

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang Masalah

Saat ini pandemi Covid-19 menjadi salah satu krisis kesehatan utama bagi setiap individu dari semua bangsa, benua, ras, dan kelompok sosial ekonomi. Pandemi adalah momok penyakit yang menyebar ke mana saja pada waktu yang sama, meliputi wilayah topografi yang sangat luas. Pandemi adalah momok yang menyebar ke hampir semua negara atau daratan dan sebagian besar mempengaruhi banyak orang. Peningkatan jumlah penyakit di atas normal yang umumnya terjadi, penyakit ini juga terjadi secara tidak terduga pada jumlah penduduk di suatu wilayah geografis tertentu. (Purwanto et al., 2020).

Virus corona pertama kali muncul di Wuhan, Cina pada akhir tahun 2019, dilansir dari *The New York Times*, pada 31 Desember 2019 pemerintah di Wuhan, Cina membenarkan bahwa otoritas kesehatan mereka tengah merawat puluhan kasus pneumonia, atau disebut paru-paru basah, dengan penyebab yang tidak diketahui. Beberapa hari berikutnya, para peneliti di Cina mengidentifikasi virus baru yang telah menginfeksi puluhan orang di Asia, namun pada saat itu belum ada bukti bahwa virus tersebut mudah disebarkan oleh manusia. Hingga pada tanggal 11 Januari 2020, media Cina melaporkan kematian pertama yang diakibatkan oleh virus tersebut. Pasien yang meninggal adalah seorang pria berusia 61 tahun yang merupakan klien biasa di sebuah pasar di Wuhan, Cina, yang menjadi tempat dimana virus tersebut muncul pertama kali (Taylor, 2020). Kota Wuhan pun akhirnya ditutup oleh otoritas Cina pada 23 Januari 2020 yang

diikuti oleh pernyataan darurat kesehatan global oleh WHO pada 30 Januari 2020. Penyakit virus ini dinamai oleh WHO sebagai Covid-19 pada 11 Februari 2020 (Tamtomo, 2020).

Penyebaran virus corona ini dapat dibilang cepat karena dalam waktu kurang lebih dua bulan sudah menyebar hingga 118 negara dan menginfeksi 119.179 orang per tanggal 11 Maret 2020 (Nugroho, 2020). Inilah yang kemudian membuat WHO menyatakan wabah virus corona sebagai pandemi global pada tanggal 11 Maret 2020, bersamaan ketika Turki, Pantai Gading, Honduras, dan Bolivia mengkonfirmasi kasus pertama di wilayahnya (Tamtomo, 2020). Terhitung tanggal 26 Mei 2020 hingga saat ini virus telah menginfeksi 141.549.845 orang, dengan jumlah kematian 3.021.397 serta menginfeksi 223 negara (WHO, 2021).

Di Indonesia sendiri, penyebaran virus ini ditemukan pertama kali pada tanggal 2 Maret 2020, dan hal ini disampaikan langsung oleh Presiden Joko Widodo (Nuraini, 2020). Berdasarkan data perkembangan Covid-19 di Indonesia pada tanggal 20 April 2021, saat ini telah menginfeksi 1.614.849 jiwa dengan jumlah kematian 43.777 jiwa, jumlah pasien yang sembuh 1.468.142 jiwa dan menginfeksi 34 Provinsi sedangkan di Provinsi Gorontalo sendiri saat ini telah menginfeksi 5.331 jiwa dengan jumlah kematian 161 orang, jumlah pasien yang sembuh 5076 jiwa, dan yang menjalani perawatan sejumlah 94 jiwa. Data ini akan terus bertambah hingga belum bisa dipastikan kapan pandemi akan berakhir (Kemenkes RI, 2021).

Pandemi Covid-19 menjadi krisis kesehatan yang pertama dan terutama di dunia, mewabahnya pandemi Covid-19 mengubah cara kebiasaan masyarakat dalam hal bekerja, belajar, memenuhi kebutuhan sehari-hari, bahkan berinteraksi. Hingga berdampak pada beberapa bidang diantaranya bidang kesehatan meluas pada bidang ekonomi, politik, sosial hingga bidang pendidikan yang mencakup berbagai latihan yang secara teratur seharusnya dilakukan secara langsung harus diselesaikan dengan menggunakan teknologi yang ada (Afrianto, 2020). Berbagai upaya dilakukan pemerintah untuk memutus mata rantai penyebaran virus ini, dalam dunia pendidikan pemerintah mengeluarkan kebijakan agar proses belajar mengajar dialihkan ke rumah, dasar pertimbangannya adalah *physical* dan *social distancing*. Pembelajaran internet dilakukan dengan cara yang berbeda oleh guru di tengah penutupan sekolah dalam mengantisipasi Covid-19 ini (Charismiadi, 2020).

Banyak sekolah menerapkan teknik tugas *online* untuk siswa, tugas tersebut dilakukan melalui berbagai media berbasis web yang dapat diakses, terutama grup WhatsApp. Dalam keadaan krisis akibat Covid seperti sekarang, ini adalah jenis tugas yang dinilai berhasil dalam pembelajaran saat ini. Pada tanggal 24 Maret 2020 Menteri Pendidikan dan Kebudayaan Republik Indonesia mengeluarkan Surat Edaran Nomor 4 Tahun 2020 tentang pelaksanaan kebijakan pendidikan dalam masa darurat penyebaran covid, dalam surat edaran tersebut dijelaskan bahwa proses belajar dilaksanakan di rumah melalui pembelajaran jarak jauh/daring untuk memberikan pengalaman belajar yang bermakna bagi siswa. Pembelajaran berbasis web adalah pemanfaatan jaringan web dalam interaksi

pembelajaran. Pemanfaatan media *online* atau media berbasis visual dan suara merupakan salah satu alternatif agar siswa dapat menerima topik pembelajaran dengan baik (Purba, 2020).

Meskipun sistem pembelajaran sudah diterapkan secara daring, namun sistem ini tentu tidak seefektif pembelajaran di sekolah. Hal ini terjadi karena beberapa faktor yakni pembelajaran lebih banyak bersifat teoritis dan minim praktik karena tidak memungkinkan adanya interaksi langsung antara siswa dengan guru, dan juga bagi mereka yang tinggal di lokasi yang infrastruktur komunikasinya masih kurang baik tentu akan kesulitan untuk mengakses internet. Selain itu, tidak semua siswa memiliki dan mampu mengakses peralatan yang dibutuhkan (baik itu komputer, *laptop*, *handphone* atau perangkat lainnya) sebagai media pembelajaran *online* serta banyaknya distraksi yang bisa mengganggu konsentrasi siswa saat belajar sehingga dapat mengganggu proses pembelajaran (Kurniawati, 2020).

Kegiatan belajar dari rumah yang diterapkan selama pandemi berlangsung memunculkan beragam kondisi diantaranya adalah kejenuhan dan menurunnya semangat siswa dalam belajar. Seperti yang disebutkan dalam penelitian Nurkholis (2020) bahwa dampak dari situasi pandemi Covid-19 pada peserta didik adalah kejenuhan dan kebosanan. Kejenuhan belajar merupakan salah satu masalah yang sering dialami oleh siswa yang mengakibatkan menurunnya tingkat motivasi belajar, timbulnya rasa malas, dan menurunnya tingkat prestasi belajar siswa. Artinya timbulnya rasa malas dan menurunnya motivasi belajar diakibatkan siswa mengalami kejenuhan dalam belajar (Sutarjo et al., 2014).

Pembelajaran jarak jauh/daring juga tidak terlepas dari tugas, guru selalu memberikan tugas setiap hari setelah selesai pembelajaran. Tugas penting bagi guru untuk melakukan penilaian terhadap hasil belajar siswa, tugas berfungsi sebagai tolak ukur guru untuk mengetahui sampai sejauh mana siswa memahami materi yang sedang dipelajari. Selain menjadi tolak ukur, tugas juga bisa menjadi media untuk evaluasi tentang pemahaman siswa dan memantau aktivitas belajar siswa. Setiap guru mata pelajaran hampir setiap hari memberikan tugas kepada siswa sehingga siswa mengalami kelelahan yang amat sangat karena tugas yang harus dikerjakan terlalu banyak, sedangkan batas waktu pengumpulan tugas yang relatif singkat. Siswa pun menjadi kehilangan semangat untuk belajar serta merasa terbebani dan cenderung memicu terjadinya stres (Ningsih, 2020).

Stres merupakan hal yang pasti terjadi pada setiap orang dan tidak dapat dihindari sepanjang kehidupan sehari-hari. Stres merupakan respon fisik dan mental terhadap suatu minat dan dapat menimbulkan tekanan, mengganggu ketergantungan hidup dan mempengaruhi kerangka hormonal tubuh (Sunaryo, 2013). Stres dapat dialami oleh seseorang dimanapun berada seperti keluarga, sekolah, pekerjaan, dan masyarakat. Stres dapat dirasakan oleh semua orang dari berbagai usia, mulai anak-anak, remaja, dewasa ataupun lanjut usia. Stres dapat membahayakan fisik maupun mental seseorang (Kupriyanov, 2014).

Setiap individu dapat menghadapi tekanan, termasuk siswa, beban pada siswa dalam iklim ilmiah adalah reaksi siswa terhadap permintaan yang berbeda yang berasal dari ukuran pendidikan dan pembelajaran. Pada zaman sekarang ini hampir semua orang dalam hidupnya pernah mengalami stres. Stres dalam bentuk

apa pun adalah bagian dari kehidupan sehari-hari. Apabila individu tersebut kurang mampu mengadaptasikan dirinya dengan tuntutan-tuntutan atau masalah-masalah yang muncul, maka individu tersebut akan cenderung mengalami stres.

Stres ditandai dengan gejala fisik, emosional, intelektual dan interpersonal. Sulit tidur, mudah lelah, sering terasa letih, ketegangan otot bahkan sampai diare merupakan gejala fisik dari stres (Nurmaliyah, 2014). Stres menurut tingkatannya dibagi menjadi stres ringan, sedang dan berat. Stres ringan ditandai dengan mudah lelah, tidak bisa santai, hal ini akan hilang jika stres dapat diatasi. Stres sedang ditunjukkan dengan respon tubuh badan terasa mau pingsan, badan terasa ingin jatuh, dan konsentrasi serta daya ingat menurun. Stres berat dapat memunculkan gangguan pencernaan, denyut jantung yang semakin keras, sesak napas, dan tubuh terasa gemetar (Atziza, 2015).

Menurut Lubis (2016) stres yang tidak teratasi dapat menyebabkan seseorang bisa jatuh ke fase depresi. Depresi merupakan gangguan mental yang sering terjadi ditengah masyarakat. Depresi dapat dialami oleh kelompok usia, Hasil Riskesdas 2018 menunjukkan gangguan depresi di Indonesia sudah mulai terjadi sejak rentang usia remaja (15-24 Tahun), dengan prevalensi (6,2%). Pola prevalensi depresi semakin meningkat seiring dengan peningkatan usia, tertinggi pada umur 75 tahun sebesar (8,9%) (Riskesdas, 2018). Berdasarkan survei terbaru berskala Nasional pertama di Cina mengenai stres negatif psikologis akibat Covid-19, yang melibatkan 52.730 responden dari 36 provinsi, didapatkan data perempuan (24,8%) lebih stres dibanding laki-laki (21,4%).

Jumlah orang stres yang berusia 18-30 tahun dan >60 tahun sama saja, masing-masing sekitar 27% (Qiu et al., 2020).

Berdasarkan data kementerian pendidikan dan budaya terdapat 13 sekolah di Kota Gorontalo baik dari tingkat SMA maupun SMK, yakni dengan jumlah siswa terendah di SMA Negeri 6 Gorontalo sebanyak 34 siswa dan belum terakreditasi sementara sekolah dengan jumlah siswa terbanyak adalah SMK 1 Negeri Gorontalo terdapat 2047 siswa dengan akreditasi B, sementara urutan selanjutnya adalah SMA 1 Gorontalo sebanyak 1473 dengan akreditasi A (Kemendikbud, 2021).

Berdasarkan swaperiksa kesehatan jiwa terkait Covid-19 yang dilakukan oleh PDSKJI (Perhimpunan Dokter Spesialis Kesehatan Jiwa Indonesia) melalui pemeriksaan mandiri via daring melalui laman resmi PDSKJI didapatkan sebanyak 69% dari 2.364 orang responden memiliki masalah psikologis. Swaperiksa terkait pandemi Covid-19 di Indonesia tersebut memeriksa tiga masalah psikologis yaitu cemas, depresi, dan trauma psikologis dengan persentase cemas sebanyak 63%, depresi sebanyak 66% dan trauma psikologis 80%. Dari 2.364 responden tersebut didapatkan 182 mengalami trauma psikologis Covid-19, responden tersebut paling banyak adalah perempuan 85% dengan usia minimal 16 tahun dan maksimal 60 tahun, 80% responden memiliki gejala stres paska trauma psikologis karena mengalami atau menyaksikan peristiwa tidak menyenangkan terkait Covid-19 yakni 46% mengalami gejala berat, 33% gejala sedang, 2% gejala ringan, dan 19% tidak ada gejala (*Indonesian Psychiatric Association*, 2020).

Berdasarkan penelitian Fitriani (2021) gambaran stres akademik dari 228 siswa SMP Kota Padang selama pembelajaran daring didapatkan bahwa 4,8% siswa mengalami stres akademik rendah, 54,4% siswa mengalami stres akademik yang sedang dan 40,8% siswa mengalami stres akademik tinggi. Dapat disimpulkan bahwa 95,2% siswa mengalami stres akademik saat penerapan pembelajaran daring. Putera (2020) juga menyatakan bahwa pandemi dapat menimbulkan masalah psikologis seperti depresi, kecemasan, dan stres dirasakan oleh kelompok usia dewasa awal. Dalam hasil penelitiannya menunjukkan responden yang mengalami depresi dalam tingkat normal dengan jumlah 212 orang, ringan 37 orang, sedang 56 orang, berat 42 orang, dan sangat berat 25 orang. Responden yang mengalami kecemasan dalam tingkat normal dengan jumlah 143 orang, ringan 29 orang, sedang 80 orang, berat 57 orang, dan sangat berat 63 orang. Responden yang mengalami stres dalam tingkat normal dengan jumlah 172 orang, ringan 64 orang, sedang 72 orang, berat 46 orang, dan sangat berat 18 orang.

Berdasarkan hasil observasi awal dan wawancara pada tanggal 23 Maret 2021, pada 2 orang siswa laki-laki dan 5 siswa perempuan didapatkan data bahwa siswa merasa letih dengan banyaknya tugas sekolah, pusing dalam menyelesaikan tugas sekolah dengan waktu yang telah ditentukan, merasa cemas menghadapi ujian, merasa tidak puas dengan hasil belajar yang diperoleh, selain itu siswa mengeluh dengan kendala jaringan internet yang tidak stabil dan kuota internet yang tidak cukup, hal ini menimbulkan beberapa kendala teknis seperti tugas yang tidak terkirim, terlambat mengikuti kelas, hingga kesulitan mendengarkan

penjelasan guru dengan baik. Siswa mengatakan metode pembelajaran yang diterapkan terlalu membebani karena mereka diharuskan mengikuti metode pembelajaran yang terdiri dari pelajaran wajib, peminatan dan lintas minat yang bukan dari jurusan mereka. Dalam metode pembelajaran siswa juga diharuskan memenuhi tugas berupa praktek yang dikirim berdasarkan video, dimana siswa dituntut untuk menyiapkan segala fasilitas secara mandiri. Selain itu, siswa masih menganggap pembelajaran daring sebagian besar hanya memberikan tugas melalui web saja ataupun hanya sekedar mengisi absen sehingga tidak adanya interaksi antara pendidik dan siswa sebagaimana saat bertemu dalam media internet. Beberapa permasalahan ini muncul akibat bentuk dari kesulitan siswa dalam mengikuti ataupun menerima pelajaran yang menuntut mereka agar dapat beradaptasi dengan segala situasi dan perubahan metode pembelajaran, sehingga dari kesulitan belajar inilah peserta didik menjadi frustrasi dan berujung pada stres belajar, jika siswa tidak dapat menyesuaikan hal-hal yang muncul selama pembelajaran dengan media daring, hal tersebut dapat menyebabkan tekanan dan dapat mengganggu kesehatan serta melemahkan fisik.

Berdasarkan uraian di atas, maka peneliti tertarik untuk meneliti tentang “Gambaran tingkat stres pada siswa dengan metode pembelajaran daring di masa pandemi di SMA Negeri 1 Gorontalo”.

Identifikasi Masalah

Berdasarkan latar belakang yang telah diuraikan sebelumnya maka dapat diidentifikasi masalah sebagai berikut:

1. WHO menyatakan wabah virus corona sebagai pandemi global pada tanggal 11 Maret 2020, bersamaan ketika Turki, Pantai Gading, Honduras, dan Bolivia mengkonfirmasi kasus pertama di wilayahnya (Tamtomo, 2020). Terhitung tanggal 26 Mei 2020 hingga saat ini virus telah menginfeksi 141.549.845 orang, dengan jumlah kematian 3.021.397 serta menginfeksi 223 negara (WHO, 2021).
2. Di Indonesia sendiri, penyebaran virus ini ditemukan pertama kali pada tanggal 2 Maret 2020, dan hal ini disampaikan langsung oleh Presiden Joko Widodo (Nuraini, 2020). Berdasarkan data perkembangan Covid-19 di Indonesia pada tanggal 20 April 2021, saat ini telah menginfeksi 1.614.849 orang dengan jumlah kematian 43.777 jiwa, jumlah pasien yang sembuh 1.468.142 orang, dan data ini akan terus bertambah hingga belum bisa dipastikan kapan pandemi akan berakhir (Kemenkes RI, 2021).
3. Di Provinsi Gorontalo sendiri saat ini telah menginfeksi 5.331 jiwa dengan jumlah kematian 161 orang, jumlah pasien yang sembuh 5076 jiwa, dan yang menjalani perawatan sejumlah 94 jiwa. Data ini akan terus bertambah hingga belum bisa dipastikan kapan pandemi akan berakhir (Kemenkes RI, 2021).

4. Berdasarkan swaperiksa kesehatan jiwa terkait Covid-19 yang dilakukan oleh PDSKJI (Perhimpunan Dokter Spesialis Kesehatan Jiwa Indonesia) melalui pemeriksaan mandiri via daring melalui laman resmi PDSKJI didapatkan sebanyak 69% dari 2.364 orang responden memiliki masalah psikologis. Dari data tersebut didapatkan 182 responden mengalami trauma psikologis Covid-19 responden tersebut paling banyak adalah perempuan 85% dengan usia minimal 16 tahun dan maksimal 60 tahun, 80% responden memiliki gejala stres paska trauma psikologis karena mengalami atau menyaksikan peristiwa tidak menyenangkan terkait Covid-19 yakni 46% mengalami gejala berat, 33% gejala sedang, 2% gejala ringan, dan 19% tidak ada gejala (*Indonesian Psychiatric Association*, 2020).
5. Berdasarkan hasil observasi awal dan wawancara pada tanggal 23 Maret 2021, pada 2 orang siswa laki-laki dan 5 siswa perempuan didapatkan data bahwa siswa merasa letih dengan banyaknya tugas sekolah, pusing dalam menyelesaikan tugas sekolah dengan waktu yang telah ditentukan, merasa cemas menghadapi ujian, merasa tidak puas dengan hasil belajar yang diperoleh, sehingga stres yang muncul membuat hilangnya konsentrasi belajar serta tidak semangat dalam belajar. Selain itu siswa mengeluh dengan kendala jaringan internet yang tidak stabil dan kuota internet yang tidak cukup, hal ini menimbulkan beberapa kendala teknis seperti tugas yang tidak terkirim, terlambat mengikuti kelas, hingga kesulitan mendengarkan penjelasan guru dengan baik akibat koneksi yang buruk.

Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang dan identifikasi masalah di atas, dapat dirumuskan masalah “Bagaimana gambaran tingkat stres pada siswa dengan metode pembelajaran daring di masa pandemi di SMA Negeri 1 Gorontalo?”.

Tujuan Penelitian

Tujuan penelitian ini adalah mengetahui gambaran tingkat stres pada siswa dalam mengikuti metode pembelajaran daring di masa pandemi di SMA Negeri 1 Gorontalo.

Manfaat Penelitian

Manfaat Teoritis

Secara teoritis penelitian ini dapat menambah wawasan dan mengembangkan ilmu pengetahuan kesehatan dibidang keperawatan terutama tentang gambaran tingkat stres siswa dengan metode pembelajaran daring di masa pandemi.

Manfaat Praktis

1. Bagi Sekolah

Penelitian ini dapat menjadi sumber informasi dan pengembangan ilmu bagi sekolah tentang kondisi kesehatan mental yang akan dihadapi selama mengikuti pembelajaran daring dimasa pandemi.

2. Bagi Siswa

Penelitian ini dapat menjadi gambaran bagi siswa untuk mengetahui tentang kondisi kesehatan mental yang akan dihadapi, dalam hal ini stres mengikuti pembelajaran daring dimasa pandemi.

3. Bagi Peneliti Selanjutnya

Penelitian ini dapat digunakan sebagai bahan atau pembandingan bagi penelitian selanjutnya yang berkaitan dengan masalah kesehatan mental.