

# **BAB I**

## **PENDAHULUAN**

### **A. Latar Belakang**

Covid-19 atau Virus Corona adalah virus yang awalnya muncul di kota Wuhan di Negara Cina Penyebarannya sangat cepat, yaitu melalui kontak fisik, melalui hidung, mulut, dan mata, dan berkembang di paru. Ciri-ciri seseorang terkena Covid-19 adalah sebagai berikut : suhu tubuh naik, demam, mati rasa, batuk, nyeri di tenggorokan, kepala pusing, susah bernafas jika virus corona sudah sampai paru-paru(Syafrida, 2020).

Akibat dari pandemi virus covid-19 ini, menyebabkan diterapkannya berbagai kebijakan untuk memutus mata rantai penyebaran virus covid-19 di Indonesia, salah satunya dengan menerapkan himbauan kepada masyarakat agar melakukan *physical distancing*. Upaya tersebut ditujukan kepada masyarakat agar dapat dilakukan untuk memutus rantai penyebaran pandemi covid-19 yang terjadi saat ini (Siahaan, 2020).

Pendidikan di Indonesia menjadi salah satu bidang yang terdampak akibat adanya pandemi covid-19 tersebut. Dengan adanya pembatasan interaksi, Kementerian Pendidikan dan Kebudayaan mengeluarkan kebijakan no. 4 tahun 2020 tentang pelaksanaan kebijakan pendidikan dalam masa darurat penyebaran corona virus pada

point 2, yaitu dengan melibatkan sekolah dan mengganti proses Kegiatan Belajar Mengajar (KBM) dengan menggunakan system dalam jaringan (daring). Kebijakan ini merupakan upaya yang diterapkan kepada masyarakat agar dapat menyelesaikan segala pekerjaan di rumah (Siahaan, 2020).

Perubahan pola pembelajaran saat ini terlihat massif dilakukan mulai dari tingkatan sekolah dasar, menengah bahkan sampai perguruan tinggi. Masalah ini tentunya menuntut instansi pendidikan dan pendidik (guru dan dosen) yang menjadi garda terdepan untuk menerapkan proses pembelajaran yang tepat (Abidin *et al.*, 2020).

Dengan menggunakan system pembelajaran secara daring ini, terkadang muncul berbagai masalah yang dihadapi oleh siswa dan guru, seperti materi pelajaran yang belum selesai disampaikan oleh guru kemudian guru mengganti dengan tugas lainnya. Hal tersebut menjadi keluhan bagi siswa karena tugas yang diberikan oleh guru lebih banyak. Banyak juga mahasiswa merasa stres di saat belajar (Siahaan, 2020). Stres tidak semuanya merugikan, stress memberikan energy dan menjaga perilaku berorientasi tujuan, meskipun stres yang berlebihan dapat menyebabkan berbagai masalah kesehatan mental dan fisik (Ahsan & Ilmy, 2018).

Pada siswa SMA memiliki stressor yang cukup banyak di lingkungannya, terutama lingkungan akademik. Akademik pressure ini bersumber dari proses belajar mengajar atau hal-hal yang berhubungan

dengan kegiatan belajar. Siswa dituntut agar berprestasi di sekolah, misalnya mendapatkan nilai tinggi, menyelesaikan tugas dengan baik, dapat masuk perguruan tinggi favorit. Namun jika tidak sesuai dengan kemampuan siswa dapat membuat siswa stress. Banyak dari mereka mengeluh karena tugas sekolah menumpuk dan tak kunjung berhenti. Tugas tersebut menuntut juga deadline, sehingga dalam satu waktu mereka bingung untuk mengerjakan semuanya secara bersamaan. Hal ini tak jarang membuat siswa stress dan akhirnya memiliki semangat belajar menurun (Strategi et al., n.d.).

Strategi coping stress merupakan usaha mengubah pengetahuan dan perilaku seseorang secara terus menerus untuk me-manage tuntutan spesifik internal atau eksternal yang dinilai melebihi kemampuan seseorang. Setiap orang memiliki respon untuk mengurangi stress bila mendapatkan tekanan berlebihan. Hal inilah yang dimaksud dengan usaha coping stress, sehingga setiap orang memiliki coping stress yang berbeda (Strategi et al., n.d.).

Strategi coping stress siswa lebih terpusat pada problem focused coping. Hal ini karena siswa melakukan upaya self control berupa berjalan santai, mendengarkan musik, dan bentuk yang lainnya. Berdasarkan hasil indept interview, sebagian besar siswa memilih untuk mengerjakan tugas yang sebelumnya telah diberikan namun belum selesai. Bentuk ini merupakan bagian dari problem focused coping yakni distancing. Distancing yakni usaha untuk menghindar dari

permasalahan dan menutupinya dengan pandangan positif (Strategi et al., n.d.).

Coping stress merupakan suatu proses pemulihan kembali dari pengaruh pengalaman stress yang tidak nyaman atau tekanan yang dihadapi. Coping stres yang tidak berhasil akan mengakibatkan stress yang berlarut-larut dalam intensitas yang tinggi, dapat menyebabkan penyakit fisik dan mental, yang akhirnya dapat menurunkan produktivitas dan buruknya hubungan interpersonal (Rasmun, 2004).

Berdasarkan studi pendahuluan yang dilaksanakan pada tanggal 29 Desember 2020 kepada 7 siswa SMA N 1 Limbangan didapatkan hasil bahwa semua siswa mengalami stress akibat meningkatnya tugas sekolah saat pandemic Covid-19, mereka mengatakan bahwa penyebab stress adalah deadline tugas yang sangat singkat, penjelasan materi yang kurang saat sekolah daring , ketidakpahaman terhadap materi yang diberikan, menumpuknya tugas dan waktu belajar kurang efektif. Siswa melakukan kegiatan lain untuk menghindari stress tersebut.

Berdasarkan uraian fenomena tersebut, penulis tertarik untuk melakukan penelitian dengan judul “Gambaran *Coping Stress* Akibat Meningkatnya Tugas Sekolah Selama Pandemi Covid-19 Melalui Media Belajar Online Pada Siswa SMA N 1 Limbangan” .

## B. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang yang telah disampaikan diatas, maka peneliti dapat merumuskan masalah yang akan diteliti sebagai berikut :

1. Bagaimana gambaran *coping stress* siswa SMA N 1 Limbangan dengan meningkatnya tugas yang diakibatkan oleh pandemic virus Covid-19?

#### C. Tujuan Penelitian

Tujuan penelitian dari penulisan skripsi ini adalah Mengetahui bagaimana gambaran *coping stress* siswa di SMA Limbangan akibat meningkatnya tugas yang diberikan.

#### D. Manfaat Penelitian

Berikut merupakan manfaat yang bisa diperoleh dari hasil riset:

## 1. Manfaat teoritis

Hasil penelitian ini dapat memberikan informasi kepada pengembangan pengetahuan di bidang Keperawatan Komunitas Jiwa tentang gambaran *coping stress* pada siswa remaja akibat meningkatnya tugas yang diberikan selama pembelajaran online akibat pandemic Covid-19, sehingga dapat memberikan penyegaran informasi terbaru mengenai siswa dengan meningkatnya tugas.

## 2. Manfaat praktis

### a. Bagi Bapak/Ibu guru

Hasil penelitian ini nantinya dapat digunakan untuk Bapak/Ibu guru agar mengetahui tingkatan stress yang dialami oleh para siswa saat meningkatnya tugas yang diberikan yang pada akhirnya Bapak/Ibu guru dapat menyesuaikan memberikan tugas dengan hal lain yang mungkin dapat memenuhi nilai target.

### b. Bagi siswa

Hasil penelitian ini dapat memberikan manfaat sebagai informasi mengenai *coping stress* yang dialami para siswa

akibat meningkatnya tugas sekolah akibat pembelajaran online selama pandemic Covid-19.

c. Bagi peneliti lain

Hasil penelitian ini diharapkan dapat member manfaat yaitu menambah ilmu pengetahuan atau referensi dan juga gambaran tentang *coping stress*