

# **BAB I**

## **PENDAHULUAN**

### **1.1 Latar Belakang Masalah**

Pendidikan merupakan hak setiap anak bangsa yang sudah tertera dalam Pembukaan Undang-Undang Dasar Negara Republik Indonesia Tahun 1945 pada alinea ke-4 yaitu melindungi segenap bangsa dan seluruh tumpah darah Indonesia dan untuk memajukan kesejahteraan umum, mencerdaskan kehidupan bangsa, serta ikut melaksanakan ketertiban dunia yang berdasarkan kemerdekaan, perdamaian abadi, dan keadilan sosial. Selain itu juga tertera pada Pasal 31 Ayat 1 Undang-Undang Dasar Negara Republik Indonesia Tahun 1945 yaitu “setiap warga negara berhak mendapatkan pendidikan”. Dalam pasal tersebut pemerintah seharusnya mengawasi seksama bagaimana proses perkembangan pendidikan di Indonesia agar mengurangi hilangnya hak setiap warga negara untuk mendapatkan pendidikan (Putri, 2020:457).

Sejak terjadinya pandemi Covid-19 yang melanda dunia, termasuk melanda negara Indonesia, maka sebagai usaha pencegahan untuk meluasnya penyebaran Covid-19 semua kegiatan pembelajaran yang dilakukan di sekolah harus dihentikan dan dialihkan menjadi pembelajaran daring dan luring. Pembelajaran daring merupakan pembelajaran yang dilakukan secara online antara guru dan peserta. Sedangkan pembelajaran luring merupakan pembelajaran dimana peserta didik mengantarkan tugas yang diberikan oleh guru untuk diantarkan ke sekolah sesuai dengan kesepakatan antara guru dan peserta didik (Saragih, 2020:40).

Pandemi COVID-19 telah menyebabkan perubahan besar terhadap proses pendidikan di Indonesia. Berdasarkan surat edaran Kementerian Pendidikan dan Kebudayaan (Kemendikbud) no.15 tahun 2020, pemerintah Indonesia mengatur pelaksanaan pembelajaran di masa darurat COVID-19 dengan metode Pembelajaran jarak jauh (PJJ) (Kurniawan, 2020:457). Proses PJJ tidak dilakukan secara tatap muka melainkan secara dalam jaringan (daring) melalui berbagai platform yang mendukung jalannya pembelajaran di masa pandemi ini (Sekar et al., 2020:457) agar proses pembelajaran di Indonesia tetap berlangsung (Fatimah & Mahmudah, 2020:457). UNESCO Indonesia melaporkan bahwa pemberlakuan PJJ ini berdampak pada aspek sosial dan Pendidikan remaja (Fatimah & Mahmudah, 2020:457).

Proses pembelajaran jarak jauh selama penutupan sekolah akibat dampak COVID-19 tidak dapat dilaksanakan secara optimal karena berbagai keterbatasan, antara lain bahwa guru tidak dapat secara langsung memanfaatkan berbagai perangkat teknologi informasi dan komunikasi (TIK) dan platform pembelajaran online yang banyak tersedia dalam mendukung pelaksanaan pembelajaran jarak jauh, baik karena kemampuan guru, faktor ekonomi orang tua, keterbatasan akses internet, maupun tidak adanya bimbingan (Azhari & Fajri, 2021:57). Di wilayah 3T (Tertinggal, Terdepan, Terluar) terutama di daerah perbatasan pembelajaran online sulit dilakukan karena keterbatasan akses internet (Alfiandri, Kurnianingsih, & Mahadiansar, 2021:57). Kemampuan guru memanfaatkan Teknologi Informasi dan Komunikasi (TIK) dalam mengembangkan media pembelajaran online juga masih kurang (Safiah, 2017:57; Supriatna, 2021:57).

Secara umum, pembelajaran online yang dipaksakan menyisakan berbagai macam persoalan, antara lain akses internet yang terbatas, kesiapan guru, dan adaptasi siswa (Lie dkk, 2020:57). Kompetensi guru memanfaatkan teknologi dan informasi dalam pembelajaran masih kurang, sehingga pemerintah mengeluarkan kebijakan pembelajaran tatap muka terbatas yang tentu saja tidak sama dengan pembelajaran tatap muka seperti biasanya dikarenakan waktu pertemuan antara guru dan mahasiswa sangat terbatas (Levitskaya & Seliverstova, 2020:57). Untuk mengoptimalkan pembelajaran tatap muka terbatas, pembelajaran harus dirancang dengan cermat dan menerapkan metode pembelajaran yang sesuai agar pembelajaran tatap muka terbatas dapat terlaksana secara optimal dan mencapai tujuan pembelajaran, karena penggunaan metode pembelajaran yang tepat dapat meningkatkan hasil belajar (Annisa & Sholeha, 2021:57; Nasution, M., 2017:57).

Model pembelajaran *Hybrid Learning* merupakan suatu model pembelajaran yang didalamnya terdapat penggabungan pembelajaran secara tatap muka dikelas dan ditambah dengan pembelajaran dengan menggunakan komputer secara *offline* dan *online* (Dwiyogo, 2018:63). Model pembelajaran *hybrid learning* juga dapat dikatakan sebagai pengkombinasian pembelajaran dikelas dengan pembelajaran online dengan memanfaatkan teknologi yang ada. *Hybrid Learning* adalah model pembelajaran yang mengintegrasikan inovasi dan kemajuan teknologi melalui *system online learning* dengan interaksi dan partisipasi dari model pembelajaran tradisional (Kaye Thorne, Kogan Page, 2003:181).

Beberapa model *Hybrid Learning* yang berkembang pada kurun waktu sekarang merupakan penggabungan dari satu atau lebih dimensi berikut: pertama, pembelajaran *Face to Face*, yakni pembelajaran yang dilaksanakan secara tatap

muka di kelas, praktik yang dilaksanakan di Laboratorium, aktifitas pembelajarannya meliputi penyampaian materi, diskusi dan presentasi, latihan dan evaluasi pembelajaran atau ujian; kedua, *Synchronous Vitual Collaboration*, yakni desain pembelajaran kolaboratif yang mana pelibatan interaksi antara pendidik dan tenaga kependidikan dilakukan pada saat yang sama. Aktivitas pembelajarannya memanfaatkan aplikasi, misalnya Instan *Messaging* (IM) atau aplikasi chat: ketiga, pembelajaran dengan *Asynchronous Virtual Collaboration*, yang mana merupakan desain pembelajaran yang melibatkan interaksi antara guru dan peserta didik. Pelaksanaannya disampaikan pada waktu yang berbeda failitas yang digunakan dalam aktifitas belajarnya adalah *online discussion board* atau forum diskusi dan email: keempat, model pembelajaran *Self Pace Asynchronous*, merupakan model pembelajaran yang dilakukan peserta didik dalam waktu yang berlaianan dan mandiri, materi diberikan dalam bentuk buku atau modul, latihan soal atau evaluasi pembelajaran dilakukan secara *online*.

Dari beberapa kebijakan yang selalu berubah, mulai dari pembelajaran daring, luring hingga masuk ke tahap pembelajaran tatap muka terbatas banyak fenomena yang terjadi pada dunia Pendidikan salah satunya adalah banyak murid yang mengalami stress akademik. Pembelajaran daring, luring dan tatap muka terbatas menjadi stres akademik pada remaja di masa pandemi covid. Remaja mengeluhkan terhadap banyaknya tugas dan pekerjaan rumah yang diberikan oleh guru, sulitnya interaksi kepada guru akibatnya menyulitkan dalam mengerjakan tugas dan proses tanya jawab, beserta deadline tugas yang datang secara bersamaan dengan waktu yang singkat (Oktawirawan, 2020:398). Kondisi ini meningkatkan tekanan stres akademik yang berdampak akan kemampuan

akademik siswa pada saat menjalani pembelajaran daring (Fatimah & Mahmudah, 2020:398). Penelitian dalam stres akademik pada siswa telah mengungkapkan berbagai tekanan seperti manajemen waktu, tes, ujian, ketakutan akan kegagalan, dan harapan orang tua (Ang & Huan, 2006:216). Selain itu, berbagai penelitian menunjukkan beberapa stressor pada remaja, berkaitan dengan sekolah muncul sebagai sumber stres utama ketika remaja menghabiskan waktunya di dalam lingkungan sekolah. Stressor di sekolah, dilaporkan lebih banyak oleh siswa pada berbagai belahan dunia sebagai tantangan akademik seperti, tes, ujian, tugas, interaksi teman sebaya, hubungan guru dengan murid, regulasi sekolah, dan manajemen waktu (Angolla & Ongori, 2009:216).

Stres akademik adalah persepsi seseorang akan stressor akademik tentang bagaimana reaksi mereka dalam menangani stressor tersebut yang terbagi kedalam reaksi kognitif, perilaku, emosi serta fisik (Gadzella & Masten, 2005:398). Banyaknya tuntutan akademik yang diberikan di masa pandemi benar-benar berpengaruh signifikan akan stress akademik siswa, dibandingkan saat sebelum pandemi (Livana et al., 2020:399). Stres akademik akan berdampak negatif untuk dapat menurunkan prestasi akademik serta memicu perilaku maladaptif dalam diri siswa (Mosanya, 2019:399). KPAI melaporkan terdapat remaja yang memilih untuk mengakhiri hidupnya karena banyaknya tuntutan tugas serta tekanan yang belum diselesaikan dari tahun ajaran baru di masa pandemi covid (Livana et al., 2020:399).

Dilaporkan berbagai fenomena yang terjadi pada siswa di Indonesia mengenai stres akademik, salah satunya sistem belajar di sekolah yaitu penggunaan kurikulum 2013 yang dirasa menimbulkan stres akademik. Survei

menunjukkan 44% pelajar merasa stres menghadapi ujian dan tugas, sedangkan 12% diliputi kegalauan akibat rasa takut tidak naik kelas (Republika.co.id). Kemudian terdapat kasus di Sumedang, yaitu terdapat belasan pelajar SMK yang mabuk karena mencampur lem dengan obat batuk cair dan alkohol di sebuah rumah kos. Setelah dilakukan pemeriksaan oleh polisi, siswa tersebut mengaku stres menjelang menghadapi ujian nasional (news.okezone.com).

Maka dibutuhkan kemampuan agar dapat beradaptasi terhadap situasi yang mengakibatkan stres serta meningkatkan fungsi psikologisnya yang disebut sebagai kemampuan resiliensi. Ungar (2012:399) menjelaskan resiliensi adalah kemampuan individu untuk dapat mengarahkan (*Navigate*) mereka supaya mendapatkan sumber daya secara budaya, fisik, psikologis serta sosial yang dapat menunjang kesejahteraan mereka, serta kemampuan dari individu untuk dapat bernegosiasi (*Negotiate*) melalui cara yang mampu diterima secara budaya, yang memberikan sumber kesehatan mental serta memberi individu kesempatan untuk dapat mengalaminya dengan cara yang bermakna secara budaya (Ungar, 2012:399).

Beberapa penelitian terkait resiliensi akademik diantaranya penelitian Frisby dkk, hasilnya yakni hubungan teman sebaya secara signifikan dan positif berkaitan dengan resiliensi akademik dan harapan siswa ketika dihadapkan dengan tantangan akademik (Frisby et al., 2020:52). Hal ini sesuai dengan teori motivasi hubungan dimana hubungan interpersonal siswa dengan guru dan teman sebaya menjadi sumber dukungan potensial yang dapat menumbuhkan resiliensi dan harapan akademik dalam menghadapi tantangan akademik.

Melihat rendahnya resiliensi yang ada di sekolah, peran bimbingan dan konseling sangat diperlukan untuk membantu siswa mencapai salah satu tugas perkembangan berdasarkan SKKPD yang terkait aspek pengembangan diri. Guru bimbingan dan konseling atau biasa disebut guru BK dapat membantu siswa untuk memiliki resiliensi yang baik untuk mengurangi tingkat stres akademik siswa. Guru BK dapat membantu pencapaian perkembangan dalam mengurangi tingkat stres akademik dengan cara peningkatan resiliensi. Guru BK perlu memberikan pemahaman kepada siswa tentang bagaimana cara untuk menghindari stres akademik. Guru BK dapat menjelaskan kepada siswa untuk dapat mengelola tugas dengan baik, kemudian belajar yang tekun agar mendapatkan nilai yang maksimal. Dengan begitu tingkat stres akademik siswa akan berkurang dan tingkat resiliensi siswa akan meningkat.

Berdasarkan observasi di SMA Negeri 12 Medan yang dilakukan selama program Pengenalan Lapangan Persekolahan, peneliti melihat banyak siswa yang masih mengalami banyak tekanan akibat dari banyaknya tugas yang diberikan oleh guru. Bahkan, ada beberapa siswa yang kurang memahami pelajaran yang diberikan oleh guru karena tuntutan kelas online sebelumnya. Beberapa siswa juga kurang memiliki kontrol yang baik dilihat dari kemampuan mereka yang kurang dalam mengelola tuntutannya, sampai mereka merasakan kelelahan, pusing, sakit kepala, mudah kelelahan dan kurang tidur. Akibatnya seluruh aspek kegiatan selama proses pembelajaran menjadi tidak optimal.

Kasus lain yang peneliti dapatkan disekolah adalah siswa mengalami kecemasan, gelisah. Selain itu, terdapat siswa yang tidak bisa mengontrol emosinya dengan baik, jika mendapatkan suatu permasalahan siswa cenderung

menyelesaikan masalah tersebut dengan emosional yang diperlihatkan kepada siswa lainnya. Hal tersebut merupakan suatu peristiwa yang peneliti temukan ketika melaksanakan observasi dengan guru bimbingan dan konseling. Hal tersebut membuat siswa menjadi stresor akademik.

Resiliensi penting untuk dimiliki oleh siswa dalam menjalani proses akademiknya. Dikhawatirkan jika siswa tidak memiliki resiliensi yang baik, siswa akan mengalami stress akademik. Kekhawatiran ini berdasarkan pada hasil penelitian yang dilakukan oleh Septiani dan Fitria (2016:71) yang menyatakan bahwa resiliensi berhubungan negatif dengan stress, yang berarti semakin tinggi resiliensi yang dimiliki individu maka akan semakin rendah stress yang dimiliki oleh individu tersebut. Begitu pula sebaliknya, jika resiliensi yang dimiliki individu rendah, maka stress akan semakin tinggi. Oleh karena itu, sangat penting bagi seorang siswa untuk memiliki resiliensi akademik. Berdasarkan fakta dilapangan dan kajian teori maka perlu adanya pengukuran kembali secara empiris maka peneliti merasa penting melakukan penelitian yang lebih mendalam mengenai **“Hubungan Resiliensi Dengan Stress Akademik Selama Pembelajaran Tatap Muka Terbatas Siswa Kelas XI IPS SMA Negeri 12 Medan Tahun Ajaran 2021/2022”**.

## **1.2 Identifikasi Masalah**

Upaya dalam mengatasi stress akademik selain dari luar diri siswa juga dapat dilakukan oleh siswa itu sendiri dengan mengembangkan resiliensi. Semakin tinggi resiliensi pada diri seseorang maka, seseorang dapat menghadapi segala bentuk kesulitan, ancaman atau sumber stress yang signifikan. Dari

penjelasan latar belakang masalah yang telah dipaparkan dapat diidentifikasi masalah:

- 1) Stress akademik disebabkan karena tuntutan pembelajaran daring dan tatap muka terbatas yang cenderung menumpuknya tugas-tugas akademik.
- 2) Rendahnya tingkat resiliensi siswa yang menyebabkan tidak bisa mengontrol segala bentuk aktivitas dan tugas akademik dengan baik.
- 3) Stres akademik disebabkan karena tugas yang menumpuk dan deadline yang sangat singkat.
- 4) Stress akademik disebabkan karena siswa sulit berinteraksi kepada guru sehingga menyulitkan dalam proses mengerjakan tugas serta proses tanya jawab.

### **1.3 Batasan Masalah**

Melihat banyak faktor yang muncul dalam latar belakang masalah, dan identifikasi masalah yang menunjukkan berbagai kemungkinan yang di duga memiliki hubungan terhadap stres akademik. Agar penelitian ini memiliki arah yang jelas maka perlu dilakukan pembatasan masalah pada penelitian dan lebih terfokus pada suatu pencapaian penelitian. Maka dibatasi masalah pada Hubungan Resiliensi Dengan Stress Akademik Selama Pembelajaran Tatap Muka Terbatas.

### **1.4 Rumusan Masalah**

Berdasarkan latar belakang, identifikasi masalah, dan pembatasan masalah di atas, maka perumusan masalah dalam penelitian ini adalah “Apakah ada Hubungan Resiliensi Dengan Stress Akademik Selama Pembelajaran Tatap Muka Terbatas Di SMA Negeri 12 Medan Tahun Ajaran 2021/2022?”

## **1.5 Tujuan Penelitian**

Sesuai dengan perumusan masalah yang dikemukakan di atas, maka tujuan penelitian ini adalah “Hubungan Resiliensi Dengan Stress Akademik Selama Pembelajaran Tatap Muka Terbatas Di SMA Negeri 12 Medan Tahun Ajaran 2021/2022”.

## **1.6 Manfaat Penelitian**

Adapun manfaat yang diperoleh dari penelitian ini adalah sebagai berikut:

### **1.6.1 Manfaat Teoritis**

1.6.1.1 Hasil penelitian ini diharapkan menambah khasanah keilmuan berkaitan dengan resiliensi pada pembelajaran tatap muka terbatas.

1.6.1.2 Hasil penelitian dapat memperkaya informasi untuk penelitian lanjutan berkaitan dengan resiliensi dengan stress akademik pada masa pembelajaran tatap muka terbatas.

### **1.6.2 Manfaat Praktis**

1.6.2.1 Bagi konselor/Guru BK untuk mengetahui analisis kebutuhan siswa tentang meningkatkan resiliensi untuk mengurangi stress akademik yang dapat digunakan untuk bahan pertimbangan saat mengembangkan program bimbingan dan konseling.

1.6.2.2 Bagi kepala sekolah, hasil penelitian dapat dimanfaatkan sebagai sumbang pemikiran dan memberikan informasi yang dapat dijadikan bahan pertimbangan untuk meningkatkan resiliensi sehingga berguna bagi semua pihak.

1.6.2.3 Bagi peneliti, sebagai sarana memberikan pengalaman penelitian dan mengaplikasikan ilmu bimbingan konseling di lapangan.