

# BAB I

## PENDAHULUAN

### 1.1 Latar Belakang

Semenjak awal tahun 2020, hampir seluruh kabupaten dan kota di Indonesia memiliki kasus *Coronavirus Disease 2019* (COVID-19). Salahsatu kota yang melaporkan kasus positif yaitu Kota Bukittinggi yang telah mencapai 1445 kasus hingga tanggal 6 Mei 2021, di mana terbilang tinggi untuk luas kota sebesar 25.24 km<sup>2</sup> (Kurniawan, 2021). Kasus COVID-19 diketahui dapat menyebabkan berbagai masalah kesehatan pada masyarakat, seperti demam, nyeri tulang, pneumonia, hingga kematian (Zhang, 2020). Melihat angka penyebaran dan masalah kesehatan yang dapat disebabkan oleh COVID-19, *World Health Organization* (WHO) menghimbau berbagai negara untuk menerapkan *physical distancing*, yaitu upaya menjaga jarak dengan orang lain sejauh satu meter serta menghindari kerumunan untuk memutus rantai penyebaran pandemi COVID-19 (Pratomo, 2020).

*Physical distancing* menimbulkan dampak pada berbagai bidang kehidupan, termasuk pada bidang pendidikan. Seluruh jenjang pendidikan diharapkan untuk melaksanakan proses pembelajaran di rumah masing-masing sebagai upaya preventif penyebaran COVID-19. Dalam hal ini, Kementerian Pendidikan dan Kebudayaan (Kemendikbud) mengeluarkan Surat Edaran No.4 Tahun 2020 mengenai kebijakan belajar di rumah dengan menerapkan pembelajaran dalam jaringan / daring (Kemendikbud, 2020). Pembelajaran daring adalah pembelajaran

yang dilakukan secara *online* dengan bantuan *platform* berbasis internet (Sadikin, 2020). Pembelajaran daring dapat dilakukan dengan adanya kelas virtual seperti *Google Classroom* dan *Zoom*, serta kelas diskusi menggunakan aplikasi pesan instan seperti *WhatsApp*.

Dalam pelaksanaan pembelajaran daring, Kemendikbud memberikan kebebasan kepada setiap sekolah untuk menentukan sistem pembelajaran sesuai kondisi sekolah dan siswa (Kemendikbud, 2020). Di SMA Kota Bukittinggi, berdasarkan hasil *survey* yang dilakukan penulis kepada siswa-siswi dan guru SMA pada tanggal 1 November 2020, pembelajaran daring diawali dengan adanya absensi dengan bantuan *WhatsApp* dan *Google Form*. Setelah itu, guru mengajar di dalam kelas virtual pada aplikasi *Zoom Meeting*, *Google Meet*, atau *Microsoft Teams*. Untuk meningkatkan pemahaman siswa mengenai materi pembelajaran, guru memberikan tugas dan ulangan harian melalui aplikasi *Google Classroom*, atau *Google Form*.

Pembelajaran daring saat pandemi COVID-19 menimbulkan dampak positif kepada siswa (Handarini, 2020). Menurut Mukhtar, Javed, Arooj, dan Sethi (2020), pembelajaran daring dapat mempertahankan proses pendidikan. Dalam hal ini, guru dan siswa yang berjauhan secara fisik karena pandemi COVID-19 dapat bertemu secara langsung di kelas virtual (Dhawan, 2020). Guru dapat mengajar materi pembelajaran secara langsung, dan guru juga dapat berinteraksi dengan siswa saat mengajar di kelas virtual. Selain itu, siswa dapat mengumpulkan tugas dan mengakses materi pembelajaran di aplikasi kapan saja.

Berdasarkan wawancara yang dilakukan oleh Fitriyani dan Fernandez (2020) kepada wakil kurikulum SMA di Kota Bukittinggi, sekolah mengaku dapat menjalankan sistem pembelajaran daring selama pandemi COVID-19, baik dalam melaksanakan kelas virtual, mengintegrasikan sistem di aplikasi untuk pengumpulan tugas, maupun menyelenggarakan ulangan daring. Hal ini disebabkan karena guru telah memiliki pengetahuan mengenai penggunaan teknologi. Misalnya, pada aplikasi *Microsoft Teams*, guru mengetahui fitur *video conference* untuk mengajar secara langsung, serta fitur *task and assignment* untuk pengumpulan tugas siswa. Dalam hal ini, sekolah memberikan pelatihan teknologi kepada guru, segera setelah penetapan kebijakan pembelajaran daring. Oleh karena itu, guru dapat menentukan metode pengajaran materi pelajaran sebelum proses belajar mengajar dimulai (Wirza dan Ofianto, 2021).

Dalam pelaksanaannya, meskipun SMA di Kota Bukittinggi dapat melaksanakan pembelajaran daring, sistem pembelajaran ini dapat menimbulkan dampak negatif pada siswa (Handarini, 2020; Fitriyani dan Fernandez, 2020). Sebagian siswa diketahui tidak menunjukkan antusias saat mengikuti kelas daring. Berdasarkan *survey* kepada perwakilan siswa pada bulan November 2020, sebagian siswa terkadang tidak memerhatikan guru di kelas daring, dan lebih memilih untuk menggunakan media sosial atau bermain *game*. Selain itu, sebagian siswa menjelaskan bahwa mereka kurang terdorong untuk mengerjakan tugas serta ujian dengan baik. Selanjutnya, berdasarkan penelitian Fitriyani dan Fernandes (2020), sebagian siswa di Kota Bukittinggi tidak tergerak untuk

mengikuti forum diskusi mata pelajaran yang dibuka oleh guru melalui aplikasi *WhatsApp* maupun *Google Classroom*.

Dampak negatif pembelajaran daring yang dijelaskan sebelumnya menunjukkan permasalahan motivasi pada siswa, di mana sebagian siswa tidak menunjukkan minat, antusias, dan usaha dalam mengikuti pembelajaran, serta tidak mengerahkan upaya yang maksimal untuk mendapatkan nilai akademik yang baik (Schunk, 2014). Motivasi pada siswa dapat diartikan sebagai dorongan yang membuat siswa ingin mengarahkan dan mempertahankan aktivitas tertentu untuk mencapai tujuan akademik, baik berupa tujuan pembelajaran maupun tujuan kinerja (Pintrich, 1990). Tujuan pembelajaran bagi siswa yaitu mendapatkan ilmu pengetahuan, sementara tujuan kinerja bagi siswa yaitu memiliki kinerja yang baik di sekolah yang dibuktikan dengan nilai akademik yang memuaskan (Seifert, 2004). Untuk mencapai tujuan pembelajaran, siswa akan berusaha menerapkan rencana belajar yang sistematis. Sementara itu, siswa akan berusaha mengerjakan tugas, kuis, serta ujian sebaik mungkin untuk mencapai tujuan kinerja (Kartini, 2020).

Cahyani, Listiana, dan Larasati (2020) menjelaskan bahwa motivasi pada siswa SMA diketahui menurun semenjak pelaksanaan kebijakan pembelajaran daring. Sejalan dengan hal tersebut, Niemi dan Kuosa (2020) mengemukakan bahwa seluruh siswa yang mengikuti pembelajaran daring beresiko mengalami penurunan motivasi. Hal ini juga berlaku pada siswa yang sebelumnya memiliki regulasi diri dan kinerja akademik yang baik saat mengikuti pembelajaran tatap muka. Meskipun siswa dengan karakteristik ini dapat mengerjakan tugas yang



diberikan oleh guru, minat dan semangat belajar untuk memperdalam ilmu pengetahuan dapat menurun karena menjumpai berbagai masalah selama pembelajaran daring.

Penurunan motivasi pada siswa SMA selama pembelajaran daring dicirikan dengan adanya penurunan minat dan antusias siswa saat melakukan aktivitas akademik selama pembelajaran daring (Niemi dan Kuosa, 2020). Antusias siswa dapat menurun karena perasaan ingin tahu terhadap materi pembelajaran menurun. Oleh karena itu, siswa kurang tergerak untuk mendengarkan penjelasan guru saat kelas daring. Hal ini mencerminkan penurunan motivasi untuk mencapai tujuan pembelajaran, yaitu memperdalam ilmu pengetahuan. Sejalan dengan hal tersebut, Uka (2020) menjelaskan bahwa penurunan motivasi juga dicirikan dengan menurunnya upaya untuk meningkatkan kinerja akademik siswa. Masalah yang dihadapi selama pembelajaran daring membuat siswa kurang terdorong untuk mengusahakan diri mendapatkan nilai akademik yang maksimal. Hal ini dapat dilihat dari berkurangnya upaya untuk mengerjakan tugas serta ujian sebaik mungkin, di mana mencerminkan penurunan motivasi untuk mencapai tujuan kinerja pembelajaran (Schunk, 2014).

Penurunan motivasi tergambar pada siswa-siswi SMA di Kota Bukittinggi yang mengikuti *survey* penulis melalui *google form* pada bulan Oktober 2020. Sebagian siswa menjelaskan bahwa mereka tidak bersemangat saat mengikuti kelas daring. Siswa yang memiliki kinerja akademik yang baik juga menjelaskan bahwa meskipun telah mengerjakan tugas akademik, ia tidak merasa antusias dalam mengerjakan tugas tersebut. Hal ini mencerminkan adanya penurunan

motivasi untuk mencapai tujuan pembelajaran, di mana minat dan antusias terhadap materi pembelajaran menurun (Schunk, 2014). Sementara itu, sebagian siswa menjadi malas dalam mengerjakan tugas akademik, bahkan terdapat siswa yang tidak mengerjakan tugas akademik serta tidak mengikuti kuis maupun ujian. Fenomena tersebut mencerminkan penurunan motivasi untuk mencapai tujuan kinerja, yang dicirikan dengan berkurangnya keinginan dan upaya untuk mendapatkan nilai akademik yang memuaskan (Pintrich, 1991).

Penurunan tingkat motivasi dapat disebabkan oleh beberapa faktor, salahsatunya stres akademik (Schunk, 2014). Sejalan dengan hal tersebut, Liu (2015) menjelaskan bahwa stres akademik yang muncul saat menghadapi tuntutan akademik dapat memengaruhi motivasi pada siswa. Berbagai tuntutan akademik yang membebani siswa dapat memunculkan stres akademik, di mana siswa menunjukkan berbagai respon terhadap tuntutan akademik karena adanya kondisi tertekan (Busari, 2011). Dalam hal ini, siswa dapat mengembangkan keyakinan negatif bahwa dirinya tidak bisa memenuhi tuntutan tersebut. Emosi siswa menjadi tidak stabil, siswa menjadi mudah lelah, serta siswa berusaha menghindari dari tuntutan akademik untuk mengurangi perasaan tertekan (Seifert, 2004). Hal ini beresiko menurunkan motivasi pada siswa, di mana siswa menjadi tidak terdorong untuk mencapai tujuan akademik karena adanya stres akademik (Schunk,2014; Pascoe, 2019).

Stres akademik dapat diartikan sebagai kondisi mental di mana siswa tertekan karena adanya *stressor* akademik yang membebani diri, di mana siswa menunjukkan berbagai reaksi terhadap tuntutan tersebut (Busari, 2011). Stres

akademik siswa yang tinggi dapat dilihat dari intensitas reaksi siswa terhadap *stressor* akademik (Gadzella, 1994). Reaksi fisiologis ditandai dengan adanya reaksi fisik saat berada pada situasi akademik yang membuat tertekan, seperti berkeringat, mudah lelah, sakit kepala, serta perubahan nafsu makan. Reaksi emosional ditandai dengan adanya perasaan takut, cemas, khawatir, selalu merasa sedih, ataupun marah saat berada pada situasi akademik yang membuat tertekan. Reaksi tingkah laku dapat berupa perilaku menangis, menyakiti diri sendiri maupun orang lain, merokok secara berlebihan, memisahkan diri dengan orang lain, maupun beberapa mekanisme defensif lainnya. Reaksi kognitif ditandai dengan adanya pola pikir mengenai *stressor* akademik, seperti bagaimana siswa memahami *stressor* sebagai suatu kondisi yang membuat siswa tertekan.

Stres akademik dapat terlihat dari hasil *survey* penulis kepada 27 orang perwakilan siswa SMA Kota Bukittinggi pada bulan Oktober 2020. Beberapa orang siswa mengaku mengalami reaksi fisiologis stres akademik seperti sakit kepala, pusing, sulit tidur, dan memiliki masalah nafsu makan saat dihadapkan pada tugas akademik yang banyak. Beberapa orang siswa juga menjelaskan bahwa mereka mengalami reaksi kognitif stres akademik, seperti memiliki pemikiran negatif di mana tidak akan mampu memahami materi pembelajaran dengan baik, serta khawatir apabila tidak dapat mengerjakan tugas. Selain itu, sebagian siswa menjelaskan adanya reaksi tingkah laku, seperti menangis serta menghindari orang lain saat tidak mampu memahami materi pembelajaran dan tidak dapat mengerjakan tugas akademik.

Stres akademik pada siswa dapat meningkat selama pembelajaran daring (Mahaputra, 2020). Siswa diketahui tertekan karena harus mengerjakan tugas yang banyak dalam satu waktu. Selain itu, siswa juga tertekan karena harus mengerjakan tugas terkait materi yang masih belum dipahami. Hal ini dapat terjadi karena guru tidak dapat menggunakan alat peraga saat mengajar di kelas daring, serta siswa tidak dapat melakukan praktikum untuk meningkatkan pemahaman. Agar siswa tetap memahami materi pembelajaran, guru pada berbagai mata pelajaran memberikan berbagai tugas akademik. Kondisi tertekan pada siswa selama pembelajaran daring ini mengindikasikan permasalahan stres akademik yang terjadi saat menghadapi tuntutan akademik yang melebihi sumber daya dirinya (Bisht dalam Lal, 2014).

Menurut Fitriyani dan Fernandez (2021), stres akademik pada siswa SMA di Kota Bukittinggi dapat bersumber dari metode belajar mengajar yang kurang tepat. Meskipun telah memiliki pengetahuan dalam penggunaan teknologi (seperti mengetahui fitur *chat* pada aplikasi tertentu untuk diskusi), sebagian guru masih belum mampu menerapkan metode pembelajaran yang efektif dan efisien. Ketika mengikuti kelas daring, guru terkadang mengajar terlalu cepat, dan siswa diketahui sulit menanyakan secara langsung materi yang dipahami karena keterbatasan waktu. Selain itu, sebagian guru bahkan hanya memberikan tugas tanpa memberikan *feedback* atau diskusi kepada siswa. Berbagai kesulitan yang dialami siswa untuk memahami materi pelajaran tersebut beresiko menimbulkan stres akademik (Mahaputra, 2020).



Stres akademik perlu menjadi perhatian karena adanya berbagai dampak negatif kepada siswa. Menurut Millones (2019), stres akademik dapat menimbulkan berbagai masalah kesehatan, seperti penyakit kardiovaskular, masalah metabolisme, pelemahan sistem imun, serta menimbulkan perilaku tidak sehat, seperti meningkatkan porsi dan intensitas makan, dan mengurangi kegiatan fisik (Shankar & Park (2016). Selain itu, menurut O'Neill, Slater, dan Batt (2017), stres akademik dapat menurunkan motivasi pada siswa. Selama pembelajaran daring, motivasi pada siswa dapat menurun saat siswa mengalami stres terhadap berbagai tuntutan akademik akibat sistem pembelajaran daring yang masih terbilang baru (Mori, 2020).

Berdasarkan pemaparan di atas, penulis melihat urgensi penelitian untuk mengetahui pengaruh stres akademik terhadap motivasi pada siswa selama pembelajaran daring. Berbagai penelitian sebelumnya mengenai stres akademik dan motivasi lebih berfokus pada hubungan antara stres akademik dengan motivasi pada siswa, seperti penelitian yang dilakukan oleh Shinto (1998). Selain itu, penelitian sebelumnya menekankan pada pembelajaran tatap muka, bukan pembelajaran daring. Dengan diketahuinya pengaruh stres akademik terhadap motivasi, hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan sumbangsih pada ilmu pengetahuan, dan membantu pemerintah dalam menyusun kebijakan pembelajaran yang tepat agar dapat mencegah peningkatan stres akademik dan penurunan motivasi pada siswa.

Penelitian mengenai pengaruh stres akademik terhadap motivasi pada siswa penting dilakukan di SMA Kota Bukittinggi. Dari *survey* yang penulis lakukan

kepada siswa dan guru, terdapat permasalahan yang dihadapi selama pembelajaran daring, seperti meningkatnya beban akademik pada siswa. Berbagai permasalahan ini dapat meningkatkan stres akademik apabila sumber daya siswa terbatas. Stres akademik dapat memberikan pengaruh pada motivasi siswa, di mana siswa merasa tidak bersemangat saat mengikuti kelas, tidak mengerahkan upaya yang maksimal dalam belajar, serta tidak memiliki keyakinan bahwa ia dapat memahami materi pembelajaran dan mendapatkan nilai yang baik saat ujian.

## 1.2 Rumusan Masalah

Rumusan masalah penelitian ini adalah: *“Apakah terdapat pengaruh stres akademik terhadap motivasi pada siswa SMA di Kota Bukittinggi dalam Pembelajaran Daring Selama Pandemi COVID-19?”*

## 1.3 Tujuan Penelitian

Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui pengaruh stres akademik terhadap motivasi pada siswa SMA di Kota Bukittinggi dalam pembelajaran daring selama pandemi COVID-19.

## 1.4 Manfaat Penelitian

### 1.4.1 Manfaat Teoritis

Penulis berharap hasil dan analisis hasil penelitian ini dapat memberikan sumbangsih pada pengembangan ilmu psikologi, khususnya mengenai stres akademik dan motivasi pada siswa SMA selama pembelajaran daring. Selain itu,

tulisan ini diharapkan dapat menjadi referensi bagi peneliti selanjutnya yang berkaitan dengan motivasi dan stres akademik.

#### 1.4.2 Manfaat Praktis

##### 1) Bagi Kementerian Pendidikan dan Kebudayaan (Kemendikbud)

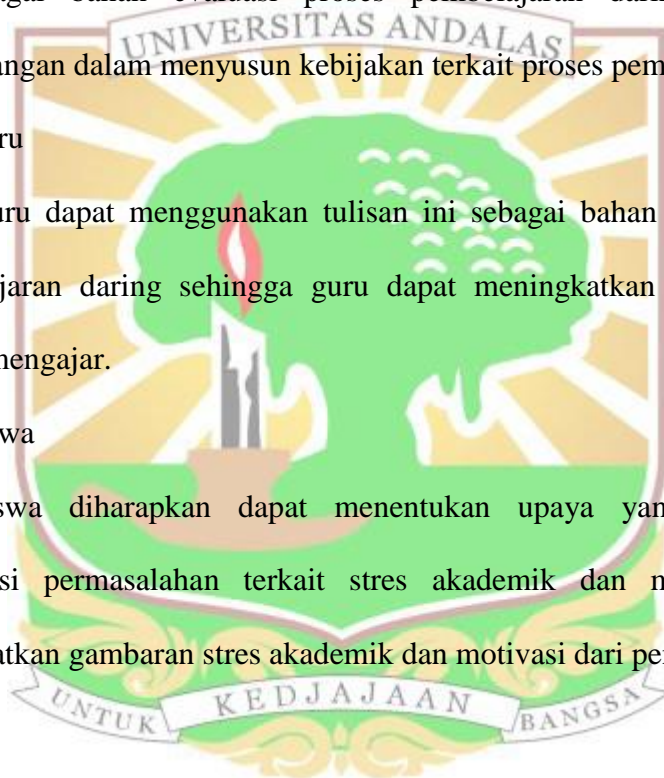
Kemendikbud dapat menggunakan hasil dan analisis hasil penelitian ini sebagai bahan evaluasi proses pembelajaran daring, dan bahan pertimbangan dalam menyusun kebijakan terkait proses pembelajaran.

##### 2) Bagi Guru

Guru dapat menggunakan tulisan ini sebagai bahan evaluasi proses pembelajaran daring sehingga guru dapat meningkatkan kualitas proses belajar mengajar.

##### 3) Bagi Siswa

Siswa diharapkan dapat menentukan upaya yang tepat untuk mengatasi permasalahan terkait stres akademik dan motivasi setelah mendapatkan gambaran stres akademik dan motivasi dari penelitian ini.



#### 1.5 Sistematika Penulisan

Sistematika penulisan penelitian ini ialah sebagai berikut:

**BAB I :** Bab ini berisi uraian latar belakang permasalahan yang diteliti, rumusan masalah, tujuan penelitian, manfaat teoritis dan praktis penelitian, dan sistematika penulisan skripsi.

- BAB II:** Bab ini berisi uraian tinjauan teoritis, penelitian terdahulu yang berhubungan dengan variabel yang diteliti, dinamika variabel pada subjek penelitian, kerangka berpikir, dan hipotesis penelitian.
- BAB III:** Bab ini berisi variabel penelitian yang diteliti, populasi beserta teknik pengambilan sampel penelitian, metode pengumpulan data beserta alat ukur variabel, tahapan penelitian, dan metode analisis data hasil penelitian.
- BAB IV:** Bab ini berisi gambaran data hasil penelitian, analisis hasil penelitian, dan keterbatasan penelitian.
- BAB V:** Bab ini berisi kesimpulan hasil penelitian, serta saran metodologis dan saran praktis.

