

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Pendidikan merupakan hal yang penting untuk masyarakat Indonesia. Sebagai salah satu cara untuk lebih memajukan pendidikan, maka pendidikan diselenggarakan mulai dari tingkat Sekolah dasar (SD) sampai Perguruan tinggi. Akan tetapi, melihat kondisi yang saat ini yang tidak memungkinkan siswa untuk melaksanakan sekolah seperti biasanya karena dengan semakin meluasnya penyebaran wabah Covid-19 ini membuat pemerintah dan semua *stake holder* harus berfikir keras dalam menangani kasus ini. Sampai ada yang mengambil langkah *refresif* seperti pembatasan wilayah atau *Lock Down*, dan juga melakukan aturan pembatasan sosial atau *Sosial Distancing*.

Pembatasan interaksi sosial masyarakat dapat menghambat laju pertumbuhan dan kemajuan dalam berbagai bidang kehidupan, namun tidak ada pilihan lain, karena cara ini adalah yang paling efektif. Kebijakan *social distancing* berakibat fatal terhadap roda kehidupan manusia, masalah ekonomi yang paling terasa dampaknya, masalah ekonomi yang paling terasa dampaknya, karena hal ini menyentuh berbagai lapisan masyarakat. Tak terkecuali bidang pendidikan ikut juga terdampak kebijakan ini. Keputusan pemerintah yang mendadak dengan meliburkan atau memindahkan proses pembelajaran dari sekolah/madrasah menjadi di rumah, membuat kelimpungan banyak pihak. Ketidak siapan *stake holder* sekolah/madrasah melaksanakan pembelajaran daring menjadi faktor utama kekacauan ini, walaupun sebenarnya pemerintah memberikan alternatif solusi dalam memeberikan penilaian terhadap siswa sebagai syarat kenaikan atau kelulusan dari lembaga pendidikan disaat situasi darurat seperti saat ini. Peralihan

cara pembelajaran ini memaksa berbagai pihak untuk mengikuti alur yang sekiranya bisa ditempuh agar pembelajaran dapat berlangsung, dan yang menjadi pilihan adalah dengan pemanfaatan teknologi sebagai media pembelajaran daring. (kabar priangan, 07/04/2020).

Komisi Perlindungan Anak Indonesia (KPAI) menerima aduan terkait anak-anak yang stress akibat diberi tugas secara *online*. KPAI meminta Dinas Pendidikan melakukan evaluasi terhadap para guru. "Komisi Perlindungan Anak Indonesia (KPAI) menerima pengaduan sejumlah orang tua siswa yang mengeluhkan anak-anak mereka malah stres karena mendapatkan tugas setiap hari dari para gurunya," (Detiknews, 18,03,2020)

Warta kota live.com, Jakarta. Masa belajar di rumah diperpanjang, yang artinya para murid dan guru harus melakukan sistem pembelajaran secara *online* lebih lama lagi. Situs pandemic Covid-19 membuat guru harus melek teknologi informasi, sebab mereka harus memberikan tugas lewat daring, entah itu melalui grup WhatsApp atau mailing list. Ada pula yang menggunakan teknologi berbasis video, sehingga dapat bertatap muka secara tidak langsung. Dari sisi murid, situasi ini menuntut kedisiplinan yang lebih karena belajar dari rumah banyak godaannya. Bahkan, belajar dari rumah ternyata lebih berat, sehingga stress juga menjadi lebih tinggi. "Metode belajar *online* ini menurut saya sangat membantu sekaligus membuat stres. Di rumah itu kan bedanya, tidak seperti di sekolah yang banyak teman dan juga faktor lain yang bikin mereka semangat untuk sekolah. Di rumah pasti tidak semua orang tua bias ditanya atau membantu kesulitan dalam pelajaran," kata Rosdiana Setyaningrum, seorang psikolog saat dihubungi warta kota (26/3/20) Dia menambahkan, belajar secara online pada saat ini sama-sama membuat guru dan murid repot, dan tertekan. Dalam sehari beberapa guru

berbagai mata pelajaran langsung mengirim materi dan soal banyak sekali. Tentunya hal ini membuat anak menjadi stres. Warta kota live, Jakarta (04/04/2020).

Adapun pengaduan stress dikalangan siswa yang diterima Forum Pemantauan Independen (Forpi) kota Yogyakarta, dari orang tua yang anak-anaknya menjalani kegiatan #belajardirumah melalui metode daring selama pandemi Covid-19. Pengaduan itu beragam mulai dari orang tua siswa sekolah TK, sekolah dasar, tingkat SMP, hingga SMA. “ Ada beban penumpukan pekerjaan rumah yang mereka tanggung tiap hari”, Pekerjaan rumah dikirim secara *online* dari guru kepada orang tua wali siswa, PR ada yang dikirim dalam bentuk video atau tulisan dalam bentuk pdf, dikirimkan melalui WhatsApp. “rata-rata ada 2 hingga 3 mata pelajaran per hari, kecuali hari libur”. Kata Bahrudin. Pr via *online* saban hari menghabiskan banyak kuota internet yang banyak, padahal kemampuan ekonomi tiap orang tua berbeda. Ada yang mampu menyediakan paket data besar, berlangganan tv kabel tanpa membeli paket data, dan adapula yang tak mampu membeli paket data karena uang yang ada digunakan untuk pemenuhan kebutuhan, yang tak mampu membeli kuota internet akan membuat pengerjaan PR terganggu. Dengan kondisi fisik dan psikis siswa menurun sehingga membuat stamina anak drop dan sakit. Akibatnya tak bisa mengerjakan PR dengan cepat, walaupun sakit tetap mengerjakan dikumpulkan setelah sembuh, kan jadi tambah menumpuk. Dan juga tak semua siswa menggunakan waktu belajar dirumah untuk mengerjakan PR, melainkan untuk bermain. (IDN TIMES, 01/04/2020).

Surabaya, KOMPAS.Com.. Mayoritas pelajar yang melaksanakan system belajar *online* dari rumah masing-masing sejak pertengahan Maret lalu,

menyatakan jenuh dan bosan dengan system belajar yang sekarang sedang dijalani. Rasa jenuh dan bosan itu dipicu kurang kreatifnya system pembelajaran daring yang diterapkan pemerintah akibat mewabahnya virus corona atau Covid-19. Demikian kesimpulan dari Survei Persepsi Pelajar Jawa Timur tentang dampak Covid-19. Survei dilakukan oleh Pimpinan Wilayah Ikatan Pelajar Nahdlatul Ulama (IPNU) Jawa Timur. Ketua PW IPNU Jawa Timur, Choirul Muntadiin mengungkapkan, dari survei yang merekalakukan, mayoritas pelajar di Jawa Timur menilai system pembelajaran daring untuk pelajar yang 'dirumahkan' sejak pertengahan bulan lalu, kurang kreatif. Menurut dia, sebanyak 92,29 persen pelajar Jawa Timur yang menjadi responden survei, menginginkan metode belajar daring yang lebih kreatif dan inovatif. "Hal itu didukung dengan temuan lainnya. Ada 88,75 persen responden yang menganggap system kegiatan belajar mengajar (KBM) saat ini menjenuhkan, membosankan dan membuat stres," ungkap Muntadiin, dalam keterangan tertulis yang diterima Kompas.com, Kamis, (16/4/2020). Mayoritas pelajar di Jawa Timur, kata Muntadiin, berdasarkan hasil survey menyatakan lebih senang saat belajar di sekolah. Survei persepsi pelajar pada kategori ini, 82% responden mengaku lebih senang belajar di sekolah, 15% menyatakan lebih senang belajar daring, dan sisanya menyatakan tidak tahu. "Mayoritas pelajar Jawa Timur setuju dengan pernyataan bahwa belajar di sekolah, bertatap muka dengan guru lebih efektif dari pada belajar dari rumah, dengan prosentase 95,42 %." ujar Muntadiin. Direktur Student Reseach Center (SRC) PW IPNU Jawa Timur, Ahmad Ainun Najib menambahkan, hasil survei juga mengungkap pendapat para pelajar di Jawa Timur tentang langkah pemerintah dalam menghadapi pandemi Covid-19. Mayoritas pelajar yang menjadi responden survei, setuju dengan penerapan pembatasan sosial dan ketentuan

menjaga jarak aman. Najib mengatakan, survey tentang persepsi pelajar di tengah pandemi Covid-19 dilaksanakan pada 28 Maret - 11 April 2020. Survei itu melibatkan 480 responden dari kalangan pelajar SMP dan SMA. Para responden berasal dari 38 Kabupaten/Kota di Jawa Timur. Kompas.com (16/04/2020).

Pendidikan merupakan salah satu kebutuhan yang sangat penting dalam meningkatkan kesejahteraan hidup manusia, potensi untuk memiliki kekuatan spritual keagamaan, pengendalian diri, kepribadian, kecerdasan akhlak mulia serta keterampilan yang diperlukan dirinya, masyarakat, bangsa dan negara. (Undang Undang Sistem Pendidikan Nasional Nomor 20 Pasal 1 Ayat 1 tahun 2003). Berdasarkan undang-undang tujuan pendidikan nasional merupakan kondisi ideal yang senantiasa mengupayakan melalui proses pendidikan terutama di sekolah. Keberhasilan pendidikan dapat dicapai melalui jalur formal. Pendidikan formal pada umumnya di tempuh dengan jalur akademik di sekolah mulai dari jenjang kanak-kanak hingga perguruan tinggi. Proses pendidikan di sekolah menjadikan siswa sebagai subyek pendidikan yang dididik dan diajar secara klaksikal oleh guru/ pendidik dengan tujuan mengembangkan potensi yang ada pada diri siswa.

Bloom (dalam Nana Sudjana 2018) menyebutkan ada tiga macam ranah pendidikan yakni ranah kognitif, afektif, dan psikomotor. Selanjutnya Nanan Sudjana (2018) menjelaskan ranah kognitif berkenaan dengan hasil belajar intelektual, ranah afekif berkenaan dengan sikap, dan ranah psikomotor berenaan dengan hasil belajar keterampilan dan kemampuan bertindak. Dapat dipahami bahwa keberhasilan proses pendidikan yang dijalani oleh sisiwa dapat diperoleh apabila ketiga ranah pendidikan tersebut dapat dikembangkan dengan baik dan mampu memberikan pengaruh besar terhadap diri dan lingkungan sekitarnya.

Namun pada kenyataannya, banyak ditemui siswa yang belum memperoleh hasil yang memuaskan berkaitan dengan keberhasilan dalam mengoptimalkan ketiga ranah pendidikan tersebut.

Berkaitan yang telah dikemukakan sebelumnya dapat dipahami bahwa kondisi yang dialami siswa berkenaan dengan contoh seperti *Scholl from Home*, dimana sekolah tersebut berbasis *Online*, sekolah yang hanya mengerjakan tugas dan mengirimkannya via Whattsap, Vidio, dan PDF atau yang lainnya. Masa awal masuk sekolah yang diikuti oleh hal-hal baru yang ditemui siswa seperti kondisi pandemi saat ini, dapat dikatakan sebagai stres dalam bidang akademik. Sejalan dengan hal itu, menurut Alavin (dalam Eryanti, 2012) stres akademik adalah tekanan-tekanan yang terjadi di dalam diri siswa dimana kondisi tersebut disebabkan oleh persaingan, tekanan, maupun tuntutan akademik yang diperuntukkan kepada siswa. Senada dengan hal tersebut Shamohammadi (dalam Taufik dan Ildil, 2012) menjelaskan stres akademik muncul ketika harapan untuk meraih prestasi akademik meningkat, baik dari orang tua, guru maupun teman sebaya. Harapan tersebut sering tidak sesuai dengan kemampuan yang siswa miliki sehingga menimbulkan tekanan psikologis yang mempengaruhi pencapaian prestasi belajar di sekolah.

Selanjutnya menurut Thurson (2005) stres akademik dapat dikarenakan pelajaran tertentu dirasakan sangat baik, pelajaran tertentu diajarkan oleh pengajar ditakuti dan tidak disenangi dan jumlah materi pelajaran dirasakan terlalu banyak. Siswa yang tingkat reliensi (kemampuan untuk beradaptasi) terhadap stresnya yang disebut dengan stres akademik. Lebih lanjut, Misra dan Castillo (2004) menyebutkan bahwa stres akademik meliputi persepsi siswa

terhadap banyaknya pengetahuan harus dikuasai dan persepsi terhadap ketidakcukupan waktu untuk mengembangkan itu.

Siswa yang mengalami stres akademik tentu berdampak pada hasil siswa itu sendiri seperti yang dijelaskan oleh Oon (2007) bahwa stres akademik yang dialami siswa secara terus menerus akan mengakibatkan penurunan daya tahan tubuh siswa sehingga mudah mengalami sakit. Apabila ini tidak ditangani dengan segera maka dapat memicu penyakit kardiovaskuler seperti tekanan darah tinggi, kolesterol dan serangan jantung. Dalam jangka panjang, stres tidak diatasi dapat mempengaruhi mental siswa berupa kelelahan kelas, berperilaku aneh, merusak diri sendiri, pasif, emosi meledak-ledak, berperilaku anti sosial, menyendiri, mengkonsumsi rokok, obat-obatan, dan alkohol.

Berdasarkan penjelasan sebelumnya, dapat dipahami stres akademik memiliki kaitan dengan belajar siswa khusus pada hasil belajarnya. Pada kenyataan yang ditemui di sekolah banyak siswa yang menunjukkan gejala tekanan psikologis sebagai akibat stres akademik yang dirasakan dalam proses belajar, apalagi dengan keadaan yang seperti ini yang dilakukan *scholl from home* atau *daring scholl*. Hal ini diketahui hasil wawancara 18 April 2020 yang peneliti lakukan terhadap 33 siswa/siswi SLTA yang bermukim di Pondok Pesantren membuktikan bahwa 73% atau 24 anak dari perempuan yang mengalami stress berlebih dan laki-laki yang mengalami stress ringan. Para siswa/siswi tersebut memberikan alasan yang beragam, dari secara fisikal, emosional yang tak terkondisikan, dan intelektual yang berkurang dan interpersonal yang membuat orang sekitar tidak begitu di percayai. Sedangkan 27% atau 9 anak yang mengalami sewajarnya saja dalam menghadapi pandemi atau untuk *Scholl from home*.

Tingkat stress akademik dalam rentang berat dan sangat berat pada angka yang cukup tinggi ditemukan pada siswa perempuan. Hal ini disebabkan karena perempuan lebih sering menggunakan mekanisme koping yang berorientasi terhadap tugas, sehingga remaja perempuan lebih mudah diidentifikasi jika mengalami stress. Laki-laki lebih santai dalam menghadapi stresor akademik sehingga cenderung menggunakan mekanisme koping yang berorientasi kepada ego (Surwartika,2014).Yoga P.D dalam (Sutjiato,dkk,2015) laki-laki sejak dulu dipaksa oleh keadaan untuk siap menghadapi masalah sehingga untuk meningkatkan keselamatan dirinya pria mempunyai respon *figh or flight*, hal ini berguna untuk menyelamatkan diri pria dalam melawan stress. Dilihat dari OR (Odds Ratio) menunjukkan bahwa responden dengan jenis kelamin perempuan mengalami stress berat sebanyak 2 kali dibandingkan yang berjenis kelamin laki laki.

Stres akademik dikalangan mahasiswa telah lama diteliti, diantaranya pada penelitian yang dilakukan oleh Maryama (2015) diperoleh hasil bahwa variabel gender memberikan sumbangan sebesar 1.9 % menyebabkan stress akademik, dan menunjukkan bahwa ada perbedaan stress akademik yang signifikan antara laki-laki dan perempuan. Begitu juga dalam penelitian yang dilakukan oleh Purwati (2012) di Universitas Indonesia, menunjukkan bahwa hampir 50% mahasiswa mengalami stress akademik dalam rentang sedang. Dalam penelitian yang dilakukan oleh Dhull& Kumari (2015) di sekolah umum kota Rohtak, menemukan bahwa pelajar perempuan berada di bawah stress akademik yang lebih tinggi dibandingkan dengan laki-laki.

Menurut Agolla dan Ongori (2009) dalam penelitiannya di Universitas Bostwana juga menemukan efek stress terhadap mahasiswa, yaitu diantaranya

mahasiswa mengalami masalah pencernaan dengan persentase 88%, 75% mengalami kecemasan di rumah dan di kampus, 77% mahasiswa merasakan ketegangan atau nyeri di leher atau di bahu, sakit kepala dan sesak nafas, 85% tidak dapat berhenti berfikir mengenai permasalahan mereka atau tidak dapat merasa tenang, 88% memiliki masalah dalam berkonsentrasi karena selalu menghawatirkan hal lain. Untuk mengurangi kecemasan tersebut, 32% mahasiswa makan, minum atau merokok berlebihan dan 16% mahasiswa mengkonsumsi obat penenang untuk menenangkan diri.

Stres akademik dipengaruhi oleh berbagai faktor, salah satu diantaranya yaitu faktor jenis kelamin. Jenis kelamin merupakan salah satu faktor yang dapat menimbulkan stress. Jenis kelamin berkaitan dengan tubuh laki-laki dan perempuan, dimana laki-laki memproduksi sperma dan perempuan menghasilkan sel telur. Dalam penelitian yang dilakukan oleh Norkasiani dan Tamher (2009) bahwa perempuan lebih siap menghadapi masalah dibandingkan dengan laki-laki, karena laki-laki cenderung lebih emosional dalam menyelesaikan masalah.

Penelitian di University of Buffalo membuktikan perempuan lebih mampu mengendalikan stress. Kemampuan ini disebabkan oleh faktor hormone, yaitu berupa tingginya hormon estrogen di dalam tubuh wanita. Hormone estrogen pada wanita dapat memperkuat efek oksitosin beberapa kali lipat, sedangkan pada pria hormone oksitosin diproduksi di dalam tubuh tidak sebanyak seperti pada wanita, karena pada tubuh pria terdapat hormone testosterone yang kerjanya yaitu meminimalkan efek dari hormone oksitosin di dalam tubuh. Hormone oksitosin berfungsi dalam mempengaruhi emosi seseorang yang dapat menimbulkan perasaan senang, bahagia, tenang, damai, penyayang, dan bersahabat dengan

orang-orang di sekitarnya. Oksitosin merupakan respon dari emosipositif yang datang dan direspon oleh hipotalamus (Asiyah, 2010).

Pada laki-laki selain dari pengaruh hormone oksitosin, penyebab lain yang membuat laki-laki lebih munculnya stress karena mempunyai otak yang berbeda dengan wanita baik secara anatomi, kimiawi, hormonal, dan psikologi, Perbedaan itulah yang menyebabkan cara berfikir, merasa, dan berperilaku secara fundamental termasuk cara merespon masalah yang timbul.

Fight or flight adalah suatu teori psikologis yang dicetuskan oleh Walter Cannon dalam Arora (2008) dan ini terjadi pada pria, bahwa hanya ada dua kemungkinan yang terjadi di saat seorang pria menghadapi masalah dimana berusaha melawan masalah tersebut dan mengambil risiko (*fight*) atau melarikan diri dari masalah tersebut (*flight*). Respon inilah yang sering terjadi pada tubuh seorang pria, mereka biasanya menghadapi stress itu dan melawannya hingga menang atau berusaha menghindar jauh-jauh dari stress dan masalah yang dihadapi, tidak heran jika pada saat stress seorang pria cenderung menjadi kurang rasional dan cenderung bersikap curiga, serta cenderung untuk menghindar dari keluarga atau orang-orang di sekitarnya (Nasution, 2007).

Berdasarkan permasalahan yang dikemukakan pada siswa yang saat ini dengan kondisi yang seperti ini, maka peneliti tertarik untuk mengkaji masalah tersebut dengan membuat suatu rumusan masalah penelitian “ Apakah terdapat pengaruh antara laki-laki dan perempuan terhadap Stress Akademik siswa *School From Home?* ” yang bisa menunjukkan diantara perbedaan dari gender, yang biasanya perempuan yang lebih baper atau lebih beraturan dalam mengerjakan tugas-tugas yang diberikan sekolah dan beda lagi dengan laki-laki yang biasanya sangat mengabaikan dalam hal ini. Jika perempuan merasakan stress ini rendah

maka laki-laki merasakan sters lebih tinggi dan begitupun sebaliknya jika perempuan lebih tinggi stresnya maka laki-laki lebih rendah stressnya.

B. Rumusan Masalah

Permasalahan yang diangkat dalam penelitian kali ini ialah : Apakah ada Pengaruh Gender terhadap Stress Akademik Siswa *School from Home*?

C. Tujuan Masalah

Tujuan penelitian yang ingin dicapai dalam penelitian ini ialah untuk mengetahui Pengaruh Stress Akademik anatar laki-laki dan perempuan Siswa *School from Home*.

D. Manfaat Penelitian

penelitian ini memiliki beberapa manfaat, baik manfaat secara teoritis maupun manfaat secara praktis.

E. Manfaat Teoritis

Secara teoritis diharapkan hasil penelitian ini dapat memberikan pengetahuan dan informasi yang bermanfaat bagi perkembangan ilmu pengetahuan terutama pada bidang ilmu psikologi, serta dapat mempertajam pemahaman tentang pengaruh stres akademik terhadap laki-laki dan perempuan siswa *scholl from home*.

a. Manfaat Praktis

1. Bagi pihak sekolah, dapat memberikan gambaran ke siswa mengenai bagaimana meminimalisir waktu dalam mengerjakan tugas tugas di rumah, sehingga siswa mampu untuk mengoptimalkan dalam stres akademik.
2. Bagi orang tua, diharapkan dapat memberikan perhatian dalam pembelajaran anak didiknya, sehingga siswa tidak *boring* dalam belajar.

3. Bagi siswa sekolah, diharapkan dapat meminimalisir waktu dalam belajar dan mengerjakan tugas tugasnya dan tidak sampai memeperpanjang waktu dalam mengerjakan tugas-tugas yang diberikan oleh guru.
4. Bagi peneliti lain, diharapkan hasil penelitian ini dapat dijadikan sebagai masukan, bahan informasi, dan referensi dalam melakukan penelitian lebih lanjut dengan jenis yang sama.