

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Virus sudah lama ditemukan dan sudah menjadi hal yang umum ditemukan di hewan dan juga manusia, virus dapat berpindah dari hewan ke manusia dan menyebabkan sakit. Terdapat beberapa virus corona yang telah diketahui menginfeksi manusia. Kebanyakan virus korona menyebabkan infeksi saluran pernapasan atas (ISPA), tetapi *Middle East Respiratory Syndrome Coronavirus* (MERS CoV), *Severe Acute Respiratory Syndrome Associated Coronavirus* (SARSr CoV) dan *Novel Coronavirus 2019* (COVID-19) dapat menyebabkan pneumonia ringan dan bahkan berat, serta penularan yang dapat terjadi antar manusia (Safrizal, 2020: 3).

Virus korona jenis baru ini baru saja ditemukan oleh manusia pada akhir tahun 2019 di kota Wuhan, Tiongkok, dan kemudian diberi nama *Severe Acute Respiratory Syndrome Coronavirus 2* (SARS- COV2), dan menyebabkan penyakit *Coronavirus Disease-2019* (COVID-19). Paru-paru adalah organ yang paling terpengaruh oleh COVID-19, Virus ini menggunakan permukaan khusus, yang disebut “*spike*”, untuk terhubung dan memasuki sel inang (Safrizal, 2020: 4).

Coronavirus termasuk keluarga besar virus yang menyebabkan penyakit pada manusia dan hewan. Virus ini menyebabkan penyakit infeksi saluran pernafasan, mulai flu biasa hingga penyakit yang serius. Cara penularan virus ini yakni melalui tetesan pernapasan dari batuk dan bersin (Safrizal, 2020: 3). Virus ini cukup berbahaya dan bahkan mematikan bila penderita tidak bergegas untuk memeriksakan diri dan mendapatkan perawatan medis. Virus ini juga dapat bertahan hingga tiga hari di plastik dan juga *stainless steel*. Seseorang yang telah menyentuh barang tertentu yang terdapat SARS- COV2 dipermukaannya dapat menempel di tangan orang tersebut, jika orang itu tidak sengaja memasukkan jarinya kedalam hidung, mulut atau mengucek mata, maka orang ini dapat tertular virus tersebut.

Sejak Indonesia ditetapkan darurat Covid-19 pada 24 Maret 2020 sesuai dengan kebijakan kemendikbud SE Nomor 4 Tahun 2020, kemedikbud telah mengambil tindakan dengan WFH (*Work From Home*) agar penyebaran wabah Covid-19 tidak semakin meluas.

Dampak mewabahnya virus corona (Covid-19) kini juga telah dirasakan oleh dunia pendidikan. Hal ini telah diakui oleh organisasi Pendidikan, Keilmuan, dan Kebudayaan Perserikatan Bangsa-Bangsa (UNESCO), bahwa wabah virus corona telah berdampak terhadap sektor pendidikan. Hampir 300 juta siswa terganggu kegiatan sekolahnya di seluruh dunia dan terancam hak-hak pendidikan mereka di masa depan (Rajab, 2020). Kemendikbud membuat kebijakan belajar dari rumah untuk mereka para siswa tetap bisa belajar walaupun dari rumah tanpa bertatap muka langsung dengan guru mereka. Hal ini dilakukan oleh pemerintah untuk memperlambat penyebaran penularan COVID-19 yang bisa saja menular disaat para siswa sedang berkumpul dengan teman-temannya saat berada di lingkungan sekolah dan di kelas saat jam pelajaran sedang berlangsung.

Untuk mempermudah pengajaran yang dilakukan oleh para guru untuk murid-murid mereka supaya nilai tetap bisa didapatkan selama tidak memasuki sekolah, maka belajar dari rumah dengan menggunakan metode pembelajaran melalui *e learning* merupakan sebuah jawaban dari permasalahan ini, mengingat dengan menggunakan metode pembelajaran secara *e learning* tidak memerlukan tatap muka langsung dengan guru selama kegiatan belajar mengajar. *E Learning* merupakan singkatan dari *Electronic Learning*, yang dimana pembelajaran ini menggunakan media elektronik khususnya internet sebagai sistem pembelajaran dalam proses belajar mengajar. Menurut Kumar (2002: 2), *e-learning* sebagai media pengajaran dan pembelajaran yang menggunakan rangkaian elektronik (LAN, WAN, atau internet) untuk menyampaikan isi pembelajaran, interaksi, atau bimbingan. Sedangkan Rosenberg (2001) menyatakan bahwa *e-learning* merujuk pada penggunaan teknologi internet untuk mengirimkan serangkaian solusi yang dapat meningkatkan pengetahuan dan keterampilan. Menurut Hartley (dalam Haris, 2016: 2), *e-learning* merupakan suatu jenis belajar mengajar yang cara menyampaikan bahan ajar ke siswa dengan menggunakan media internet, intranet atau media jaringan komputer lain.

Perbedaan Pembelajaran Tradisional dengan *e-learning* yaitu kelas ‘tradisional’, guru dianggap sebagai orang yang serba tahu dan ditugaskan untuk menyalurkan ilmu pengetahuan kepada pelajarnya. Sedangkan di dalam pembelajaran *e-learning* fokus utamanya adalah pelajar. Pelajar mandiri pada waktu tertentu dan bertanggung-jawab untuk pembelajarannya. Suasana pembelajaran *e-learning* akan ‘memaksa’ pelajar memainkan peranan yang lebih aktif dalam pembelajarannya. Pelajar membuat perancangan dan mencari materi dengan usaha, dan inisiatif sendiri. (Sudaryanto, 2016).

Komisi Perlindungan Anak Indonesia (KPAI) menerima pengaduan sejumlah orang tua siswa yang mengeluhkan tugas-tugas yang dibagikan guru kepada anak-anak mereka secara daring (*online*). Anak-anak justru stress karena mendapatkan berbagai tugas setiap hari dari gurunya. Beberapa permasalahan yang muncul yang berkaitan dengan sistem pembelajaran via online, baik berupa kesiapan siswa, penguasaan teknologi, kendala-kendala lain yang dialami selama menggunakan sistem ini, akan terjawab dalam penelitian ini. Sehingga evaluasi bisa dilakukan untuk meminimalisir kendala dan permasalahan yang dihadapi siswa selama menggunakan cara ini. Dengan demikian Kedepannya pembelajaran via *online* akan semakin baik dan tercapai hasil pendidikan yang sesuai dengan cita-cita mulia bangsa Indonesia yang terdapat dalam pembukaan UUD 1945 alinea ke-4, salah satunya adalah mencerdaskan kehidupan bangsa.

Perubahan metode pembelajaran dengan cara klasikal dan tatap muka menjadi metode *online* mendapatkan berbagai reaksi dari siswa. Waktu yang singkat, tugas yang banyak, jumlah kuota, kondisi sinyal membuat siswa mempersiapkan semuanya dengan baik. Selain itu diketahui juga bahwa program belajar melalui via *online* mempunyai *hidden skill* yaitu kemampuan untuk menguasai teknologi dan menggunakannya dengan benar. Di sisi lain kebijakan penutupan sementara lembaga pendidikan dengan berbagai fasilitas pendukungnya dalam jangka pendek dan jangka menengah membuat banyak siswa terdampak, khususnya mereka yang memiliki tinggal di daerah dengan keterbatasan infrastruktur dan daya dukung lainnya semakin memperluas kesenjangan digital.

Wawancara yang dilakukan oleh peneliti pada 6 Juli 2020 terhadap guru bahasa Indonesia yang berinisial RF menjelaskan bahwa program belajar dari rumah mendatangkan sisi positif maupun negatif dalam penerapannya, seperti halnya mengandalkan sebuah aplikasi seperti Google *Classroom*, aplikasi *zoom* sebagai aplikasi untuk bertatap muka secara online, dan koneksi internet yang harus memadai. Sisi positifnya adalah siswa tetap bisa aktif belajar dengan guru walaupun tidak sedang di sekolah.

Wawancara berikutnya pada tanggal 6 Juli 2020, peneliti melakukan wawancara terhadap guru BK berinisial SI. Menurut beliau, dalam menyikapi program belajar dari rumah, para guru dan murid juga harus cepat beradaptasi dan menerapkan pembelajaran yang membuat murid tetap fokus, serta suasana pembelajaran rumah itu dinilai lebih fleksibel, maka dari itu ada beberapa murid yang terlambat mengikuti kelas *online*. Ini merupakan sebuah tantangan

tersendiri untuk para guru supaya murid-murid datang dan mengumpulkan tugas tepat waktu saat kelas *online*.

Menurut keterangan subjek, pada sekolah SMA “X” ini juga memberlakukan kegiatan belajar mengajar secara *online* melalui aplikasi *video call* dan aplikasi penunjang *e learning* lainnya. Terdapat dampak atau gejala stres yang timbul dan dirasakan oleh para murid dengan adanya pembelajaran secara daring dan hanya dari rumah. Peneliti mengukur stres subjek dengan melihat indikator stres yang muncul dari subjek, jika subjek semakin menunjukkan adanya indikasi ke arah indikator stres, maka dapat dikatakan subjek tersebut sedang mengalami stres. Berikut merupakan wawancara yang dilakukan oleh peneliti terhadap subjek berdasarkan teori stres Sarafino (2011):

Tabel 1.1 Hasil Wawancara Aspek Stres

No	Tanggal	Subjek	Indikator Stres	Aspek stres yang muncul
1	12 Mei 2020	DP	Biologis	Tugas yang banyak mempengaruhi jam tidur DP karena <i>deadline</i> pengumpulan tugas sangat cepat. Dan hal tersebut juga mempengaruhi pola makan DP.
			Psikologis	
			a. Kognisi	Mengalami gangguan konsentrasi selama belajar dari rumah, kehilangan konsentrasi karena banyak hal-hal yang difavoritkan selain belajar itu sendiri
			b. Emosi	Walaupun belajar di rumah ada <i>google</i> , tetap ada batasnya, dan hal tersebut membuatnya menjadi lebih mudah marah.
			Perilaku Sosial	Tugas yang banyak membuat DP harus berdiam diri di kamarnya.
2	29 Juli 2020	GN	Biologis	Mengalami pusing-pusing karena teradapat banyak tugas dan sekaligus menjadi pengurus kelas. Mengalami perubahan pola makan dan jam tidur terganggu oleh tugas yang bermacam-macam.
			Psikologis	
			a. Kognisi	Karena dengan belajar dari rumah, GN mengalami gangguan konsentrasi karena sering diganggu oleh adiknya di rumah saat belajar dan sedang sekolah <i>online</i> .
			b. Emosi	Dengan tugas yang menumpuk, GN menjadi lebih emosian dan marah.
			Perilaku Sosial	Selama pandemi dan belajar dari rumah, GN tetap aktif dalam kegiatan seperti remaja masjid.

Berdasarkan wawancara diatas, selain memiliki sisi positif dalam *e-learning* seperti menghindarkan dari kontak fisik langsung, *e-learning* juga mendatangkan sisi negatif. Dalam pembelajaran secara *online* selama wabah virus korona, para siswa terpaksa untuk belajar secara mandiri di rumah dan bertatap muka selama proses belajar mengajar dengan guru mereka masing-masing secara *online*. Dengan berdiam diri di rumah, mengerjakan setiap tugas yang diberikan oleh guru mereka hanya dari rumah dan tidak dapat bersosialisasi atau berkumpul dan berbincang bincang dengan temannya, dapat membuat para siswa merasa bosan dan bahkan tertekan dengan tuntutan tugas yang diberikan oleh sekolah.

Selama pandemi dan keluarnya surat edaran yang membuat para pelajar harus belajar dari rumah dikarenakan *lockdown*, membuat mereka juga tidak dapat keluar untuk bersosialisasi dan bertemu teman-temannya diluar rumah. Subjek mengatakan bahwa jarang nya komunikasi antar teman karena koneksi internet yang buruk dan tidak memiliki kuota internet membuat ia lebih merasa tertekan berada dirumah, dan ia juga menambahkan bahwa selama *lockdown* ia tidak bisa *hang out* bersama teman-teman yang notabene nya ialah orang yang suka *hang out* dari pada bertemu lewat *video call* atau melalui *chatting*.

Dalam kehidupan sehari-hari, kita tidak lepas dengan yang namanya stres. Menurut Kupriyanov dan Zhdanov (2014: 179), stres yang ada dan terjadi di kehidupan saat ini adalah sebuah atribut didalam kehidupan modern ini. Stres dapat terjadi di lingkungan sekolah, keluarga, kerja, dan dimanapun juga termasuk didalam rumah sendiri. Umur bukanlah batasan seseorang mengalami stres, anak-anak, remaja, dewasa bahkan lanjut usia sekalipun.

Menurut Fieldman (1989, dalam Purnama, 2017) Stres merupakan suatu penilaian terhadap ketidakmampuan dirinya mengatasi hal-hal sehingga menimbulkan pemikiran bahwa suatu peristiwa tersebut sebagai sesuatu yang mengancam, membahayakan, menantang, dan individu merespon peristiwa tersebut pada level fisiologis, emosional, kognitif dan perilaku. Sedangkan menurut Lazarus dan Folkman (1984), stres adalah suatu hubungan tertentu yang dialami individu dengan lingkungannya sebagai hal yang melebihi kapasitasnya serta membahayakan dirinya.

Stres merupakan respon alamiah yang dimunculkan oleh individu bila ia merasa tidak memiliki kemampuan atau tidak mampu untuk menghadapi stressor yang dapat berasal dari dalam maupun luar dari individu yang mengalami stres tersebut. Jika individu dapat mengatasi stressor yang dihadapi secara memadai, maka tidak akan timbul stres pada individu. Jika stressor

telah dihadapi dan berhasil dilewati, maka individu cenderung kembali kepada keseimbangan semula seperti ia tidak memiliki stresor apapun.

Menurut Yani (1997, dalam Maryam:102) Individu yang mengalami stres akan mencari jalan keluar untuk mengurangi dan menetralkan rasa stres itu atau yang disebut dengan coping stres. Coping merupakan perilaku yang dilakukan individu untuk mengurangi atau menghilangkan ketegangan dalam kondisi stres. Sedangkan menurut Sarafino (2002) coping merupakan usaha individu untuk mengurangi atau menetralkan stres yang terjadi padanya. Dalam pandangan Haber dan Runyon (1984, dalam Maryam:102) coping adalah semua bentuk perilaku dan pikiran (negatif atau positif) yang dapat mengurangi kondisi yang membebani individu agar tidak menimbulkan stres.

Dapat diambil kesimpulan, coping merupakan (1) Respon perilaku dan pikiran individu terhadap stres. (2) penggunaan sumber yang ada pada diri individu atau lingkungannya (3) pelaksanaan coping dilakukan secara sadar oleh individu. Dan (4) bertujuan untuk mengurangi atau mengatur konflik-konflik yang timbul dari diri sendiri dan diluar dirinya (internal or external conflict), sehingga dapat meningkatkan kehidupan individu tersebut menjadi lebih baik. Perilaku coping juga merupakan transaksi atau cara yang dilakukan individu untuk mengatasi berbagai tuntutan (internal dan eksternal) sebagai sesuatu yang membebani dan mengganggu hidupnya.

1.2 Penelitian Terdahulu

Sebelumnya terdapat penelitian yang dilakukan oleh peneliti lain terkait dengan bagaimana proses belajar dari rumah yang dialami para murid-murid dalam dunia pendidikan dan bagaimana yang mereka rasakan terhadap proses belajar mengajar hanya dari dalam rumah.

Penelitian yang dilakukan oleh Purwanto (2020), menunjukkan bahwa beberapa dampak yang dirasakan murid pada proses belajar mengajar di rumah adalah para murid merasa dipaksa belajar jarak jauh tanpa sarana dan prasarana memadai di rumah. Fasilitas ini sangat penting untuk kelancaran proses belajar mengajar, untuk pembelajaran online di rumahnya seharusnya disediakan dulu fasilitasnya seperti *laptop*, komputer ataupun *handphone* yang akan memudahkan murid untuk menyimak proses belajar mengajar online.

Kendala selanjutnya yaitu murid belum ada budaya belajar jarak jauh karena selama ini sistem belajar dilaksanakan adalah melalui tatap muka, murid terbiasa berada di sekolah untuk berinteraksi dengan teman-temannya, bermain dan bercanda gurau dengan teman-temannya

serta bertatap muka dengan para gurunya, dengan adanya metode pembelajaran jarak jauh membuat para murid perlu waktu untuk beradaptasi dan mereka menghadapi perubahan baru yang secara tidak langsung akan mempengaruhi daya serap belajar mereka.

Dampak selanjutnya yang dialami murid yaitu sekolah diliburkan terlalu lama membuat anak-anak jenuh, mereka mulai jenuh di rumah dan pingin segera ke sekolah bermain dengan teman-temannya, murid terbiasa berada di sekolah untuk berinteraksi dengan teman-teman mereka, bermain dan bercanda gurau dengan serta bertatap muka dengan para gurunya.

Dampak terhadap orang tua yaitu adanya penambahan biaya pembelian kuota internet bertambah, teknologi online memerlukan koneksi jaringan ke internet dan kuota oleh karena itu tingkat penggunaan kuota internet akan bertambah dan akan menambah beban pengeluaran orang tua. Untuk melakukan pembelajaran online selama beberapa bulan tentunya akan diperlukan kuota yang lebih banyak lagi dan secara otomatis akan meningkatkan biaya pembelian kuota internet.

Lalu terdapat penelitian yang dilakukan oleh Ericha (2020) menunjukkan bahwa setelah tersebarnya COVID-19 mengakibatkan perekonomian menjadi merosot dan kegiatan pendidikan diliburkan sementara, sebagai pengganti kegiatan pembelajaran tatap muka di alihkan dalam kegiatan pembelajaran secara online. Pembelajaran online merupakan pembelajaran yang dilaksanakan dengan menggunakan koneksi internet sebagai penghubung terjalinnya komunikasi antara pendidik dan peserta didik tanpa adanya kontak fisik.

Pembelajaran online memiliki beberapa kelemahan yaitu penggunaan jaringan internet membutuhkan infrastruktur yang memadai, membutuhkan banyak biaya, komunikasi melalui internet terdapat berbagai kendala/lamban. Disamping itu juga terdapat kelebihan yang meliputi kadar interaksi antara mahasiswa dengan dosen, pembelajaran dapat dilakukan dimana dan kapan saja (*time and place flexibility*), Menjangkau peserta didik (mahasiswa) dalam cakupan yang luas (*potential to reach a global audience*), dan mempermudah penyempurnaan dan penyimpanan materi pembelajaran (*easy updating of content as well as archivable capabilities*)

Penelitian yang dilakukan oleh Fauziah (2015) menunjukkan terdapat nilai positif terhadap hubungan penggunaan strategi coping dengan prestasi akademik, terlihat dari nilai koefisien sebesar 0,811 lebih besar dari pada r tabel sebesar 0,306. Hasil ini menunjukkan bahwa terdapat hubungan yang signifikan serta memiliki hubungan yang positif. Nilai positif maksudnya adalah semakin baik penggunaan strategi coping siswa maka semakin tinggi prestasi akademik

yang diperoleh. Dan sebaliknya semakin buruk penggunaan strategi coping siswa maka semakin rendah prestasi akademiknya.

1.3 Fokus Masalah

Fokus permasalahan yang ingin dikembangkan oleh penulis yaitu gambaran strategi *coping stress* menghadapi belajar di rumah pada siswa kelas XI di SMA “X”.

1.4 Rumusan Masalah

Dari latar belakang diatas, terdapat rumusan masalah sebagai berikut ini:

1. Bagaimana gambaran stres subjek ketika belajar dari rumah?
2. Bagaimana strategi *coping stress* yang dilakukan subjek?
3. Faktor apa saja yang mempengaruhi strategi *coping stress*?

1.5 Tujuan Penelitian

Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui gambaran dari *coping stress* menghadapi belajar di rumah pada siswa kelas XI di SMA “X” dengan pertanyaan dasar sebagai berikut:

1. Untuk mengetahui gambaran stres subjek.
2. Untuk mengetahui strategi *coping stress* yang dilakukan subjek.
3. Faktor apa saja yang mempengaruhi strategi *coping stress*.

1.6 Manfaat Penelitian

1.6.1 Manfaat Teoritis

1. Menambah referensi yang berhubungan dengan gambaran *coping stress* menghadapi belajar di rumah pada siswa kelas XI di SMA “X”
2. Menambah pengetahuan bagi penulis maupun pembaca tentang gambaran *coping stress* menghadapi belajar di rumah pada siswa kelas XI di SMA “X”

1.6.2 Manfaat Praktis

1. Bagi siswa

Penelitian ini dapat menjadi informasi bagi para siswa yang menghadapi belajar dari rumah.

2. Guru

Penelitian ini dapat digunakan sebagai informasi bagi guru untuk mengetahui gambaran terkait stres maupun *coping stress* para siswa dalam menghadapi belajar dari rumah dalam situasi pandemi COVID-19.

3. Sekolah

Penelitian ini dapat digunakan sebagai sumber informasi bagi pihak sekolah untuk memberikan fasilitas yang lebih memadai untuk para guru untuk kepentingan belajar mengajar secara *online*.

4. Bagi peneliti selanjutnya

Penelitian ini dapat dijadikan sebagai bahan informasi bagi peneliti berikutnya.

