

# HUBUNGAN PEMBELAJARAN JARAK JAUH (PJJ) DENGAN TINGKAT STRES SISWA SMK KELAS XII DIMASA PANDEMI COVID- 19

Ayuni Risnawati <sup>1)</sup>, Saelan <sup>2)</sup>, Isra Nur Utari Syachnara Potabuga <sup>2)</sup>

<sup>1)</sup>Mahasiswa Fakultas Ilmu Kesehatan Prodi Keperawatan Program Sarjana  
Universitas Kusuma Husada Surakarta

<sup>2)</sup>Dosen Pengajar Universitas Kusuma Husada Surakarta

Email : [ayunirisnawati46@gmail.com](mailto:ayunirisnawati46@gmail.com)

## ABSTRAK

Dunia saat ini sedang dilanda pandemi Covid-19. Hal ini memberikan dampak pada kegiatan belajar mengajar, pembelajaran yang semestinya dilakukan secara langsung sekarang hanya dilakukan dengan metode pembelajaran jarak jauh (PJJ). Metode ini berdampak terhadap pelajar salah satunya adalah stres. Tujuan penelitian adalah untuk mengetahui hubungan PJJ (Pembelajaran Jarak Jauh) dengan tingkat stres pada siswa SMK kelas XII di masa pandemi Covid-19.

Penelitian ini adalah kuantitatif dengan pendekatan *cross sectional* yang dilakukan di SMK Pancasila Surakarta. Teknik pengambilan sampel menggunakan teknik *Proportional sampling* dengan jumlah responden 95. Alat ukur yang digunakan Kuisisioner PJJ dan Kuisisioner PSS-10. Data yang diperoleh diolah menggunakan uji *Rank Spearman*.

Berdasarkan analisa dari uji Rank Spearman didapatkan *p value* sebesar 0,000. Jadi *p value*  $0,000 < 0,05$  kesimpulannya adalah terdapat hubungan antara Pembelajaran Jarak Jauh dengan Tingkat Stres Siswa SMK Kelas XII Dimasa Pandemi Covid-19. Untuk itu sekolah diharapkan dapat melakukan *screening* dan evaluasi agar siswa dapat menyesuaikan diri dan menemukan pola koping dengan baik.

**Kata kunci** : Pandemi, pembelajaran jarak jauh, stres, siswa SMK

**Daftar pustaka** : 84 (2018-2021).

# **THE RELATIONSHIP BETWEEN DISTANCE LEARNING AND STRESS LEVEL OF CLASS XII VOCATIONAL SCHOOL STUDENTS DURING THE COVID-19 PANDEMIC**

**Ayuni Risnawati <sup>1)</sup>, Saelan <sup>2)</sup>, Isra Nur Utari Syachnara Potabuga <sup>2)</sup>**

<sup>1)</sup>Student of Health Sciences Faculty, Nursing Undergraduate Study programs,  
University of Kusuma Husada Surakarta

<sup>2)</sup>Lecturer at the University of Kusuma Husada Surakarta

Email : [ayunirisnawati46@gmail.com](mailto:ayunirisnawati46@gmail.com)

## **ABSTRACT**

The world is currently experiencing the Covid-19 pandemic. It impacts teaching and learning activities. Learning that should be performed directly changes to the distance learning method. An effect of this method is students' stress. The study proposed to identify the relationship between distance learning and the stress level of class XII vocational students during the Covid-19 pandemic.

This study adopted a quantitative with a cross-sectional approach at SMK Pancasila Surakarta. The sampling technique applied a proportional sampling technique with 95 respondents. The distance Learning Questionnaire and the PSS-10 Questionnaire were used as measuring instruments. Its data were analyzed by using the Spearman's rank test.

The Spearman's rank test obtained a p-value of 0.000. The p-value  $0.000 < 0.05$ . It inferred a relationship between Distance Learning and the Stress Level of class XII vocational school Students during the Covid-19 pandemic. The school is expected to conduct screening and evaluation. Therefore, the students could adapt and obtain coping models properly.

**Keywords:** Pandemic, Distance Learning, Stress, Vocational Students.

**Bibliography:**84(2018-2021)

## 1. PENDAHULUAN

Pada tanggal 30 Januari 2020, *World Health Organization* (WHO) mengumumkan wabah coronavirus (Covid-19) sebagai kedaruratan kesehatan masyarakat yang meresahkan dunia (*World Health Organization* (WHO), 2020). Menurut data *World Health Organization* (WHO) secara global terdapat 223.022.538 kasus Covid-19 yang terkonfirmasi positif dan 4.602.882 kasus tercatat yang meninggal dunia.

Sehingga para ahli kesehatan menyarankan untuk melakukan *social distancing*, *physical distancing*, dan *stay at home* (Kusnayat, 2020). Hal ini juga berimbas pada penutupan sekolah, perguruan tinggi dan universitas di beberapa negara salah satunya adalah Indonesia (Abidin, 2020). Adanya virus Covid-19 ini memberikan dampak pada kegiatan belajar mengajar, hal tersebut terlihat dari pembelajaran yang semestinya dilakukan secara tatap muka langsung sekarang hanya dapat dilakukan dengan metode pembelajaran jarak jauh (PJJ) (Handarini, 2020)

Hal tersebut langsung di tindak lanjuti oleh Menteri

Pendidikan dengan mengeluarkan Surat Edaran Menteri Pendidikan Dan Kebudayaan Nomor 4 Tahun 2020 Tentang Penatalaksanaan Layanan Pendidikan Dalam Pencegahan Corona Virus Disease (Covid-19) Pada Satuan Pendidikan Kota Surakarta dan Surat Edaran Kepala Dinas Pendidikan Dan Kebudayaan Provinsi Jawa Tengah Nomor 443.2/09002/2020 mulai tanggal 24 Maret 2020 dilaksanakan pembelajaran secara daring/pembelajaran jarak jauh.

Menurut penelitian Argaheni (2020), pembelajaran daring memiliki dampak terhadap pelajar salah satunya adalah menyebabkan stres. Pada penelitian Rinawati & Eka (2020) akibat dari pembelajaran jarak jauh yang dilaksanakan didapatkan data 45% siswa mengalami tingkat stres ringan dan 55% siswa mengalami tingkat stres sedang.

Tujuan penelitian untuk mengetahui hubungan PJJ (Pembelajaran Jarak Jauh) dengan tingkat stres pada siswa SMK kelas XII di masa pandemi Covid-19

## 2. PELAKSANAAN

### a. Lokasi dan Waktu Penelitian

Penelitian ini dilakukan di SMK Pancasila Surakarta pada

Kelas XII yang dilaksanakan pada bulan Mei 2021.

**b. Populasi dan Sampel**

Populasi dalam penelitian ini adalah siswa kelas XII SMK Pancasila Surakarta. Pemilihan sampel pada penelitian ini menggunakan teknik *Proportional Sampling* dengan jumlah sampel 95 responden.

**3. METODE PENELITIAN**

Jenis penelitian ini adalah kuantitatif menggunakan rancangan penelitian deskriptif korelatif dengan pendekatan *cross sectional*.

Alat yang digunakan dalam penelitian ini adalah Kuisisioner PJJ dengan kriteria nilai kuisisioner sebagai berikut : >70= baik, 50-70 = cukup, <50 = kurang. Serta kuisisioner PSS-10 dengan kriteria sesuai tingkatan stres sebagai berikut : 1) stres ringan : skor 1-14, 2) stres sedang : skor 15-26, 3) stres berat : >26.

Peneliti memberikan kuisisioner kepada responden melalui link *google form* yang disebarakan melalui grub *whatsapp* setiap kelas, lalu peneliti meminta responden untuk mengisi kuisisioner tersebut.

Peneliti menggunakan *Uji Rank Spearman* untuk mengukur hubungan antara PJJ dengan tingkat stres siswa SMK Kelas XII.

**4. HASIL DAN PEMBAHASAN**

**a. Analisa Univariat**

No	Kelas	F	P (%)
1	XII TPM I	17	17.9 %
2	XII TPM II	19	20.0 %
3	XII TKR I	26	27.4 %
4	XII TBSM I	14	14.7 %
5	XII TBSM II	19	20.0 %
<b>Total</b>		<b>95</b>	<b>100 %</b>

*Tabel 1 hasil analisis distribusi frekuensi kelas responden*

Berdasarkan Tabel 1 diketahui kelas responden dengan siswa terbanyak adalah kelas XII TKR I, dengan jumlah siswa 26 responden (27.4 %)

No	Rata-rata jam pelaksanaan PJJ	F	P (%)
1	<1 jam	8	6.6 %
2	1-2 jam	24	25.3%
3	3-4 jam	33	34.7%
4	5-6 jam	19	20.0%
5	>6 jam	11	11.6%
<b>Total</b>		<b>95</b>	<b>100 %</b>

*Tabel 2 hasil analisis distribusi rata-rata jam pelaksanaan PJJ*

Berdasarkan Tabel 2 diketahui rata-rata jam pelaksanaan PJJ paling banyak yaitu 3-4 jam dengan jumlah 33 jawaban dari responden (34,7 %).

No	Provider yang digunakan	F	P (%)
1	Telkomsel	14	14.7 %
2	Three (3)	31	32.6 %
3	Indosat	19	20.0 %
4	Axis	3	3.2 %
5	XL	12	12.6 %
6	Smartfreen	16	16.8 %
<b>Total</b>		<b>95</b>	<b>100 %</b>

*Tabel 3 hasil analisis distribusi provider yang digunakan*

Berdasarkan Tabel 3 diketahui jenis provider yang banyak digunakan oleh responden yaitu Three (3) dengan jumlah 31 responden yang memakai provider tersebut (32.6 %).

<b>Kendala saat pelaksanaan PJJ</b>			
No		F	P (%)
1	Sinyal	10	10.5 %
2	Kuota internet	41	43.2 %
3	Kurang pemahaman materi	44	46.3 %
<b>Total</b>		<b>95</b>	<b>100%</b>

Tabel 4 hasil analisis distribusi kendala saat pelaksanaan PJJ

Berdasarkan Tabel 4 diketahui kendala saat pelaksanaan PJJ oleh responden paling banyak yaitu kurang pemahama materi sebanyak 44 responden dengan presentase 46.3 %.

No	Pembelajaran Jarak Jauh	F	P (%)
1	Kurang	49	51,6%
2	Cukup	41	43,2%
3	Baik	5	5,3%
<b>Total</b>		<b>95</b>	<b>100%</b>

Tabel 5 hasil analisis distribusi pembelajaran jarak jauh

Berdasarkan Tabel 5 diketahui pada interpretasi cukup sebanyak 41 orang dengan presentase 43,2%.

No	Tingkat Stres	F	P (%)
1	Stres berat	40	42,1%
2	Stres sedang	51	53,7%
3	Stres ringan	4	4,4%
<b>Total</b>		<b>91</b>	<b>100%</b>

Tabel 6 hasil analisis distribusi tingkat stres

Berdasarkan Tabel 6 diketahui responden dengan stres sedang sebanyak 51 orang dengan presentase 53,7%.

#### b. Analisa Bivariat

<i>Spearman</i>	<i>Correlation Coefficient</i>	<i>P Value</i>
Hubungan Pembelajaran Jarak Jauh (PJJ) dengan Tingkat Stres responden dimasa pandemi Covid-19		
	0,627	0,000

Tabel 7 hasil uji Rank Spearman

Berdasarkan uji Rank Spearman didapatkan nilai korelasi atau *p value* sebesar 0,000. Karena nilai *p value* 0,000 lebih kecil dari 0,05 maka artinya ada hubungan antara Pembelajaran Jarak Jauh dengan Tingkat Stres Siswa SMK Kelas XII Dimasa Pandemi Covid-19.

Pembelajaran Jarak Jauh merupakan pembelajaran yang mengeliminasi waktu dan jarak dengan bantuan *platform* digital berbasis internet yang mampu menunjang proses pembelajaran dan dilakukan tanpa adanya interaksi fisik antara pendidik dengan peserta didik (Putra & Irwansyah, 2020).

Menurut penelitian Argaheni (2020), pembelajaran daring memiliki dampak terhadap pelajar salah satunya adalah menyebabkan stres. Pada penelitian Rinawati & Eka (2020) akibat

dari pembelajaran jarak jauh yang dilaksanakan didapatkan data 45% siswa mengalami tingkat stres ringan dan 55% siswa mengalami tingkat stres sedang. Menurut Harahap (2020) tingkat stres siswa Sekolah Menengah Kejuruan sebesar 75% mengalami stres sedang, sebesar 13% mengalami stres tinggi, sebesar 12% mengalami stres rendah.

Berdasarkan penelitian yang dilakukan oleh peneliti didapatkan hasil bahwa Pembelajaran Jarak Jauh dapat menyebabkan stres siswa. Tingkat stres yang dialami oleh siswa SMK Kelas XII tergolong tingkat stres ringan yang dialami sebanyak 4 orang dengan presentase 4,45, untuk mayoritas mengalami stres sedang dengan jumlah 49 orang dengan presentase 53,85, dan ada juga yang mengalami stres berat akibat pembelajaran jarak jauh sebanyak 38 orang dengan presentase sebanyak 44,8%.

## 5. KESIMPULAN

- a. Karakteristik responden pada penelitian ini mayoritas siswa terbanyak adalah kelas XII TKR I sebanyak 25 responden (27.5 %) dengan jenis kelamin laki-laki 91 responden (100%) dengan rata-rata jam pelaksanaan PJJ paling banyak yaitu 3-4 jam sebanyak 32 jawaban (35.2 %) dengan jenis provider yang banyak digunakan oleh responden

yaitu Three (3) sebanyak 29 responden (31.9 %) mayoritas menggunakan aplikasi Genius sebanyak 91 responden (100%) kendala saat pelaksanaan PJJ mayoritas kurang pemahaman materi sebanyak 43 responden (47.3%)

- b. Gambaran Pembelajaran Jarak Jauh pada siswa SMK Kelas XII di Masa Pandemi Covid-19 termasuk dalam kategori cukup dengan jumlah 39 responden (42,9%)
- c. Gambaran tingkat stres pada siswa SMK Kelas XII di Masa Pandemi Covid-19 termasuk dalam kategori stres sedang dengan jumlah 49 responden (53,8%)
- d. Terdapat hubungan antara Pembelajaran Jarak Jauh dengan tingkat stres pada siswa SMK Kelas XII di Masa Pandemi Covid-19 dengan *p value* 0,000

## 6. SARAN

- a. Bagi Responden  
Diharapkan responden dapat menemukan coping stres dengan baik dan dapat menyesuaikan diri dengan situasi pandemi yang sedang melanda dengan melaksanakan metode pembelajaran baru yaitu pembelajaran jarak jauh.
- b. Bagi Tempat Penelitian

Diharapkan dapat mengevaluasi dan melakukan *screening* terhadap siswa dan siswi mengenai metode pembelajaran baru yang sedang diterapkan agar siswa tidak mengalami stres berat.

c. Bagi Profesi Keperawatan

Dalam keperawatan komunitas diperlukan *screening* kepada subjek yang sedang mengalami dampak panemic seperti disekolah - sekolah ini dikarenakan para siswa dan siswi juga merupakan sasaran dalam keperawatan komunitas untuk meningkatkan derajat kesehatan komunitas.

d. Bagi Institusi Pendidikan

Diharapkan dapat dijadikan referensi bahwa penerapan pembelajara jarak jauh dapat menyebabkan stres pada peserta didik

e. Bagi Peneliti Selanjutnya

Peneliti selanjutnya diharapkan dapat melanjutkan penelitian dengan metode lain untuk menemukan strategi untuk mengatasi stres pada siswa yang sedang melaksanaka pembelajaran jarak jauh akibat pandemi Covid-19.

## 7. REFERENSI

Abidin, Z., Adeng, H., & Dinda, A . 2020 .  
 . Efektivitas Pembelajaran Jarak  
Jauh Pada Masa Pandemi Covid-

19 . *Research And Development  
Journal Og Education* Pp : 131-  
146

Argaheni, N.B . 2020 . Sistematis  
Review : Dampak Pembelajaran  
Daring Saat Pandemi Covid-19  
Terhadap Pelajar Indonesia .  
Jurnal Ilmiah Kesehatan Volume  
8 (2) 2020 Halaman 99-108

Dharma, K.K., 2011 . Metodologi  
Penelitian Keperawatan . Jakarta  
. Trans Info Media

Handarini, O.I, Siti, S.W . 2020 .  
Pembelajaran Daring Sebagai  
Upaya Study From Home (SFH)  
Selama Pandemi Covid-19 .  
Surabaya . Volume 8 (3) tahun  
2020

Harahap, A.C . 2020 . Analisis Tingkat  
Stres Pada Siswa Smk Selama  
Pembelajaran Jarak Jauh Dimasa  
Covid-19. Medan . Sumatera  
Utara .

Kusnayat, A., Moh. H.M., Nani S., Agus  
S.M., Qiqi Y.Z . (2020) .  
Pengaruh Teknologi  
Pembelajaran Online Di Era  
Covid-19 Dan Dampaknya  
Terhadap Mental Siswa .  
*Eduteach* : Jurnal Edukasi Dan  
Teknologi Pembelajaran

Volume 1 Nomor 2 Tahun 2020  
Halaman 153-165

Menteri Pendidikan . 2020 . Surat Edaran  
Nomor 4 Tahun 2020 Tentang  
Pelaksanaan Pendidikan Dalam  
Masa Darurat Coronavirus  
(COVID-19) .

Rinawati, D., & Eka K.D . (2020) . Survei  
Tingkat Kejenuhan Siswa SMK  
Belajar Di Rumah Pada Mata  
Pelajaran Produk Kreatif Dan  
Kewirausahaan Selama Masa  
Pandemi Covid-19 . *Journal Of  
Science And Education* Volume  
1 Nomor 1 Tahun 2020 Halaman  
32-40

World Health Organization (WHO) .  
(2021) . Dasbor WHO  
Coronavirus Disease (COVID-  
19)