

BAB I

PENDAHULUAN

I.1 Latar Belakang

Fenomena pandemi Covid 19 juga mempengaruhi penyelenggaraan pendidikan, di mana pemerintah harus mencari solusi dengan cara yang berbeda agar kegiatan belajar berjalan dengan baik meski siswa tidak datang ke sekolah (Priyanti, Mardi dan Fauzi, 2021). Pembelajaran daring sebagai suatu pengajaran yang memanfaatkan jaringan area lokal dan jaringan internet sebagai metode yang digunakan untuk interaksi dalam pembelajaran seperti penyampaian bahan materi (Jatira dan S, 2021). Model pembelajaran online adalah suatu cara pembelajaran pilihan pengajar guna melakukan proses mengajar yang tepat dan efisien untuk menggapai tujuan pengajaran melalui pemanfaatan kehadiran jaringan internet beserta komputer (Yunitasari dan Hanifah, 2020). Jadi pembelajaran daring atau pembelajaran daring merupakan pengajaran yang dapat dilaksanakan dari jarak jauh, dengan menggunakan teknologi melalui suatu jaringan internet atau jaringan area lokal. Dalam proses daring juga terdapat dampak positif dan negatif yang di dapatkan oleh siswa.

Pandemi covid 19 masih terus berlanjut membawa perubahan pada proses pembelajaran. Pembelajaran daring awalnya dianggap positif oleh sebagian peserta didik tapi pada proses pengajaran, tidak sedikit peserta didik yang mengalami berbagai kesusahan. Beragam kesusahan ini diantaranya seperti sinyal kurang menunjang, sebagian peserta didik kuotanya tidak mencukupi, beragam hambatan saat belajar di rumah, siswa cenderung merasa tidak fokus dalam pembelajaran tanpa interaksi langsung dengan guru maupun siswa lainnya, materi yang disampaikan sukar dimengerti serta minimnya persiapan dosen ketika mempersiapkan materi (Gunadha & Rahmayunita, 2020; Utami et al., 2020 dalam

Della Yunita, 2022

HUBUNGAN MEKANISME KOPING DAN DUKUNGAN SOSIAL DENGAN STRESS AKADEMIK SAAT PANDEMI COVID-19 DI SMK MULIA KARYA HUSADA

UPN Veteran Jakarta, Fakultas Ilmu Kesehatan, Keperawatan Program Sarjana

[www.upnvj.ac.id-www.library.upnvj.ac.id- www.repository.upnvj.ac.id]

(Jatira dan S, 2021). Komisi Perlindungan Anak Indonesia (KPAI) mendapatkan pealporan bahwasanya kisaran 79,9% peserta didik tidak menyukai belajar dari rumah dikarenakan 76,8% pendidik tidak berinteraksi dan hanya memberikan tugas (Jatira dan S, 2021). Adanya perubahan pada lingkungan, suasana pembelajaran menjadi penyebab dalam timbulnya stress akademik. Pembelajaran secara jarak jauh membuat beban tugas siswa menjadi lebih banyak (Priyanti, Mardi dan Fauzi, 2021).

Dengan data itu bisa diamati manakala sistem belajar *online* bisa mengakibatkan peluang adanya stres bagi peserta didik jadi menaik, khususnya peserta didik sekolah menengah di tingkatan akhir. Stress akademik merupakan suatu tekanan atau beban yang terjadi pada siswa yang disebabkan oleh persaingan atau tuntutan akademik. Selain itu stress akademik terjadi ketika ada keinginan untuk menggapai serta mencapai suatu prestasi akademik menaik, baik berasal datang dari orang tua, pendidik, dan juga kawan (Barseli, Ifdil dan Fitria, 2020). Stress akademik juga dapat disebabkan dari salah satu ekspektasi yang cukup besar, informasinya yang cenderung menjadi ambisi yang berlebihan dan tidak realistis, tekanan akademis, dan peluang yang terbatas, dan salah satu daya saing tinggi (Yusuf dan Yusuf, 2020). Menurut Yang and Smith dalam (Agustiningsih, 2019) salah satu masalah timbulnya stress akademik yaitu dengan adanya rasa takut akan kegagalan, lingkungan yang sangat berkompetitif serta beban yang begitu banyak. Sehingga hal tersebut akan dapat mengakibatkan siswa merasakan adanya tekanan dan akan menimbulkan stress. Masalah yang dirasakan siswa akibat kejenuhan belajar, seperti marah, tidak khawatir tentang tugas, tidak peduli dengan nilai, kebosanan, hipersensitivitas, kegelisahan, tidak bekerja, merasa tertekan, sering sulit tertidur, mudah sakit, menyebabkan stres, dan lain sebagainya (Zaenab, 2022). Dari paparan diatas dapat disimpulkan bahwa stres berarti tanggapan individu dalam menyelaraskan dirinya terhadap beragam tuntutan yang berjalan dalam hidupnya.

Ketika seorang individu mengalami tuntutan dan tekanan yang begitu berat, tentunya individu akan melakukan upaya mekanisme koping untuk mengatasi tekanan serta stres tersebut. Koping berarti usaha kognitif serta tingkah laku yang dapat digunakan agar mengatasi stress (Agustiningsih, 2019). Koping atau solusi

Della Yunita, 2022

HUBUNGAN MEKANISME KOPING DAN DUKUNGAN SOSIAL DENGAN STRESS AKADEMIK SAAT PANDEMI COVID-19 DI SMK MULIA KARYA HUSADA

UPN Veteran Jakarta, Fakultas Ilmu Kesehatan, Keperawatan Program Sarjana

[www.upnvj.ac.id-www.library.upnvj.ac.id- www.repository.upnvj.ac.id]

merupakan suatu mekanisme yang digunakan seseorang untuk menangani perubahan yang dihadapi, beban yang diterima badan dan itu menyebabkan reaksi tubuh yang bersifat nonspesifik yaitu stress. Jika strategi koping ini berhasil, individu dapat beradaptasi dengan perubahan atau beban itu (Farhan, 2020). Mekanisme Koping adalah strategi mental yang dibuthkan dan dilakukan seorang untuk mengatasi masalah (Kardiatun, 2021). Strategi koping adalah semua upaya yang ditujukan atau dilakukan guna mengatasi atau mengelola stress yang bersifat konstruktif atau destruktif (Stuart, 2016).

Selain mekanisme koping yang dapat mengatasi tekanan dan stress, dukungan sosial juga dapat mempenagruhi keadaan stress seseorang. Dukungan sosial merupakan salah satu bentuk pemberian baik informasi di mana seseorang individu akan merasa dirinya di cintai dan diperhatikan, dapat merasa dihormati dan dihargai dan ada hubungan timbal balik yang baik dari sesama lingkungan sosial, orang tua, teman sebaya maupun guru. Remaja dengan dukungan sosial dari teman sebaya cenderung mampu mengatasi masalah-masalah dengan baik dan meningkatkan kualitas hidup mereka seperti prestasi belajar dan daya saing, dibandingkan dengan anak-anak tanpa dukungan sosial dari teman sebayanya. (Wijaya dan Widiyasavitri, 2019). Sumber dukungan sosial di samping bersumber dari orang tuanya adalah berasal dari teman sebaya. Remaja dengan dukungan sosial yang tidak adekuat menyebabkan terjadinya atau timbulnya masalah kesehatan mental (Raufida, Wardani dan Panjaitan, 2021). Dukungan sosial mempunyai suatu peran besar dalam mengurangi ansietas atau kecemasan academies siswa. Kecemasan akademis mengganggu pola pikir mereka dan kehilangan rasa kegembiraan saat proses pendidikan dan pembelajaran berlangsung akibat kekhawatiran di masa depan (Priyanti, Mardi dan Fauzi, 2021).

Adapun melalui studi pendahuluan yang dilakukan di SMK Mulia Karya Husada didapatkan beberapa dukungan sosial yang hadir baik melalui kawan dan juga orang tua serta orang yang berarti, yang dapat memberikan perhatian dan informasi serta solusi untuk mengatasi masalah yang dihadapi. Dari data tersebut membuat dukungan sosial yang datang dari tman sebaya, orang tua dan orang yang berarti berpengaruh kepada stres akademik. Hal itu didukung terhadap riset yang

Della Yunita, 2022

HUBUNGAN MEKANISME KOPING DAN DUKUNGAN SOSIAL DENGAN STRESS AKADEMIK SAAT PANDEMI COVID-19 DI SMK MULIA KARYA HUSADA

UPN Veteran Jakarta, Fakultas Ilmu Kesehatan, Keperawatan Program Sarjana

[www.upnvj.ac.id-www.library.upnvj.ac.id- www.repository.upnvj.ac.id]

dilaksanakan oleh (Fredericksen Amseke1, dkk 2021) yang menunjukkan hasil dukungan sosial orang tua beserta konsep dirinya memberi pengaruhnya positif dan bersignifikan kepada motivasi berprestasi dan stres yang dialami siswa sebesar 71,8%.

Kondisi stres bila dibiarkan dapat membahayakan kondisi psikologis maupun fisiologis, maka dari itu stress tidak dapat dibiarkan (Jatira dan S, 2021). Stres akademik yang tidak teratasi akan dapat menyebabkan depresi (Agustiningih, 2019). Dari paparan diatas dapat disimpulkan bahwasanya stress berarti tanggapan atau reaksi seseorang untuk beradaptasi terhadap tuntutan yang muncul dalam kehidupannya. Tuntutan itu bisa mencakup sesuatu baru yang mungkin terjadi. Jika kondisi tersebut tidak diselesaikan dengan benar akan menyebabkan keadaan yang cukup terganggu dalam satu ataupun lebih organ tubuh yang akibatnya seorang tidak dapat melakukan aktifitasnya dengan baik (Barseli, Ifdil dan Fitria, 2020).

Perawat mempunyai peranan merupakan pendidik yang mana perawat dapat memberi informasi serta edukasi terkait stress, tanda gejala dari stress yang dialami, penyebab stress yang terjadi dan strategi koping yang dapat digunakan untuk meminimalisir terjadinya stress akademik pada siswa. Perawat juga dapat bertindak selaku konselor yakni merupakan tempat dalam melaksanakan konsultasi tentang tekanan yang dialami siswa. Dan dapat mendiskusikan apa yang harus dilakukan untuk mengatasi stress yang dialami dengan mendiskusikan mekanisme koping yang tepat.

I.2 Rumusan Masalah

I.2.1 Identifikasi Masalah

Setelah melakukan studi pendahuluan hasil dari studi pendahuluan yang dilakukan di SMK Mulia Karya Husada melalui wawancara dengan kepala sekolah bahwa jumlah siswa yang tercatat secara lengkap dari kelas 10 sampai kelas 12 berjumlah 226 siswa. Dalam wawancara kepala sekolah juga mengatakan bahwa belum ada yang meneliti terkait stress akademik dan mekanisme koping disekolahnya. Dalam studi pendahuluan periset telah melakukan penyebaran

Della Yunita, 2022

HUBUNGAN MEKANISME KOPING DAN DUKUNGAN SOSIAL DENGAN STRESS AKADEMIK SAAT PANDEMI COVID-19 DI SMK MULIA KARYA HUSADA

UPN Veteran Jakarta, Fakultas Ilmu Kesehatan, Keperawatan Program Sarjana

[www.upnvj.ac.id-www.library.upnvj.ac.id- www.repository.upnvj.ac.id]

google form diisi oleh 36 peserta didik dari kelas X serta kelas XI yang mana mayoritas berumur 15 Tahun sejumlah 16 orang (43,5%). Periset menjumpai sebanyak 28 siswa (77,8%) yang merasa tidak puas dengan nilai akademiknya, 28 siswa (77,8%) merasa terlalu banyak mendapat tugas disekolahnya. Sebanyak 27 siswa (75%) merasa bahwa nilai akademik adalah sesuatu yang sangat penting untuk masa depannya, bahkan sangat menentukan kehidupannya, 36 siswa (100%) merasa sudah membuat kecewa orang tuanya ketika nilainya buruk. Sebanyak 21 siswa (58,3%) merasakan ketidakpercayaan diri serta malu atas nilai akademiknya, 19 siswa (52,8%) merasa susah berkonsentrasi selama pelajaran sedang diberlangsungkan, 29 siswa (80,6%) merasa terbebani saat tidak dapat terpenuhi standarisasi yang telah ia buat, 21 siswa (58,3%) mengeluh sulit sampai tidak bisa tidur dikarenakan sikap khawatir ketika dirinya tidak dapat terpenuhi tujuan yang sudah dibuat. Bisa berkesimpulan bahwasanya peserta didik yang melaksanakan proses pengajaran daring mengalami tekanan yang cukup berat dalam menjalani proses pembelajaran.

Terdapat sebanyak 20 (56%) siswa mengatakan orang tua ada disekitar ketika ia sedang membutuhkan dukungan, Sebanyak 18 (50%) siswa mengatakan terdapat orang tua yang ada untuk berbagi suka dan duka, sebanyak 21 (54%) siswa dapat berbagi suka dan dukanya juga dengan teman, dan sebanyak 3 (8%) siswa mengatakan tidak ada orang disekitarnya untuk berbagi suka dan duka. Sebanyak 28 siswa (77,7%) mengatakan setuju bahwa keluarga benar-benar mencoba membantu dalam pembelajaran. Dari data diatas dapat dilihat bahwa rerata peserta didik memperoleh dukungan cukup baik dari orang tuanya serta kawan sebayanya.

Selanjutnya terdapat sebanyak 20 siswa (55,6%) selalu mengupayakan untuk berusaha untuk berpikir akan hal harus melakukan sesuatu hal yang dapat dilakukan guna mengatasi konflik yang dialami, sebanyak 14 siswa (38,9%) jarang bertukar pikiran atau bertukar pikiran dengan orang di sekitar agar mencari solusi atas permasalahan yang dijumpai, sebanyak 32 siswa (88,9%) mengatakan sering berusaha membuat strategi tentang apa yang sebaiknya dilakukan untuk mengatasi masalah. Sebanyak 27 siswa (75%) mengatakan sering mengkritik dirinya sendiri saat mendapatkan masalah. Sebanyak 19 siswa (52,7%) mengatakan bahwa ia

Della Yunita, 2022

HUBUNGAN MEKANISME KOPING DAN DUKUNGAN SOSIAL DENGAN STRESS AKADEMIK SAAT PANDEMI COVID-19 DI SMK MULIA KARYA HUSADA

UPN Veteran Jakarta, Fakultas Ilmu Kesehatan, Keperawatan Program Sarjana

[www.upnvj.ac.id-www.library.upnvj.ac.id- www.repository.upnvj.ac.id]

menyalahkan diri sendiri untuk hal-hal yang terjadi. Melalui data yang didapatkan tersebut, bisa diamati yakni siswa belum menemukan mekanisme coping yang efektif dalam menyelesaikan masalah yang sedang dialami.

I.2.2 Pertanyaan Penelitian

Melalui perumusan permasalahan tersebut yang sudah dijelaskan, pertanyaan yang didapat pada penelitian yang akan diteliti adalah sebagai berikut:

- a. Apa saja bentuk dukungan sosial pada siswa-siswi Mulia Karya Husada dalam proses belajar selama wabah Covid-19?
- b. Bagaimana mekanisme coping siswa menghadapi tuntutan serta tekanan pembelajaran pada siswa-siswi Mulia Karya Husada dalam proses belajar selama wabah Covid-19?
- c. Bagaimana tingkat stress akademik pada siswa-siswi Mulia Karya Husada dalam proses belajar selama wabah Covid-19?
- d. Bagaimana hubungan mekanisme coping terhadap stress akademik dalam proses belajar pada siswa-siswi Mulia Karya Husada selama wabah Covid-19?
- e. Bagaimana hubungan dukungan sosial terhadap stress akademik dalam proses belajar pada siswa-siswi Mulia Karya Husada selama wabah Covid-19?

I.3 Tujuan

I.3.1 Tujuan Umum

Pada pelaksanaan riset berikut mempunyai tujuan umum yakni supaya memahami relasi mekanisme coping dan dukungan sosial terhadap stress akademik siswa-siswi SMK Mulia Karya Husada pada saat masa pandemi Covid-19.

I.3.2 Tujuan Khusus

Tujuan khususnya pada riset berikut yakni guna melakukan pengidentifikasian:

Della Yunita, 2022

HUBUNGAN MEKANISME KOPING DAN DUKUNGAN SOSIAL DENGAN STRESS AKADEMIK SAAT PANDEMI COVID-19 DI SMK MULIA KARYA HUSADA

UPN Veteran Jakarta, Fakultas Ilmu Kesehatan, Keperawatan Program Sarjana

[www.upnvj.ac.id-www.library.upnvj.ac.id- www.repository.upnvj.ac.id]

- a. Melaksanakan identifikasi gambaran karakteristik siswa didasarkan atas umur serta jenis kelamin pada SMK Mulia Karya Husada
- b. Melaksanakan identifikasi gambaran karakteristik siswa berdasarkan metode pembelajaran dan fasilitas yang digunakan saat proses pengajaran ketika wabah covid-19
- c. Melaksanakan identifikasi gambaran dukungan sosial peserta didik SMK Mulia Karya Husada mengenai proses pengajaran ketika wabah Covid-19
- d. Melaksanakan identifikasi gambaran mekanisme coping peserta didik SMK Mulia Karya Husada mengenai proses pengajaran ketika wabah Covid-19
- e. Melaksanakan identifikasi gambaran mekanisme coping yang berfokus pada masalah pada siswa SMK Mulia Karya Husada terkait proses pembelajaran saat wabah Covid-19
- f. Mengidentifikasi gambaran mekanisme coping yang berfokus pada emosi pada siswa SMK Mulia Karya Husada terkait proses pembelajaran saat wabah Covid-19
- g. Melaksanakan identifikasi gambaran stress akademik siswa SMK Mulia Karya Husada terkait proses pembelajaran saat wabah Covid-19
- h. Menganalisis hubungan mekanisme coping serta dukungan sosial dengan stress akademik dalam proses pembelajaran pada siswa SMK Mulia Karya Husada saat wabah Covid-19

I.4 Manfaat Penelitian

Hasil pelaksanaan riset diinginkan bisa membawa beberapa manfaat bagi pembaca ataupun pihak terkaitnya, yakni:

- a. Bagi Remaja

Menyediakan pengetahuan kepada siswa-siswi mengenai pentingnya mekanisme coping dan sumber coping baik dari orang tua, teman sebaya, maupun guru dalam membantu serta mengurangi stress akademik serta termotivasi untuk meningkatkan hubungannya.

- b. Bagi Sekolah

Della Yunita, 2022

HUBUNGAN MEKANISME KOPING DAN DUKUNGAN SOSIAL DENGAN STRESS AKADEMIK SAAT PANDEMI COVID-19 DI SMK MULIA KARYA HUSADA

UPN Veteran Jakarta, Fakultas Ilmu Kesehatan, Keperawatan Program Sarjana

[www.upnvj.ac.id-www.library.upnvj.ac.id- www.repository.upnvj.ac.id]

Memberikan pengetahuan kepada guru dan staf pengajar mengenai hubungan mekanisme koping dan dukungan sosial terhadap stres akademik remaja di era pandemic covid 19, serta motivasi untuk meningkatkan hubungan sosial dengan teman sebaya, orang tua dan yang lainnya sebagai salah satu bagian dari sumber koping stress dalam pembelajaran dimasa pandemi covid-19. Sehingga staf pengajar tau bahwa mekanisme koping, dan dukungan sosial sangat penting untuk menghadapi stress akademik dalam pembelajaran.

c. Bagi Peneliti Selanjutnya

Bisa membuat riset berikut merupakan sumber ataupun bahan acuan serta referensi atau rujukan dalam penelitian selanjutnya terkhusus penelitian di bidang keperawatan jiwa.

d. Bagi institusi pendidikan dibidang keperawatan

Diinginkan pelaksanaan riset berikut bisa bermanfaat untuk dasar pedoman dan bekal untuk mahasiswa dibidang keperawatan serta memberikan pengetahuan mengenai mekanisme koping, dukungan sosial dan stress akademik bagi remaja.