

Identifikasi Pembelajaran Jarak Jauh Terhadap Tingkat Stres Anak Di Daerah Terpencil

Eli Nurcahyani^{1*}, Nurul Rezki², Sitti Nurbaya³

¹*STIKES Nani Hasanuddin Makassar, Jl. Perintis Kemerdekaan VIII, Kota Makassar, Indonesia, 90245

²STIKES Nani Hasanuddin Makassar, Jl. Perintis Kemerdekaan VIII, Kota Makassar, Indonesia, 90245

³STIKES Nani Hasanuddin Makassar, Jl. Perintis Kemerdekaan VIII, Kota Makassar, Indonesia, 90245

*e-mail: penulis-korespondensi@elinurcahyani03@gmail.com / 082320900453

(Received: 23.8.2021; Reviewed: 11.07.2022; Accepted: 31.08.2022)

Abstract

The purpose of this study was to determine the level of stress in children during the covid-19 pandemic at SDN Sukamaju, Kec.Wera Kab.Bima. This study used a cross sectional design. Sampling using non-probability sampling technique, obtained 50 respondents. Data was collected using a questionnaire and analyzed by chi square test ($p < 0.01$), as well as univariate and bivariate analysis to see the relationship between each independent variable and the dependent variable. The results of the study showed that the level of stress in grades IV and V students who were in the distance learning process on the stress level of children in remote areas during the covid-19 pandemic at SDN Sukamaju which was the sample in this study in the moderate stress category as many as 7 respondents (14.0 %) with severe stress as many as 27 respondents (54.0%) and 16 respondents (32.0%). The conclusion in this study is that there are it was concluded that the first grade school children IV and V SDN Sukamaju had a severe stress level of 27 respondents (54.0%).

Keywords: Covid-19; Distance Learning; Stress

Abstrak

Stres merupakan respon individu terhadap keadaan atau kejadian yang memicu stress. Tujuan penelitian ini untuk identifikasi tingkat stres pada anak di masa pandemi Covid-19 di SDN Sukamaju Kec. Wera Kab. Bima. Penelitian ini menggunakan desain *cross sectional*. Pengambilan sampel menggunakan *teknik non probability sampling*, didapatkan 50 responden. Pengumpulan data dilakukan dengan menggunakan kuesioner dan dianalisis dengan uji *chi square* ($p < 0,01$), serta analisis univariat dan bivariat untuk melihat hubungan tiap-tiap variabel bebas dan variabel terikat. Hasil penelitian diperoleh data bahwa tingkat stres pada siswa kelas IV dan V yang proses pembelajaran jarak jauh terhadap tingkat stres anak di daerah terpencil masa pandemi covid-19 di SDN Sukamaju yang menjadi sampel dalam penelitian ini pada kategori stres sedang sebanyak 7 responden (14,0%) stres berat sebanyak 27 responden (54,0%) dan yang tingkat stres sangat berat sebanyak 16 responden (32,0%). Kesimpulan dalam penelitian ini adalah terdapat disimpulkan bahwa anak sekolah kls IV dan V SDN Sukamaju memiliki tingkat stres berat 27 responden (54.0%).

Kata Kunci : Covid-19; Pembelajaran Jarak Jauh; Stres

Pendahuluan

Corona Virus Disease (Covid-19) adalah salah satu penyakit menular dari orang ke orang dalam waktu yang sangat singkat dengan beberapa gejala, yaitu demam tinggi, batuk, sesak, tidak nafsu makan dan lemas. COVID-19 pertama kali dilaporkan di Wuhan, Hubei, Cina pada tanggal 11 maret 2020. Organisasi Kesehatan Dunia (WHO) menyatakan bahwa COVID-19 telah menjadi penyakit pandemi di seluruh dunia (Andrews, Foulkes & Blakemore, 2020). Wabah Covid-19 ditetapkan WHO sebagai pandemi global, dengan peningkatan 13 kali lipat dalam jumlah kasus yang di laporkan di China lebih dari seminggu. Dan telah mempengaruhi lebih dari 2,3 juta orang dari 185 negara di dunia (Manurung *et al.*, 2020).

Pada awal tahun 2020, dunia dikejutkan dengan satu wabah penyakit yang disebut virus korona (Covid-19) yang penyebaran infeksiya berangsur sangat cepat setiap harinya dan hampir menyebar ke seluruh belahan dunia. Bahkan sejak Januari 2020 WHO telah menyatakan bahwa dunia sudah masuk ke dalam darurat global terkait virus ini. Pemerintah Indonesia telah menetapkan status darurat bencana yang terkait dengan pandemi virus ini. Pemerintah membuat kebijakan untuk menerapkan physical distancing untuk memutuskan penyebaran Covid-19 (Rahel Nurul Aini, Evelin Malinti, 2020).

Pembelajaran jarak jauh merupakan sistem pembelajaran yang berlangsung dalam satu ruangan dan tidak berinteraksi dan tatap muka secara langsung antara anak dan guru (Abdul Latip, 2020). Prevalensi kasus Covid-19 globalisasi yang makin dalam dan masifnya perkembangan teknologi informasi, pandemi ini menghadirkan tantangan yang lebih besar dan kompleks. Pemerintah dibanyak negara dihadapkan dengan pada situasi membingungkan saat wabah Covid-19 muncul. Sementara itu, india dengan populasi penduduk lebih dari 1,3 milyar mencatatkan angka kasus positif Covid-19 yang semakin meningkat. Pada bulan juli (07/2020), satu bulan setelah *lockdown* dilongarkan, india menjadi negara ke 3 dengan kasus covid-19 terbanyak di dunia setelah Amerika Serikat dan Brasil. (Nisa Khoerunisa dan Faisal Fadilla Noorikhshan, 2021).

Berdasarkan keadaan yang terjadi, beberapa sekolah turut menyusun lembar kegiatan siswa (LKS), guna memandu pembelajaran jarak jauh yang tidak banyak berbeda dengan kegiatan di sekolah. Sebagai pengajar, beberapa sekolah telah menerapkan pembelajaran literasi saintifik sejak awal tahun pembelajaran (Setiawan, 2020). Karena itu, diharapkan pembelajaran jarak jauh tetap mempertahankan proses pembelajaran literasi saintifik walau dengan cara dan tingkat berbeda. (Idawati Ambohamsah, Farmin Arfan, Fredi Akbar K, 2021). Tingkat stres diartikan sebagai suatu kondisi psikologi yang ditandai dengan kelelahan ekstrim akibat tuntutan yang terlalu berlebihan membuat anak kelelahan dalam menghadapi situasi kondisi dengan keadaan tersebut membuat siswa menjadi kelelahan fisik, emosional, dan psikososial terganggu akibat stres memikirkan tugas yang diberikan oleh gurunya kemudian termanifestasikan dalam bentuk perilaku yang tidak produktif karena banyaknya tugas sekolah yang di berikan apalagi PJJ membuat mereka menjadi bosan, bahkan menarik diri dari aktivitas-aktivitas yang sebelumnya biasa mereka lakukan sekarang menjadi bosan dengan keadaan karna pemberlakuan PJJ ini membuat anak menjadi stres memikirkan tugas yang di berikan itu menurut siswa terlalu berlebihan di sebabkan anak tidak terlalu memahami tugas yang diberikan oleh gurunya (Husin dan Sawitri, 2021).

Smartphone atau telepon cerdas adalah telepon genggam yang mempunyai kemampuan tingkat tinggi bahkan terkadang mempunyai fungsi yang menyerupai computer. Perkumpulan sosial, pertukaran emosi, berbagi pemikiran, informasi, berita, dsb. Semuanya lebih banyak dilakukan dan lebih mudah diperoleh melalui menggunakan media (mobile phone) yang mudah dibawa kemana saja. Berbagai macam fitur instan messenger dan social network yang tersedia dan terpasang dalam mobile phone memberikan kemudahan individu dalam berkomunikasi dan mengakses berbagai macam informasi yang dibutuhkan. Dalam proses komunikasi, mobile phone memfasilitasi remaja sebagai pengguna untuk bisa menghubungi dan dihubungi kapan saja (Gebriela S Lelapary, Sumarni Mappeboki, 2020).

Stres merupakan suatu yang tidak terpisahkan dari kehidupan manusia, bahkan stres merupakan bagian dari kehidupan (Farida Aryani, 2016). pembelajaran sistem PJJ, bagi anak yang tinggal di daerah terpencil ada kendala yang dirasa kurang efektif, seperti pemberian materi pembelajaran oleh guru, kurangnya kemampuan guru dalam penggunaan teknologi maupun orang tua, serta sarana dan prasarana yang tidak lengkap, faktor ekonomi keluarga, dan beberapa hal lainnya menjadi hambatan tersendiri dalam menerapkan pembelajaran jarak jauh bagi anak daerah terpencil. PJJ yang di pemerintah untuk belajar dari rumah menimbulkan tingkat stres anak di daerah terpencil tinggi salah satunya seperti di SDN Sukamaju Kec. Wera Kabupaten Bima (Mardin Fitri, 2020).

Metode

Lokasi, Populasi, Sampel

Penelitian ini adalah sebuah penelitian kuantitatif non eksperimen dengan menggunakan desain penelitian *cross-sectional* dan menggunakan metode analitik dimana tujuannya yaitu untuk mengetahui tingkat stress anak saat melakukan pembelajaran jarak jauh di daerah terpencil di masa pandemi Covid-19 dalam satuan waktu.

Penelitian ini telah dilaksanakan di SDN Sukamaju Kec.Wera Kab.Bima pada tanggal 19Juni s/d 05 Juli 2021. Populasi dalam penelitian ini adalah anak yang bersekolah di SDN Sukamaju yang berjumlah 103. Sampling dalam penelitian ini menggunakan *non probability sampling* "Purposive Sampling" adalah pengambilan sampel berdasarkan tujuan atau maksud tertentu yang digunakan dalam penelitian dimana seseorang dapat dijadikan sampel jika peneliti meyakini bahwa orang tersebut mengandung informasi yang dibutuhkannya (Dharma, 2013). Jumlah sampel pada penelitian ini yaitu 50 orang.

1. Kriteria Inklusi

Anak yang ada di sekolah SDN sukamaju yang mengalami stres akibat pembelajaran jarak jauh di masa pandemi covid-19

2. Kriteria Eksklusi

Yaitu jika ada anak yang tidak bersedia menjadi responden di sebabkan anak tidak mengalami stres saat di berlakukan pembelajaran jarak jauh di masa pandemi covid-19 (Mujianto, 2017)

Pengumpulan Data

1. Data primer adalah data yang diperoleh atau dikumpulkan secara langsung dari sumber datanya. Data primer disebut juga sebagai data asli atau data baru yang memiliki sifat up to date. Untuk mendapatkan data primer, peneliti harus mengumpulkannya secara langsung. Teknik yang dapat digunakan oleh Saudara untuk mengumpulkan data primer antara lain hasil pemeriksaan laboratorium yg dilakukan secara langsung oleh Saudara, observasi, wawancara, diskusi terfokus (focus grup discussion – FGD) dan penyebaran kuesioner yang dilakukan secara langsung baik sendiri maupun dengan bantuan enumerator.

2. Data Sekunder adalah data yang diperoleh atau dikumpulkan dari berbagai sumber yang telah ada (peneliti sebagai tangan kedua). Data sekunder dapat diperoleh dari berbagai sumber seperti Biro Pusat Statistik (BPS), buku, laporan, jurnal, dan lain-lain

Pengolahan Data

1. *Editing*

Hasil wawancara angket, atau pengamatan dari lapangan harus dilakukan penyuntingan (*editing*) terlebih dahulu terlebih dahulu. Secara umum editing adalah merupakan kegiatan untuk pengecekan dan perbaikan isian formulir atau kuesioner.

2. *Koding*

Kuesioner semua setelah diedit atau disunting, selanjutnya dilakukan pengcoding atau coding, yang mengubah data berbentuk kalimat atau huruf menjadi data angka atau bilangan

3. *Prosesing*

Data yakni jawaban dari setiap responden yang dalam bentuk kode angka atau huruf dimasukkan kedalam program atau software komputer

4. *Cleaning*

Cleaning adalah proses pengecekan ulang data yang dimasukkan untuk melihat apakah ada kesalahan data yang dimasukkan (Kuniyo, Haskas, & Syaipuddin, 2019).

Analisa Data

Analisis Univariat Merupakan analisis yang dilakukan terhadap tiap variabel dari penelitian yang menghasilkan distribusi dan persentasi dari tiap variabelnya misalnya rata-rata, sebaran, simpangan baku, distribusi frekuensi.

Hasil

Tabel 1 Distribusi Frekuensi Berdasarkan Karakteristik Umur dan Jenis Kelamin Responden di SDN Sukamaju Kec.Wera Kab.Bima (n=50)

Karakteristik	n	%
Umur		
9 Tahun	13	26.0
10 Tahun	20	40.0
11 Tahun	17	34.0
Jenis Kelamin		
Laki-laki	30	60.0
Perempuan	20	40.0

Berdasarkan tabel 1 di atas terdapat frekuensi responden dengan umur 9 tahun sebanyak 13 responden (26,0%), umur 10 tahun sebanyak 20 responden (40,0%) dan umur 11 tahun sebanyak 17 responden (34,0%). Berdasarkan tabel di atas terdapat frekuensi responden jenis kelamin Laki-laki sebanyak 30 responden (60,0%), dan Perempuan sebanyak 20 responden (40%)

Tabel 2 Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Tingkat Stres Anak di SDN Sukamaju Kec.Wera Kab.Bima

Tingkat Stres	n	%
Sedang	7	14.0
Berat	27	54.0
Sangat Berat	16	32.0
Total	50	100,0

Berdasarkan tabel 2 di atas terdapat frekuensi responden tingkat stres sedang sebanyak 7 responden (14,0%), yang tingkat stres berat sebanyak 27 responden (54,0%), dan yang tingkat stress sangat berat sebanyak 16 responden (32,0%).

Pembahasan

Pembahasan ini digunakan untuk menjelaskan hasil penelitian dan menjawab pertanyaan penelitian tentang pengaruh pembelajaran jarak jauh terhadap tingkat stres anak didaerah terpencil di masa pandemi covid-19 di SDN Sukamaju Kec.Wera Kabupaten Bima.

Pada masa pandemi siswa diharuskan untuk menjalani pembelajaran jarak jauh secara online dari rumah masing-masing. Situasi ini memberikan banyak tekanan kepada siswa sehingga siswa menjadi stres dan tidak dapat berkonsentrasi dalam belajar. Faktor yang dapat mempengaruhi motivasi belajar siswa yaitu kondisi kesehatan (baik jasmani ataupun rohani) dan juga kondisi lingkungan siswa. Dalam penelitian ini ditemukan banyak masalah yang akhirnya mempengaruhi motivasi belajar pada siswa, diantaranya yaitu siswa sering merasakan pusing dan juga sakit mata akibat terlalu lama berada didepan layar. Hal ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh adhetya dkk yang menghasilkan penelitiannya menunjukkan adanya penurunan motivasi belajar karena faktor kondisi lingkungan belajar yang kurang efektif (Humairo Ummum Syarifah, 2021).

Secara fisiologi, respons stres adalah pola reaksi saraf dan hormone yang bersifat menyeluruh dan tidak spesifik terhadap setiap situasi apapun yang mencakup homeostassis. Di awali oleh otak dan di atur oleh sistem endokrim dan cabang simpatis dari sistem saraf autonom. Stres adalah ketegangan emosional atau fisik yang dapat berasal dari setiap peristiwa atau pikiran yang membuat seseorang merasa frustasi, marah, atau gugup. Stres merangsang alarm yang terdapat di otak dan memberi respon dengan mempersiapkan tubuh untuk tindakan defensif. Sistem saraf terangsang dan hormone dilepaskan untuk mempertajam indera, mempercepat denyut nadi, memperdalam pernapasan, dan menegakan otot. Respon ini disebut dengan respon *fight or flight*, yaitu bertahan atau lari dari ancaman (Lusia Nasrani, 2015).

Stres diartikan sebagai satu keadaan individu yang tergantung keseimbangannya. Stres terjadi karena adanya situasi luar atau dalam individu yang memunculkan gangguan dan menuntut individu untuk terus memberikan respon adaptif. Selye mengatakan bahwa, stress merupakan suatu respon yang tidak spesifik dari berbagai anggota tubuh. Sedangkan menurut Lazarus dan folkman, stres terjadi karena akibat dari ketidak sesuaian antara harapan dan fakta (kenyataan). Stres merupakan reaksi psikologi terhadap anggota tubuh yang membebani kehidupan dan mengganggu kesejahteraan hidup seseorang. Stres belajar merupakan tekanan yang di hadapi anak berkaitan dengan sekolah, dipersepsikan secara negatif. Dan berdampak pada kesehatan fisik, psikis, dan performasi belajar (Husin dan Sawitri, 2021).

Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian yang di lakukan Husin dan Sawitri. Dengan judul COVID-19”Tingkat Stres Belajar Anak-Anak di Daerah Terpencil.Di dapatkan hasil penelitian di SDN Sukamaju rata-rata anak mengalami stres dikarenakan anak tertekan banyaknya tugas, tidak punya HP, jaringan tidak mendukung, ekonomi, dan peran orang tua kurang dalam mengawasi anak saat pembelajaran jarak jauh di masa pandemi di karenakan orang tua sibuk bekerja,berkebutuhan setiap hari itu membuat anak menjadi stres saat melakukan pembelajaran jarak jauh di masa pandemi. Guru juga memberikan tugas yang batas waktu sedikit untuk di kumpul tugas secepatnya bukan hanya dari satu guru yang memberikan tugas tapi guru-guru lainnya juga memberikan tugas setiap kali di lakukan pembelajaran jarak jauh membuat anak menjadi stres dan juga waktu bermain anak di batasi karena pandemi.

Kesimpulan

Hasil penelitian yang telah dilakukan, dapat disimpulkan bahwa anak sekolah kls IV dan V SDN Sukamaju memiliki tingkat stres berat 27 responden (54.0%). Faktor yang mempengaruhi tingkat stres pada anak sekolah kls IV dan V SDN Sukamaju yaitu banyaknya tugas, tidak punya HP, jaringan tidak mendukung, ekonomi, dan peran orang tua kurang dalam mengawasi anak saat pembelajaran jarak jauh di masa pandemi di karenakan orang tua sibuk bekerja, berkebutuhan setiap hari itu membuat anak menjadi stres saat melakukan pembelajaran jarak jauh di masa pandemi.

Saran

1. Di harapkan siswa di SDN Sukamaju yang mengalami stres akademik disarankan untuk tetap Menerapkan strategi koping yang sesuai dengan dirinya dalam menekankan peningkatan stres. Di samping strategi koping berpusat pada masalah dan emosi, siswa juga dapat mengelolah stres melalui pendekatan spiritual dengankoping religious. Bagi orang tua, keluarga, teman disarankan mendukung siswa baik secara materi maupun marel agar siswa tidak semakin terpuruk dalam pembelajaran di era pandemi ini.
2. Bagi orang tua
Hasil penelitian ini menjadi tambahan informasi bagi orang tua tentang tingkat stres yang dialami siswa yang melakukan pembelajaran jarak jauh terhadap tingkat stres anak didaerah terpencil di masa pandemi covid-19 yang di alami oleh anak-anak mereka.

Ucapan Terimakasih

1. Nurul Rezki Anisa selaku pembimbing I yang telah menyediakan waktu, tenaga dan pikiran untuk mengarahkan saya dalam penyusunan skripsi ini
2. Sitti Nurbaya selaku pembimbing II yang telah menyediakan waktu, tenaga dan pikiran untuk mengarahkan saya dalam penyusunan skripsi ini.
3. Faisal Asdar Biomed selaku penguji utama yang telah memberikan saran setra masukan yang membangun untuk penyempurnaan skripsi ini.
4. Sudirman selaku penguji Eksternal telah memberikan saran serta masukan yang membangun untuk penyempurnaan skripsi ini.
5. Ratna selaku pembimbing jurnal yang telah memberikan saran serta masukan dalam jurnal yang saya buat.
6. Pihak sekolah SDN Sukamaju Kec.Wera Kabupaten Bima yang telah banyak membantu dalam usaha memperoleh data yang saya perlukan.
7. Kedua orang tua saya yang selalu memberikan support dan didikan kepada saya sehingga saya bisa sampai di titik ini.

Referensi

- Abdul Latip. (2020). Peran Literasi Teknologi Informasi Dan Kominikasi Pada Pembelajaran Jarak Jauh Di Masa Pandemi Covid-19. *Edukasi Dan Teknologi Pembelajaran, 1, No, 2 e*.
- Dharma, K. K. (2013). *Metodologi Penelitian Keperawatan*. Jakarta Timur: Tim.
- Farida Aryani. (2016). *Stes Belajar Suatu Pendekatan Dan Intervensi Konseling*.
- Gabriela S Lelapary, Sumarni Mappedboki, N. (2020). Hubungan Perilaku Nomophobic Dengan Sress Pada Siswa Sman 21 Makassar. *Jurnal Ilmiah Kesehatan Diagnosis, 15*, 189.
- Humairo Ummum Syarifah, Dkk. (2021). *Hubungan Srategi Coping Stres Dengan Motivasi Belajar Pada Siswa Sman 96 Jakarta Barat Dalam Pembelajaran Jarak Jauh Selama Masa Pandemi. 01, No. 01, 2*.
- Husin Dan Sawitri. (2021). *Covid-19: Tingkat Stres Belajar Anak-Anak Di Daerah Terpencil. 5, No. 2,*.
- Idawati Ambohamsah, Farmin Arfan, Fredi Akbar K, R. (2021). Gambaran Tingkat Pengetahuan Siswa/i Kelas V Dan Vi Sdn 042 Inp Tentang Pencegahan Covid-19 Di Desa Buku. *Nursing Inside Community, 3*, 46.
- Kuniyo, H., Haskas, Y., & Syaipuddin, S. (2019). Pengaruh Locus Of Control (Loc) Terhadap Quality Of Life (Qol) Pada Pasien Diabetes Melitus (Dm) Tipe Ii Di Rsud Kota Makassar Tahun 2018. *Jurnal Ilmiah Kesehatan Diagnosis, 14(4)*, 352–357. <https://doi.org/10.35892/jikd.v14i4.289>
- Lusia Nasrani, Dkk. (2015). Perbedaan Tingkat Stres Antara Laki-Laki Dan Perempuan Pada Peserta Yoga Di Kota Denpasar. *Medika Udayana*.
- Manurung, E., Siagian, N., Indonesia, U. A., Kolonel, J., No, M., & Barat, K. B. (2020). *Hubungan Pengetahuan Dengan Kecemasan Siswa Sma Swasta Advent Pematang Siantar Terhadap Pandemi Covid-19. 3*, 8–14.

- Mardin Fitri, A. S. N. (2020). *Manajemen Sekolah Dalam Mengembangkan Strategi Pembelajaran Anak Usia Dini Pada Masa Pandemi Covid-19*.
- Mujianto, S. F. R. & B. (2017). Metodologi Penelitian Dan Statistik. In *Bahan Ajar Teknologi Laboratorium* (Pertama, p. 150). Jakarta: Kemenkes Ri.
- Nisa Khoerunisa Dan Faisal Fadilla Noorikhshan. (2021). Perbandingan Tata Kelola Penanganan Pandemi Covid 19 Di Indonesia Dan India. *Of Political Issues, Volumen 2,*.
- Rahel Nurul Aini, Evelin Malinti, Y. E. (2020). Kesiapsiagaan Remaja Dalam Menghadapi Wabah Covid-19. *Jurnal Ilmiah Kesehatan Diagnosis, 15,* 107.
- Sony Faisal Rinaldi Bagya Mujianto. (2017). *Metodologi Penelitian Dan Statistik*.