

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Pandemi covid sudah dua tahun melanda Indonesia dan sejak ditetapkan sebagai pandemi oleh WHO pada maret 2020, virus ini telah menimbulkan dampak signifikan bagi kehidupan manusia. Pada tahun 2022 muncul jenis varian baru covid-19 yang dilabeli Omicron, kekhawatiran akan tetap berlangsungnya pandemi menjadi tidak berbendung lagi¹.

Pandemi membawa banyak perubahan baik dari aspek ekonomi maupun pendidikan. Pembelajaran bertahap mulai dilakukan dengan tatap muka pada tahun 2021, akan tetapi awal tahun 2022, pembelajaran dilakukan secara daring kembali karena munculnya varian terbaru dari covid 19 yang mengharuskan untuk kembali daring. Kebijakan belajar di rumah ini dilakukan untuk mengurangi interaksi fisik sebagai upaya pencegahan penularan virus corona jenis baru atau covid-19. Mendikbud berharap dengan diterapkannya pembelajaran daring atau jarak jauh ini siswa juga mendapatkan pengalaman baru dalam proses belajar².

Pembelajaran yang dilakukan secara daring memiliki kelebihan dan kelemahan, sebagaimana yang diungkapkan Shukla bahwa pembelajaran yang dilakukan secara daring memiliki beberapa kelebihan dalam penerapannya Pembelajaran daring membuat kegiatan belajar mengajar menjadi dapat dijangkau dari berbagai waktu dan tempat³. Akan tetapi realitanya terdapat kelemahan dalam pembelajaran daring yaitu siswa kurang memahami materi

¹ Internet: Jawapos. Membaca situasi covid 19 pada 2022. Diakses pada 02 Februari 2022

² Fajar. Arti belajar di rumah ditengah wabah virus corona. Okezone News. Diakses pada 2 Februari 2022

³ Shukla, T., Dosaya, D., Nirban, V. S., & Vavilala, M. P. "Factors extraction of effective teaching-learning in online and conventional classrooms". International Journal of Information and Education Technology, 2020. 10(6), 422–427.

yang diberikan oleh guru, kurang sosialisasi dengan teman sebaya, serta kendala-kendala yang juga dihadapi oleh siswa seperti paket internet yang habis, pekerjaan rumah yang harus dikerjakan juga, dan tugas sekolah yang menumpuk. Berbagai tuntutan akademik yang harus diselesaikan oleh siswa menyebabkan mereka mengalami stres akademik. Ketidakmampuan siswa untuk beradaptasi dengan keadaan tersebut membuat mereka mengalami stres.

Menurut Komisioner Bidang Pendidikan KPAI yang dilakukan oleh mengatakan survei dari KPAI yang menerima ratusan aduan dari siswa yang mengaku tidak bahagia dalam menjalani pembelajaran daring selama masa pandemi. Menurutnya, sebanyak 50,4% dari 246 pengaduan online berasal dari siswa sekolah menengah atas (SMA). Pelaksanaan pembelajaran daring tidak hanya membuat tidak bahagia tetapi siswa juga merasa kewalahan, cemas, kehilangan motivasi dan stres. Listiyarti mengungkapkan bahwa bentuk respon stres dipengaruhi besar kecilnya tekanan stres yang diterima oleh seseorang dan seberapa siap menghadapi suatu masalah.⁴ Hasil penelitian yang dilakukan ananda bahwa penyebab stress selama pandemi Covid-19 menunjukkan 57,8% merasa bosan karena dirumah saja, 40% merasa kesepian karena tidak bertemu dengan teman, 55,8% merasa stres karena pembelajaran daring⁵.

Berdasarkan pada hasil observasi yang dilakukan di MAN 1 Kediri melalui diskusi dengan guru bimbingan dan konseling, wali kelas dan Wakil Kepala Sekolah terdapat informasi terkait motivasi belajar dan strategi coping stres. Untuk itu perlu adanya sebuah mini riset dengan metode pengumpulan data menggunakan kuisioner melalui google form kepada siswa MAN 1 Kediri. Adapun isi dari kuisioner berkaitan dengan *self observation* terkait dengan motivasi belajar serta strategi coping stres.

⁴ Listiyarti, Retno.KPAI: Banyak siswa stres hingga putus sekolah selama ikuti PJJ Daring. 2020. Jakarta: Antara news.com

⁵ Ananda Z. "Strategi Coping Stress Belajar Daring Pada Siswa SMA Kota Padang". Jurnal Pendidikan Tambusai. 2021. Vol 5(2)

Hasil dari angket yang telah disebarakan kepada 24 siswa diperoleh informasi bahwa mayoritas siswa di MAN 1 Kediri mengalami penurunan dalam motivasi belajar saat pembelajaran daring dengan presentase cukup tinggi yaitu 55% atau 13 orang. Untuk memperkuat data awal yang diperoleh dari angket maka dilakukan wawancara. Wawancara yang dilakukan peneliti kepada guru di MAN 1 Kediri pada tanggal 21 Februari 2022 mendapatkan hasil bahwa guru kesulitan memberikan pembelajaran pada saat daring maupun sistem 50:50 karena siswa lebih sering menggunakan alasan isoman (isolasi mandiri) untuk tidak mengikuti pembelajaran. Kendala lain yang dihadapi adalah siswa merasa jenuh karena tidak bisa berkomunikasi secara langsung baik dengan guru maupun teman serta kendala pada jaringan internet. Pada hari berikutnya, wawancara dilakukan kepada tiga siswa – siswi MAN 1 Kediri melalui *handphone* karena pembelajaran dilakukan secara daring jadi tidak ada siswa yang datang ke sekolah. Dari wawancara tersebut didapatkan hasil bahwa ketiga siswa-siswi memberikan keterangan yang hampir sama yaitu kendala dengan jaringan internet, hal ini mengakibatkan terhambatnya proses belajar mengajar antar guru dan siswa. Selain itu siswa juga mengalami kebosanan dan kesulitan dalam mengerjakan tugas sekolah sehingga membuat siswa merasa stress dan kehilangan motivasi untuk belajar.

Berdasarkan observasi yang dilakukan oleh penulis, siswa SMA merupakan masa remaja awal dimana masa ini sering mengalami pergolakan dalam belajar. Hal ini yang membuat siswa yang masuk masa remaja awal sering mengalami naik turun dalam motivasi belajar sehingga membuat siswa merasa tertekan dengan tuntutan belajar. Apalagi MAN 1 Kediri di kenal dengan MAN yang mengajarkan ketrampilan seperti tata busana, otomotif, elektro dll serta dengan ketrampilan yang ada di MAN 1 tersebut akan lebih mudah dipelajari secara langsung atau praktek daripada hanya bertatap muka. Selain itu siswa di masa remaja awal selalu ingin di akui dan dikenal oleh teman-temannya sehingga

bisa memiliki kelompok untuk belajar bersama. Maka dari itu siswa di rentang remaja awal lebih rentan mengalami stres dan motivasi belajar yang menurun.

Stres yang dialami siswa bersumber pada kegiatan pembelajaran, hal ini diungkapkan sayekti bahwa stres akademik disebabkan oleh stres yang diderita peserta didik yang bersumber pada kegiatan belajar mengajar yaitu berupa target pencapaian kurikulum, kompetensi keahlian yang tidak sesuai, tugas pekerjaan rumah yang menumpuk, hasil evaluasi yang kurang mendukung⁶. Stres yang muncul akan berdampak negatif sehingga mempengaruhi aktivitas siswa. Dampak negatif yang muncul akibat stres tersebut dapat mempengaruhi aktifitas individu dalam melakukan banyak hal. Individu menjadi sulit untuk berkonsentrasi dan malas dalam melakukan sesuatu karena adanya perasaan tertekan, sehingga individu menjadi sulit untuk mengontrol diri.

Siswa yang mengalami stress akademik akan kehilangan motivasi dalam belajar sehingga membuat siswa kesulitan berkonsentrasi dalam belajar dan tidak bisa fokus dalam kegiatan belajar mengajar. Penelitian yang dilakukan oleh Guyana menyatakan bahwa peserta didik yang dapat mengelola stress akan mampu meningkatkan belajarnya. Untuk dapat meningkatkan semangat belajar dibutuhkan motivasi dari diri sendiri atau dari dorongan dari luar⁷. Uno menyatakan bahwa motivasi belajar yaitu suatu keinginan yang berasal dari dalam diri sendiri dan dorongan dari luar pada peserta didik yang sedang belajar untuk mengadakan kegiatan, biasanya dengan beberapa indikasi-indikasi tertentu atau elemen - elemen pendukung⁸.

Untuk dapat meningkatkan motivasi belajar yang diakibatkan oleh stres yang dialami berkaitan dengan akademik dibutuhkan strategi coping. Lazarus

⁶ Susi, Alawiyah. *Manajemen Stress Dan Motivasi Belajar Siswa Pada Era Disrupsi*. Al-Idarah: Jurnal Kependidikan Islam.2020. Volume 10 Nomor 2

⁷ Cia Guyana, Witarsa dan Achmadi. *Pengaruh Manajemen Stres terhadap Hasil Belajar Siswa dalam Pembelajaran Akuntansi SMK Negeri 1 Pontianak*. 2016. Jurnal Pendidikan dan Pembelajaran Khatulistiwa Vol. 5, No. 5

⁸ *Ibid*⁶

dan Folkman mengungkapkan banyaknya problematika yang menyebabkan individu stres, maka individu akan berusaha mencari cara untuk mengatasi kondisi penyebab stres, stres dapat diatasi dengan *strategi coping*. Coping adalah cara untuk mengatasi atau menanggungi tingkat stres baik di bidang akademik maupun non akademik. Strategi coping dapat dibedakan menjadi dua macam yaitu: a) *Emotional focused coping*, merupakan upaya yang dilakukan individu dalam mengontrol respon stres yang berhubungan dengan emosi b) *Problem focused coping*, merupakan bentuk upaya yang dilakukan seseorang dalam mencari cara-cara baru dalam mengatasi masalah yang menyebabkan stres⁹. Berdasarkan latar belakang diatas, maka peneliti ingin mengetahui “Hubungan *Coping Stres* dengan Motivasi Belajar pada Remaja Awal di MAN 1 Kota Kediri”

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan uraian latar belakang masalah diatas, maka rumusan masalah yang diajukan adalah : apakah ada hubungan positif antara *coping stres* dengan motivasi belajar pada remaja awal di MAN 1 Kota Kediri

C. Tujuan Penelitian

Adapun tujuan penelitian dalam penelitian ini yaitu untuk mengetahui hubungan positif *coping stres* dengan motivasi belajar pada remaja awal di MAN 1 Kota Kediri.

D. Manfaat Penelitian

Dari penelitian, peneliti berharap akan dapat menyumbang manfaat sebagai berikut:

⁹ Lazarus, R. S., & Folkman, S. *Stress, appraisal, and coping*. Springer publishing company.1984. <http://libgen.gs/ads.php?d5=7965cdc5d7f7dd5143146b6b536b5b5>

1. Secara Teoritis

Hasil penelitian ini dapat bermanfaat sebagai kerangka dalam pengembangan ilmu psikologi dan aplikasinya khususnya psikologi pendidikan dan psikologi perkembangan.

2. Secara Praktis

a. Bagi Siswa

Memberi informasi terkait motivasi belajar dan *coping stres* agar dapat dijadikan sebagai referensi untuk menghadapi era modernisasi

b. Bagi Sekolah

Sebagai informasi dan sumber kepustakaan yang dapat digunakan dalam penambahan kepustakaan terkait aspek perkembangan siswa dan psikologi yang berkaitan dengan pendidikan.

c. Bagi penelitian selanjutnya

Dapat dijadikan referensi untuk penelitian selanjut tentang stress akademik dan coping stress

E. Ruang Lingkup Penelitian

Ruang lingkup penelitian ini hanya pada variabel yang berkaitan dengan motivasi belajar dan *coping stres* yang dialami oleh remaja awal di MAN 1 Kota Kediri.

F. Penelitian Terdahulu

1. Humairo, Irma dan Rakimin. 2021. Hubungan Strategi Coping Stress dengan Motivasi Belajar pada Siswa SMAN 96 Jakarta Barat dalam Pembelajaran Jarak Jauh Selama Masa Pandemi. Prosiding Konferensi Nasional Universitas Nahdlatul Ulama Indonesia. Vol. 01, No. 01

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui ada tidaknya hubungan yang signifikan antara strategi coping stres dengan motivasi belajar pada siswa SMAN 96 Jakarta Barat dalam pembelajaran jarak jauh selama masa

pandemi. Penelitian ini menggunakan dengan desain penelitian koreasional. Alat ukur yang digunakan dalam penelitian ini yaitu untuk strategi coping menggunakan alat ukur yang berasal dari teori Lazarus & Flokman sedangkan alat ukur dalam motivasi belajar menggunakan teori dari Sadirman.

Hasil yang diperoleh disimpulkan terdapat hubungan yang signifikan antara strategi coping stres terhadap motivasi belajar siswa SMAN 96 Jakarta Barat.

Persamaan pada penelitian ini dan sebelumnya terletak pada variabel strategi coping stres dan motivasi belajar sedangkan perbedaan terletak pada pelaksanaan penelitian pada penelitian sebelumnya dilakukan penelitian dalam pembelajaran jarak jauh selama pandemi dan dalam penelitian ini dilakukan pasca pandemic, selain itu obyek penelitian pada penelitian sebelumnya dilakukan pada siswa SMA 96 Jakarta Barat sedangkan pada penelitian ini menggunakan remaja awal di MAN 1 Kota Kediri.

2. Ananda Zulaikha. 2021. Strategi Coping Stress Belakar Daring pada Siswa SMA Kota Padang. Jurnal Pendidikan Tambusai. Vol. 5. No. 2

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui jenis – jenis strategi coping yang dilakukan oleh siswa SMA Kota Padang saat pembelajaran daring. Penelitian ini menggunakan jenis penelitian deskriptif kuantitatif survey, survey dilakukan dengan cara menyebarkan kuisisioner melalui *google form* kepada siswa Kota Padang saat pembelajaran daring.

Teknik analisis data yang digunakan adalah presentase coping stres. Hasil penelitian menunjukkan bahwa 77% Siswa SMA Kota Padang menggunakan jenis strategi coping dengan bentuk *problem focused coping*. Persamaan penelitian sebelumnya dengan penelitian ini terletak pada variabel strategi coping stress sedangkan perbedaan terletak pada jenis penelitian yang digunakan dalam penelitian sebelumnya menggunakan jenis

penelitian deskriptif kuantitatif survey dan dalam penelitian ini menggunakan jenis penelitian korelasional, selain itu obyek penelitian pada penelitian sebelumnya dilakukan pada siswa SMA Kota Padang sedangkan pada penelitian ini menggunakan remaja awal di MAN 1 Kota Kediri.

3. Susi Alawiyah. 2020. Manajemen Stres Dan Motivasi Belajar Siswa Pada Era Disrupsi. *Al-Idarah: Jurnal Kependidikan Islam* Volume 10 Nomor 2

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan manajemen stres dengan motivasi belajar siswa ditengah era disrupsi. Penelitian ini merupakan penelitian kuantitatif deskriptif. Data dikumpulkan dengan menyebarkan angket kepada peserta didik SMK Negeri 5 Kabupaten Tangerang. Hasil analisis menunjukkan bahwa ada hubungan antara manajemen stres dengan motivasi belajar siswa. Manajemen stres mampu memotivasi belajar siswa sebesar 18,4% sehingga disimpulkan siswa yang mampu mengelola stres memiliki motivasi belajar yang baik dibandingkan siswa yang tidak mampu mengelola stres.

Persamaan penelitian sebelumnya dan penelitian ini terletak pada variabel motivasi belajar sedangkan perbedaan terletak pada metode penelitian yang digunakan dalam penelitian sebelumnya menggunakan metode penelitian kuantitatif deskriptif dan dalam penelitian ini menggunakan metode penelitian kuantitatif dengan jenis penelitian korelasional, selain itu obyek penelitian pada penelitian sebelumnya dilakukan pada siswa SMK Negeri 5 Kabupaten Tangerang sedangkan pada penelitian ini menggunakan remaja awal di MAN 1 Kota Kediri.

4. Yoga Saputra. 2020. Pengaruh Stress Akademik dan Motivasi Belajar Terhadap Prestasi Belajar Mahasiswa Jurusan Manajemen FEB UB Di Masa Pandemi Covid 19. *Jurnal Imliah mahasiswa FEB Universitas Brawijaya*. Vol.9. No 2.

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh stres akademik dan motivasi belajar terhadap prestasi belajar mahasiswa jurusan manajemen FEB UB. Jenis penelitian ini adalah penelitian deskriptif dan analisis regresi linear berganda menggunakan SPSS ver 21 yang menjelaskan menjelaskan hubungan dan pengaruh antar satu variabel dengan variabel lainnya melalui pengajuan hipotesis.

Hasil pengujian terhadap ketiga hipotesis dapat disimpulkan bahwa stres akademik dan motivasi belajar memiliki pengaruh signifikan terhadap prestasi belajar mahasiswa jurusan manajemen FEB UB. Selain itu stres akademik dan prestasi belajar berpengaruh positif yang signifikan. Hasil uji Koefisien Determinasi menunjukkan bahwa nilai variabel Stres Akademik dan Motivasi Belajar secara simultan berpengaruh terhadap variabel prestasi belajar sebesar 61,2% sedangkan sisanya sebesar 38,8% dipengaruhi oleh variabel lain.

Persamaan penelitian sebelumnya dan penelitian ini terletak pada variabel motivasi belajar sedangkan perbedaan terletak pada teknik analisis data yang digunakan dalam penelitian sebelumnya menggunakan analisis regresi liner berganda dan dalam penelitian ini menggunakan analisis korelasional, selain itu penelitian sebelumnya dilakukan pada masa pandemi covid 19 sedangkan dalam penelitian ini dilakukan pasca pandemi covid 19. Obyek penelitian pada penelitian sebelumnya dilakukan pada mahasiswa jurusan manajemen FEB UB sedangkan pada penelitian ini menggunakan remaja awal di MAN 1 Kota Kediri.

5. Yuline Amalia Putri. 2021. Stress Akademik dan Coping Mahasiswa Menghadapi Pembelajaran Online di Masa Pandemi Covid-19. Jurnal Bimbingan dan Konseling Ar-Rahman. Vol. 7. No.2

Penelitian ini menggunakan studi literatur yang bertujuan untuk memaparkan kondisi stres akademik serta coping yang dilakukan mahasiswa

mengatasi stres akademik dalam pembelajaran online di masa pandemic covid-19.

Dalam menelaah beberapa jurnal mengenai stress akademik mahasiswa, diperoleh bahwa pandemi serta perubahan yang terjadi pada proses pembelajaran membuat meningkatnya stress akademik mahasiswa. Banyak permasalahan yang bermunculan akibat dari meningkatnya stress akademik. Untuk mengatasinya mahasiswa perlu melakukan strategi *coping* stress untuk mengurangi perasaan stress yang terjadi. *Coping* dimaknai sebagai sebuah usaha individu untuk dapat mengatasi stress yang menghampirinya melalui perubahan kognitif atau perilaku agar memperoleh perasaan aman pada dirinya. Coping stress ini dapat dilakukan dengan dua cara, yaitu: 1) *Problem focused coping* yang mengubah atau menghilangkan stressor dan mengurangi dampak stress melalui tindakan individu itu sendiri, dan 2) *Emotional focused coping* yaitu dengan mengubah cara individu secara emosional bereaksi terhadap penyebab stress.

Persamaan penelitian sebelumnya dan penelitian ini terletak pada variabel strategi coping sedangkan perbedaan terletak pada metode dan jenis penelitian yang digunakan dalam penelitian sebelumnya menggunakan metode kualitatif dengan jenis penelitian studi literature dan dalam penelitian ini menggunakan metode kuantitatif dengan jenis penelitian korelasional, selain itu obyek penelitian pada penelitian sebelumnya dilakukan pada mahasiswa sedangkan pada penelitian ini menggunakan remaja awal di MAN 1 Kota Kediri.

G. Definisi Operasional

1. Motivasi Belajar (Y)

Motivasi belajar adalah dorongan atau kemauan individu untuk melakukan sesuatu khususnya dalam hal belajar sehingga dapat menciptakan perubahan

tingkah laku dan tercapai tujuan yang dikehendaki. Adapun indikator dari variabel motivasi belajar adalah :

- a) Dorongan mencapai tujuan
- b) Komitmen
- c) Inisiatif
- d) Optimis dalam mempelajari hal

2. *Coping Stres (X)*

Coping stres adalah strategi untuk penyelesaian masalah yang sederhana dan realistis serta berfungsi untuk membebaskan dari masalah yang nyata maupun tidak nyata. Adapun indikator dari variabel *coping stres* yaitu:

- a) *Problem Focused Coping*
 - 1) *Seeking informational support*
 - 2) *Confrontative coping*
 - 3) *Planful problem-solving*
- b) *Emotion-Focused Coping*
 - 1) *Seeking social emotional supports*
 - 2) *Distancing*
 - 3) *Escape avoidance*
 - 4) *Self control*
 - 5) *Accepting responsibility*

Positive reappraisal