli, 2020). Perilaku yang tidak normal yang ditunjukkan oleh fenomena diatas memicu peneliti untuk menganalisa lebih jauh secara psikologi mengapa hal tersebut dapat terjadi di saat kondisi negara sedang dalam keadaan bencana dan bagaimana cara mengatasinya.

Terhitung sejak pertengahan bulan maret 2020 pemerintah telah menerpakan kebijakan *Study From Home (SFH)*. Kebijakan ini diberlakukan untuk semua tingkat pendidikan, mulai dari pendidikan usia dini hingga perguruan tinggi. *SFH* merupakan penanganan darurat pada pembelajaran selama pandemi virus corona atau Covid-19. *SFH* diterapkan melalui pembelajaran online berbasis teknologi internet. Pemerintah Indonesia telah melakukan semua tahapan manajemen krisis di bidang pendidikan sebagai upaya penanganan kondisi darurat Covid-19. Mulai dari pra-krisis diantaranya menginstruksikan kepada semua pimpinan yang terdapat pada lembaga pendidikan untuk menginventarisasi masalah yang dihadapi menyusul terjadinya pandemi Covid-19.

Langkah berikutnya pemerintah mengeluarkan program krisis berupa *Study From Home (SFH)*. Program ini merupakan jenis kegiatan belajar-mengajar yang dilakukan dari jarak jauh atau pelaksanaan belajar dari rumah. Mengingat karakteristik pembelajaran jarak jauh tersebut maka diberlakukan

satu sistem pembelajaran online. Teknologi online diharapkan mampu menjadi solusi sebagai media pembelajaran selama pandemi Covid-19. Selama *SFH*, pemerintah juga melakukan monitoring dan evaluasi.

Akan tetapi dalam prosesnya, pembelajaran online (*SFH*) yang dilakukan juga terdapat beberapa kendala yang menyebabkan siswa mengalami stress akademik. Stres akademik adalah salah satu jenis stres yang bersumber dari kegiatan akademik atau proses belajar, stres akademik timbul karena adanya tekanan akademik (*academic pressure*) dan tekanan teman sebaya (*peer pressure*). Banyaknya tuntutan yang harus dipenuhi oleh siswa, terutama di bidang akademik membuat siswa rentan untuk mengalami stres akademik.

Stres akademik merupakan salah satu masalah belajar yang banyak ditemui di sekolah. Konselor perlu merancang layanan bimbingan belajar yang tepat. Siswa yang mengalami stres akademik memerlukan upaya bantuan bimbingan akademik yang bersifat responsif. Layanan responsif merupakan pemberian bantuan kepada siswa yang menghadapi kebutuhan dan masalah yang memerlukan pertolongan dengan segera, sebab jika tidak segera dibantu dapat menimbulkan gangguan dalam proses pencapaian tugas-tugas perkembangan (ABKIN, 2007).

Adapun terkait permasalahan stres akademik ini juga memiliki beberapa aspek, menurut Harjana (2017:14) “Terdapat 4 aspek dalam stres akademik yaitu, fisik, emosional, intelektual, interpersonal”. berdasarkan pendapat tersebut maka stres akademik pada masing-masing siswa dapat berbeda, karena

hal tersebut dapat dilihat dari beberapa aspek. misalnya siswa A dan B yang memiliki fisik maupun interpersonal berbeda akan memiliki stres akademik yang berbeda pula.

Selain itu Faktor yang mempengaruhi Stres Akademik, Menurut Yumba (2017: 16) “Terdapat faktor-faktor yang mempengaruhi stres akademik, yaitu: Hubungan dengan Orang Lain, Faktor Personal, Faktor Akademis, Faktor Lingkungan”. Berdasarkan pendapat tersebut, maka dalam hal ini peneliti menekankan pada faktor personal, adapun faktor personal tersebut mencakup hal-hal yang bersifat personal oleh individu yang berupa pola tidur, pola makan, kesulitan keuangan, masalah kesehatan, tanggung jawab yang harus dilakukan, dan tekanan serta jenis kelamin.

Berdasarkan uraian diatas, maka Perbedaan jenis kelamin pada siswa juga dapat mempengaruhi stres akademik antara siswa dan siswi. Adapun stres akademik merupakan tekanan-tekanan yang terjadi didalam diri siswa dimana kondisi tersebut disebabkan oleh persaingan, tekanan, maupun tuntutan akademik yang diperuntukkan kepada siswa, hal tersebut muncul karena adanya tekanan-tekanan untuk menunjukkan prestasi dan keunggulan dalam kondisi persaingan akademik yang semakin meningkat sehingga mereka semakin terbebani oleh berbagai tekanan dan tuntutan dalam pembelajaran yang harus dikerjakan. Selain itu stres akademik siswa juga dapat dipengaruhi oleh pandemi yang muncul baru-baru ini yaitu virus covid-19.

Adanya covid 19 menyebabkan siswa harus belajar secara online, perubahan sistem pembelajaran dari semula tatap muka langsung di kelas menjadi online tentu saja berimplikasi pada perbedaan stres akademik pada siswa dan siswi. Berdasarkan hasil wawancara yang dilakukan secara online dengan beberapa siswa siswi kelas XI SMKN 58 Jakarta, didapatkan garis besar permasalahan yang menyatakan bahwa pembelajaran online yang berlangsung selama covid 19 membuat siswa mengalami beberapa kendala seperti : (1) Kesulitan yang dialami siswa dalam memahami materi pembelajaran. (2) Komunikasi guru dan siswa berlangsung kurang efektif. (3) Kendala yang dialami siswa ketika harus mengumpulkan tugas (4) Kurangnya diskusi maupun sosialisasi dengan teman sebaya.

Dari beberapa uraian diatas, penulis dapat menarik dua konsensus atau kesepakatan siswa tentang pengalaman mereka. Pertama, siswa sepakat bahwa kegiatan pembelajaran secara online jauh lebih rumit dibandingkan dengan kelas tatap muka langsung. Kedua, terdapat perbedaan persepsi tentang perasaan nyaman dan tidak nyaman selama mengikuti kelas online. Siswa sepakat bahwa sistem online membuat situasi belajar lebih rumit. Situasi ini dirasakan siswa ketika mereka harus membiasakan diri untuk mengerjakan tugas dari tiap mata pelajaran. Ditambah deadline tugas yang bersamaan dalam rentang 1 pekan. Kerumitan bertambah lagi ketika mereka harus mengerjakan tugas tersebut secara mandiri tanpa ada teman diskusi seperti halnya belajar tatap muka di kelas.

Selain itu berdasarkan hasil wawancara yang telah dilakukan oleh peneliti, SMKN 58 Jakarta juga memang memberlakukan tuntutan belajar yang tinggi kepada siswa dan siswinya dalam hal pencapaian hasil akademik. Siswa di sekolah ini diharuskan memiliki prestasi akademik yang baik, sehingga di antara siswa tidak jarang muncul persaingan dalam hal pencapaian hasil belajar dan timbulnya kekhawatiran pada turunnya peringkat di kelas

yang membuat mereka merasa tertekan dan berujung pada stres akademik, hal tersebut semakin meningkat pada masa pandemi covid 19 ini. dengan berlakunya sistem belajar online, siswa merasa tidak dapat belajar dengan optimal karena tidak dapat tatap muka langsung dengan guru dan tidak bisa diskusi secara langsung ketika ada tugas yang belum di mengerti, baik dengan guru maupun dengan teman.

Beberapa alasan tersebut juga memicu reaksi yang berbeda diantara siswa laki-laki dan perempuan, siswa laki-laki cenderung mengungkapkan stres akademik yang dialaminya dalam bentuk perilaku, misalnya siswa laki-laki yang mengalami stres akademik menjadi malas mengumpulkan tugas, adapun pada siswa perempuan stres akademik yang dialaminya diungkapkan dalam emosional/perasaan, siswa perempuan menjadi lebih sensitif ketika mengerjakan tugas, yang memang sulit dipahami ketika berlangsung pembelajaran online.

Berdasarkan beberapa uraian diatas, maka dalam hal ini peneliti tertarik untuk mengkaji lebih lanjut tentang Perbedaan Stress Akademik Antara Siswa dan Siswi Kelas XI Ketika Pandemi Covid 19 Di SMKN 58 Jakarta.

B. Identifikasi Masalah

Berdasarkan latar belakang diatas, dapat diidentifikasi masalah penelitian sebagai berikut:

1. Beberapa siswa laki -laki mengalami stres akademik.
2. Banyak siswa perempuan mengalami stres akademik.
3. Perbedaan stres akademik siswa dengan siswi

C. Batasan Masalah

Peneliti membatasi masalah penelitian pada Perbedaan Stress Akademik Antara Siswa Dengan Siswi Kelas XI di SMKN 58 Jakarta.

D. Rumusan Masalah

Rumusan masalah penelitian apakah terdapat Perbedaan Stress Akademik Antara Siswa Dengan Siswi Kelas XI di SMKN 58 Jakarta

E. Manfaat Penelitian

Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan manfaat secara teoritis dan praktis.

1. Manfaat Teoritis

Penelitian ini diharapkan dapat mengembangkan keilmuan yang terkait dengan stres akademik siswa. Sehingga diharapkan penelitian ini dapat memberikan sumbangsih terhadap perkembangan keilmuan terutama dalam bidang psikologi pendidikan khususnya mengenai stres akademik siswa SMKN 58 Jakarta.

2. Manfaat Praktis

a. Orang Tua

Dapat menambah pengetahuan bagi orang tua dalam mendidik anak, dan dapat menjadi bekal bagi orang tua di kemudian hari dalam mendidik anak

b. Guru BK

Hasil penelitian ini dapat menjadi salah satu masukan atau pertimbangan yang dapat diterapkan oleh para guru dalam mendidik siswa.

c. Peneliti Selanjutnya

Penelitian ini sebagai referensi bagi peneliti lain yang tertarik untuk meneliti tentang stres anak.

DAFTAR PUSTAKA

- Akademik, S., Julika, S., & Setiyawati, D. (2019). *Kecerdasan Emosional* ., 5(1), 50–59. <https://doi.org/10.22146/gamajop.47966>
- Annisa, D. F., & Ifdil, I. (2016). Konsep Kecemasan (Anxiety) pada Lanjut Usia (Lansia). *Konselor*, 5(2), 93. <https://doi.org/10.24036/02016526480-0-00>
- Barseli, M., Ifdil, I., & Nikmarijal, N. (2017). *Konsep Stres Akademik Siswa*. 5(2005), 143–148.
- Covid-, V., Yunus, N. R., & Rezki, A. (2020). *Kebijakan Pemberlakuan Lock Down Sebagai Antisipasi Penyebaran Corona Kebijakan Pemberlakuan Lockdown Sebagai Antisipasi Penyebaran Corona Virus Covid-19 *.* March. <https://doi.org/10.15408/sjsbs.v7i3.15083>
- Darin E.Hartley. *Selling E-Learning*. American Society for Training and Development. 2001
- Dong, E., Du, H., & Gardner, L. (2020). COVID-19 in real time. *The Lancet Infectious Diseases*, 20(5), 533–534. [https://doi.org/10.1016/S1473-3099\(20\)30120-1](https://doi.org/10.1016/S1473-3099(20)30120-1)
- Glossary of e - Learning Terms (2001). Learn Frame.Com.
- Hayati, N. (2020). Metode Pembelajaran Daring / E-Learning. *ResearchGate*, April.
- Ii, B. A. B., & Akademik, A. S. (2010). *No Title*. 12–26.
- ILRT. (2005). Institute for learning & research technology of Bristol University. Retrieved 20 Agustus 2020. from <http://www.ilrt.bris.ac.uk/projects/elearning>.
- Life-Span Development (PDFDrive.com) (1).pdf*. (n.d.).
- Nurmalasari, Y., & Yustiana, Y. R. (1980). *Efektivitas restrukturisasi kognitif dalam menangani stres akademik siswa*.
- Oktawirawan, D. H. (2020). *Faktor Pemicu Kecemasan Siswa dalam Melakukan Pembelajaran Daring di Masa Pandemi Covid-19*. 20(2), 541–544. <https://doi.org/10.33087/jiubj.v20i2.932>

Smaldino, Sharon, James D. Russel, Robert Heinich, Michael Molenda. 2005. *Instructional Technology and Media for Learning*. Pearson Merrill Prentice Hall, Upper Saddle river, New Jersey : Colomcus Ohio.

Stress, G., & Koping, P. S. (2017). *DESKRIPSI GEJALA STRES AKADEMIK DAN KECENDERUNGAN PILIHAN STRATEGI KOPING SISWA BERBAKAT* Amy Noerul Azmy 1 , Achmad Juntika Nurihsan 2 , dan Eka Sakti Yudha 2. 197–208.

Urdu, T. A., & Weggen, C. C. (2000). Corporate e-learning: Exploring a new frontier. Retrieved 20 Agustus 2020.

Wantika, W., & Nasution, S. P. (2019). Analisis Kesulitan Belajar dalam Memahami Kecemasan Peserta Didik pada Pembelajaran Matematika. *Desimal: Jurnal Matematika*, 2(1), 49–57. <https://doi.org/10.24042/djm.v2i1.2027>