

Stres Akademik Pada Siswa SMA Ketika Terjadi Transisi Pembelajaran Dari Daring Ke Pembelajaran Tatap Muka

Made Sukma Wirayana¹, Nyoman Trisna Aryanata², Aritya Widianti³

Universitas Bali Internasional¹²³

Corresponding email: madesukmawirayana@gmail.com

ARTICLE INFO

Article

History

Received : 2024-09-24
Revised : 2024-09-29
Accepted : 2024-10-06

Keywords

Academic Stress
Learning Transition
Online
Face-to-Face

Kata kunci

Stress Akademik
Transisi Pembelajaran
Daring
Tatap Muka

ABSTRACT

The purpose of this study was to obtain a natural and in-depth picture of academic stress and the factors that cause academic stress in high school students when the transition from online learning to full face-to-face learning occurs. This study used a descriptive qualitative method. Data were collected through semi-structured interviews with five female participants from SMA Negeri X. The selection of participants was based on their learning transition experiences and willingness to participate in this study. The credibility of this study used a member check. This study obtained 13 theme categories. Academic stress experienced by students during the learning transition includes, online learning students do not get enough explanation from the teacher so that students must be able to understand the material independently.

ABSTRAK

Tujuan dari penelitian ini adalah untuk memperoleh gambaran yang alamiah dan mendalam tentang stres akademik dan faktor – faktor yang membuat stress akademik siswa SMA ketika terjadinya transisi pembelajaran daring ke pembelajaran tatap muka penuh. Penelitian ini menggunakan metode kualitatif deskriptif. Data dikumpulkan melalui wawancara semi terstruktur dengan lima partisipan perempuan siswa SMA Negeri X. Pemilihan partisipan didasarkan pada pengalaman transisi pembelajaran yang dimiliki dan kebersedian menjadi partisipan pada penelitian ini. Kredibilitas penelitian ini menggunakan member check. Penelitian ini mendapatkan 13 kategori tema. Stres akademik yang dialami siswa saat transisi pembelajaran antara lain, pembelajaran daring siswa kurang mendapatkan penjelasan dari guru sehingga membuat siswa harus mampu memahami materi secara mandiri.

Pendahuluan

Awal Maret 2020 Covid – 19 pertama kali terdeteksi di Indonesia. Penyebaran Covid – 19 semakin lama semakin berkembang pesat. Keadaan

seperti ini tidak dapat dianggap remeh karena jumlah kasus positif Covid – 19 semakin hari semakin bertambah. World Health Organization menyatakan fenomena ini sebagai pandemi maka diperlukan upaya penanggulangan agar tidak terjadi lonjakan kasus. Dalam upaya penanggulangan dilakukan penyelenggaraan karantina kesehatan yang telah diatur dalam Undang-Undang Nomor 6 Tahun 2018. Salah satu tindakan yang dilakukan adalah Pembatasan Sosial Berskala Besar (PSBB) (Siregar & Rahmulyani, 2022).

Pesatnya penyebaran Covid – 19 berdampak pada bidang kesehatan, ekonomi negara, dan keamanan namun juga bidang pendidikan. Pemerintah Indonesia melalui Kementerian Pendidikan dan Kebudayaan menerbitkan Surat Edaran Nomor 4 tahun 2020 tentang penerapan proses pembelajaran dalam masa darurat Covid – 19 agar pelaksanaan pembelajaran tetap dapat berlangsung. Lembaga pendidikan melakukan transisi pembelajaran dari pembelajaran tatap muka ke pembelajaran daring (Siregar & Rahmulyani, 2022).

Pembelajaran daring merupakan penerapan proses pembelajaran yang menggunakan jaringan internet. Pembelajaran daring dapat dilakukan dengan menggunakan fasilitas komputer, laptop maupun smartphone. Dengan adanya fasilitas tersebut guru dan siswa dapat melaksanakan pembelajaran bersama di waktu yang sama dengan menggunakan aplikasi seperti whatsapp, telegram, zoom, google meets, dan google classroom (Andiarna & Kusumawati, 2020).

Pembelajaran daring pada awalnya dianggap positif oleh siswa SMA tetapi ketika berjalannya proses pembelajaran, siswa SMA mengalami beberapa kesulitan. Kesulitan yang dialami antara lain jaringan internet yang kurang mendukung, sebagian siswa kekurangan kuota, banyak gangguan ketika belajar di rumah, siswa merasa kurang fokus belajar tanpa adanya interaksi langsung dengan guru dan teman - temannya, materi yang disampaikan sulit dipahami dan tugas yang banyak dengan waktu deadline pengumpulan tugas yang singkat (Andiarna & Kusumawati, 2020).

Setelah semua proses pelaksanaan pembatasan sosial diterapkan, Menteri Keuangan Sri Mulyani Indrawati menjelaskan kasus Covid – 19 sudah mulai menunjukkan perbaikan. Mendikbud Ristek Nadiem Makarim mengeluarkan Surat Edaran terbaru terkait pembelajaran tatap muka. Dalam Surat Edaran Nomor 2 Tahun 2022 bahwa sekolah atau lembaga pendidikan dapat menyelenggarakan PTM terbatas (Hardiantoro, A.). Sekolah yang melaksanakan PTM terbatas harus memenuhi sejumlah syarat, seperti mendapatkan izin, memenuhi fasilitas pencegahan Covid – 19, seperti tempat mencuci tangan, disinfektan, dan toilet yang bersih (Siregar & Rahmulyani, 2022).

Pelaksanaan PTM terbatas tidak semudah yang dibayangkan, siswa SMA harus kembali beradaptasi dan menyesuaikan diri dengan situasi yang baru. Biasanya mereka melaksanakan pembelajaran daring, sekarang harus melaksanakan pembelajaran tatap muka terbatas dan dikombinasikan dengan pembelajaran jarak jauh dalam jaringan. Kenyataannya tidak semua siswa SMA mampu dan berhasil dalam penyesuaian diri. Menurut Scheineiders (dalam Siregar & Rahmulyani, 2022) penyesuaian diterapkan sebagai proses yang berhubungan dengan respon – respon mental dan perubahan dalam upaya memenuhi kebutuhan-kebutuhan dan mengatasi ketegangan, frustrasi, dan konflik secara sukses, dan mewujudkan hubungan yang harmonis antara kebutuhan dirinya dengan norma atau tuntutan lingkungan.

Pembelajaran daring membuat kegiatan siswa SMA menjadi lebih terjaga, seperti waktu bermain, tidur, makan, mandi, belajar, dan lain-lain menjadi lebih mudah karena semua proses dilakukan dari rumah (Siregar & Rahmulyani, 2022). Rasa nyaman yang tumbuh dari pembelajaran daring membuat siswa SMA sulit untuk kembali melaksanakan pembelajaran tatap muka yang dilaksanakan secara terbatas, kesulitan yang dialami seperti sulit berinteraksi dengan teman baru, belum pernah ngobrol dengan teman sekelas, dan hanya kenal beberapa teman. Sementara itu, di dalam kelas siswa harus menjaga jarak antara teman dan guru, masing-masing meja diisi oleh satu orang dan dalam satu ruangan hanya boleh diisi kurang lebih 15 siswa, dan saat proses pembelajaran berlangsung siswa SMA diwajibkan memakai masker dan tidak boleh dilepas kecuali saat minum (Siregar & Rahmulyani, 2022).

Tidak lama setelah diterapkan PTM terbatas, pemerintah mengeluarkan aturan terbaru mengenai pembelajaran tatap muka saat pandemi Covid – 19. Aturan terbaru diterbitkan berdasarkan Surat Keputusan Bersama (SKB) 4 menteri. Keempat menteri yang menerbitkan aturan tersebut antara lain Menteri Pendidikan Kebudayaan Riset, Teknologi dan Pendidikan Tinggi, Menteri Agama, Menteri Kesehatan, dan Menteri Dalam Negeri. Penyelenggaraan PTM akan dilaksanakan berdasarkan level Pemberlakuan Pembatasan Kegiatan Masyarakat (PPKM) ditetapkan pemerintah serta capaian vaksinasi dan tenaga pendidikan di wilayah tersebut (Indonesia, 2022).

Kepala Dinas Pendidikan, Pemuda dan Olahraga Provinsi Bali, I Ketut Ngurah Boy Jayawibawa memutuskan sejak 3 Januari 2022 siswa SMA di Provinsi Bali sudah bisa memulai PTM. Kebijakan tersebut berdasarkan SKB 4 menteri, hasil koordinasi Satgas Covid – 19 dan Dinas Kesehatan. Selain itu menimbang tenaga pendidik dan siswa sudah melaksanakan vaksinasi dosis lengkap yang mencapai 100 persen (Kadafi, 2022).

Hurlock (dalam Krista, 2022) menyatakan siswa SMA sedang berada di masa remaja yang ditandai sebagai periode peralihan dari remaja menuju dewasa, seringkali bermasalah, dan mencari identitas diri. Penelitian Negara (2022) dalam jurnal yang berjudul "Analisis Dampak Pasca Covid – 19 Terhadap Perubahan Psikososial Siswa di Tengah Kebijakan Transisi Pendidikan" ditemukan siswa yang mengalami perubahan lingkungan akibat pandemi mengalami perubahan terhadap kondisi psikologisnya, yang disebabkan oleh ketidakmampuan siswa beradaptasi ditengah perubahan lingkungan sekitarnya dengan sangat cepat. Mengakibatkan kerentanan dalam menghadapi tekanan dari luar ataupun dalam dirinya, mengarah pada gejala stres, depresi, kemunduran intelegensi, dan anti sosial.

Menurut Govarest dan Gregorie (dalam Majrika, 2018) stres akademik adalah keadaan siswa yang mengalami tuntutan sebagai hasil kognitif dan pandangan tentang stresor akademik. Wilks (dalam Oktavia, dkk., 2019) mendefinisikan stres akademik adalah kombinasi tuntutan akademik yang tinggi dengan kemampuan adaptasi individu yang rendah. Selanjutnya, Frazier., dkk. (dalam Pradiri dkk., 2021) menemukan bahwa stres akademik menjadi faktor nomor satu yang menghambat dan menyulitkan performa akademik siswa.

Selanjutnya penulis melakukan studi pendahuluan dengan cara meminta siswa SMA Negeri 1 X menuliskan pengalaman belajar selama terjadinya perubahan kebijakan pelaksanaan pembelajaran, sebagai berikut:

"Sedangkan kalau belajar tatap muka lebih bisa ngerti materi yang dijelaskan mungkin karena suasana dan metode pembelajarannya yang pastinya jauh berbeda. Tapi ada beberapa pelajaran yang susah banget dimengerti materinya, kayak susah aja gitu dingertiin atau engga, ngertinya pas dijelaskan aja tapi kalau udah dikasi soal latihan soal malah bingung sendiri" (SM, 16 tahun, Perempuan)

"Ketika belajar tatap muka senang sih tapi harus beradaptasi lagi sama lingkungan SMA sama teman-teman baru" (TM, 17 tahun, Perempuan)

Berdasarkan pengalaman yang ditulis oleh siswa SMA Negeri 1 X terjadinya perubahan pelaksanaan pembelajaran berdampak pada pemahaman siswa terhadap pelajaran yang didapatkan di dalam kelas dan penyesuaian diri terhadap lingkungan yang baru. Selanjutnya penulis mencari penelitian terdahulu yang meneliti stres akademik untuk melihat gambaran stres akademik siswa saat terjadinya Covid – 19 dan ketika keadaan mulai membaik.

SMA Negeri 1 X merupakan salah satu sekolah negeri yang terletak di Kabupaten Gianyar. Selama Covid – 19 SMA Negeri 1 X telah menerapkan pelaksanaan pembelajaran daring, PTM terbatas dan pembelajaran tatap muka menyeluruh. Adapun perbedaan dengan penelitian terdahulu yaitu pada situasi yang dialami informan. Pada penelitian ini informasi yang dicari adalah stres

akademik siswa SMA dari diterapkannya pembelajaran daring, PTM terbatas, dan pembelajaran tatap muka penuh. Penulis akan melakukan penelitian menggunakan metode kualitatif untuk melihat dinamika pembelajaran tatap muka dan stres akademik pada siswa SMA Negeri X. Kondisi yang terjadi dilapangan bersifat alamiah dan dinamis, jadinya penulis tertarik memahami fenomena tersebut berdasarkan bagaimana informan menginterpretasikan pengalamannya.

Berdasarkan latar belakang di atas penulis mengambil judul "Stres Akademik Siswa SMA Negeri 1 X Ketika Terjadi Transisi Pembelajaran Dari Daring ke Pembelajaran Tatap Muka"

Metode

Penelitian ini didesain menggunakan rancangan kualitatif. Pendekatan yang digunakan dalam penelitian ini adalah pendekatan kualitatif deskriptif. (Sugiyono, 2022) menekankan metode penelitian kualitatif adalah metode yang berlandaskan pada filsafat postpositivisme atau enterpretif. Penelitian kualitatif digunakan untuk meneliti pada kondisi objek yang alamiah. Penulis adalah sebagai instrumen kunci. Hasil penelitian kualitatif lebih menekankan makna dari pada generalisasi. Dengan menggunakan metode kualitatif pada penelitian ini, diharapkan mampu untuk mendapatkan informasi yang mendalam terkait penelitian yang dilakukan penulis yaitu Stres Akademik Siswa SMA Negeri X Ketika Terjadi Transisi Pembelajaran Dari Daring Ke Pembelajaran Tatap Muka.

Partisipan dalam penelitian ini merupakan siswa SMA Negeri 1 X yang mengalami transisi pembelajaran selama Covid – 19 dan pasca Covid – 19. Jumlah partisipan dalam penelitian ini sebanyak 5, tetapi jika informasi yang didapatkan pada pernyataan partisipan sudah jenuh maka pengambilan data dihentikan. Dalam penelitian kualitatif, peneliti merupakan instrumen kunci. Selain peneliti, teknik pengumpulan data juga diperlukan dalam penelitian kualitatif untuk mendapatkan data yang valid. Adapun teknik pengumpulan data yang digunakan dalam penelitian ini antara lain:

1. Wawancara: Teknik penelitian dengan metode wawancara dalam bentuk tanya jawab dengan siswa SMA Negeri 1 X yang mengalami stres akademik. Hal ini dilakukan untuk mendapatkan informasi tentang partisipan yang mengalami stres akademik saat terjadinya transisi pembelajaran dari daring ke pembelajaran tatap muka. Peneliti mengumpulkan data melalui wawancara, untuk memudahkan wawancara dengan partisipan maka digunakan wawancara dengan jenis wawancara semi terstruktur. Pada teknik wawancara semi terstruktur, dalam wawancara semi terstruktur pedoman wawancara sebagai pandangan

peneliti, supaya wawancara dapat terstruktur dan terarah sesuai dengan tujuan penelitian dan dapat direvisi setelah wawancara ketika adanya ide – ide baru yang muncul. Selain itu (Sugiyono, 2022) tujuan wawancara semi terstruktur adalah untuk menemukan permasalahan secara lebih terbuka, dimana dalam proses wawancara yang dilakukan partisipan diminta pendapat, dan ide – idenya.

2. Dokumentasi, Teknik analisis data Dokumentasi adalah catatan peristiwa yang sudah berlalu, bisa berbentuk tulisan, gambar, atau karya-karya monumental dari individu yang digunakan sebagai salah satu cara yang dilakukan untuk melihat atau menganalisis dokumen-dokumen yang dibuat partisipan. Melalui dokumentasi peneliti dapat menemukan gambaran dari sudut pandang partisipan. Dalam penelitian ini dokumentasi berbentuk tulisan yang berisi pengalaman partisipan dalam mengikuti proses pembelajaran tatap muka disekolahnya. Tulisan tersebut dibuat setiap dua hari sekali selama satu bulan.

Analisis data adalah tahapan pertengahan dari serangkaian tahap dalam sebuah penelitian yang mempunyai fungsi yang sangat penting. Hasil wawancara yang didapatkan harus melalui proses analisis data terlebih dahulu agar keabsahan data dapat dipertanggungjawabkan. Analisis data yang digunakan dalam penelitian ini adalah model Miles and Huberman. Miles and Huberman (Sugiyono, 2022) menyatakan aktivitas dalam analisis data kualitatif dilakukan secara interaktif dan berlangsung secara terus menerus sampai tuntas, sehingga datanya sudah penuh. Analisis data yang digunakan sebagai berikut:

Data Reduction (Reduksi data) Data yang diperoleh dari lapangan perlu dicatat secara teliti dan rinci. Seperti yang sudah dijelaskan semakin lama peneliti ke lapangan, maka jumlah data yang didapatkan semakin banyak, kompleks, dan rumit. Berdasarkan hal tersebut maka diperlukan analisis data melalui reduksi data. Mereduksi data adalah merangkum, memilih hal-hal pokok, memfokuskan pada hal-hal yang penting, dicari tema dan polanya. Kegiatan yang dilakukan peneliti adalah data yang diperoleh dari hasil wawancara dan dokumentasi terlebih dahulu dilengkapi, kemudian data yang sudah berhasil dikumpulkan selanjutnya dilakukan proses pengolahan. Peneliti melakukan pemeriksaan data wawancara yang telah dilakukan dengan partisipan. Tujuan peneliti melakukan pemeriksaan terhadap jawab-jawaban partisipan yaitu untuk penyederhanaan data dan selanjutnya perbaikan kata dan kalimat, memberi keterangan tambahan dan membuang keterangan yang tidak penting agar mendapatkan data yang akurat terkait stres akademik siswa SMA Negeri 1 X.

Data Display (Penyajian data) Setelah melakukan reduksi data, langkah selanjutnya yang dilakukan peneliti adalah penyajian data atau *men – display data*. Langkah yang dilakukan ialah dengan teks yang bersifat naratif. Menurut Clandinin (dalam Darmanita & Yusri, 2020) teks narasi bertujuan untuk menceritakan urutan peristiwa secara terperinci. Dalam penyajian data ini peneliti menggambarkan kehidupan, megumpulkan cerita hidup individu, dan menuliskan pengalaman siswa SMA Negeri 1 X saat terjadinya transisi pembelajaran dari daring ke pembelajaran tatap muka.

Interpretasi Data, Langkah terakhir dalam analisis data kualitatif adalah penarikan kesimpulan dan verifikasi. Penarikan kesimpulan dilakukan dengan cara memadukan data yang telah dianalisis dengan teori yang mendasari penelitian yang dilakukan.

Dalam penelitian ini, uji kredibilitas data menggunakan *member check*. *Member check* adalah proses pengecekan data yang diperoleh peneliti dari partisipan. Tujuan *member check* untuk mengetahui seberapa jauh data yang diperoleh sesuai dengan apa yang diberikan oleh partisipan. Apabila data yang ditemukan disepakati oleh peneliti dan partisipan berarti data tersebut valid, sehingga semakin kredibel atau dipercaya, tetapi apabila data yang ditemukan peneliti tidak disepakati oleh partisipan, maka peneliti melakukan diskusi dengan partisipan, dan apabila perbedaannya terlalu jauh, maka peneliti harus memperbaiki temuannya, dan harus menyesuaikan dengan apa yang diberikan oleh partisipan.

Pelaksanaan *member check* dilakukan setelah satu periode pengumpulan data selesai, setelah mendapatkan suatu temuan, atau kesimpulan. Cara yang dilakukan, peneliti mendatangi partisipan untuk menyampaikan dan berdiskusi tentang temuan penelitian tersebut. Kemungkinan ada data yang disepakati, ditambah, dikurangi, atau ditolak oleh partisipan. Setelah data disepakati, partisipan diminta menandatangani sebagai bukti bahwa peneliti telah melakukan *member check*.

Hasil dan Diskusi

Pendekatan yang digunakan penulis dalam penelitian ini adalah kualitatif. Teknik analisis data yang digunakan penulis adalah model Miles & Huberman. Teknik analisis data model Miles & Huberman terdiri dari empat tahapan yang harus dilakukan. Tahapan pertama adalah tahap pengumpulan data, tahapan kedua adalah tahap reduksi data, tahapan ketiga adalah tahap *display data*, dan tahapan keempat adalah tahap penarikan kesimpulan atau tahap verifikasi.

Langkah yang dilakukan penulis untuk mendapatkan gambaran dan faktor – faktor yang membuat stres akademik siswa SMA Negeri 1 X ketika adanya transisi pembelajaran dari daring ke pembelajaran tatap muka penuh yaitu dengan menggali informasi dari masing – masing partisipan melalui wawancara. Melalui wawancara penulis mencari tahu pengalaman yang dimiliki partisipan selama mengikuti proses pembelajaran daring, PTM terbatas, dan pembelajaran tatap muka penuh. Setelah mendapatkan data wawancara peneliti melakukan reduksi data. Reduksi data adalah proses mengubah rekaman wawancara menjadi satu bentuk tulisan. Hasil rekaman wawancara dibuatkan format dalam bentuk transkrip wawancara atau verbatim wawancara.

Setelah rekaman wawancara di ubah ke dalam bentuk transkrip wawancara penulis membaca masing – masing transkrip wawancara tersebut untuk mengetahui dinamika atau pengalaman – pengalaman yang dimiliki masing – masing partisipan selama mengikuti transisi pembelajaran dari daring ke pembelajaran tatap muka penuh. Setelah mengetahui dinamika dan pengalaman masing – masing partisipan penulis melakukan pembuatan tema. Tema yang dibuat penulis didapatkan dari pernyataan yang dikemukakan partisipan dari pertanyaan yang ditanyakan oleh penulis dalam proses wawancara yang telah dilakukan. Penulisan tema menggunakan bahasa penulis sendiri dan pembentukan tema harus disesuaikan dengan tujuan penelitian yang dibuat. Dengan itu, tidak semua pernyataan yang dikemukakan oleh partisipan bisa dijadikan tema. Hanya pernyataan partisipan yang mengarah pada tujuan penelitian saja yang diberi tema.

Pada penulisan penelitian ini langkah yang lebih jelas dilakukan peneliti dalam pembuatan tema dilaksanakan pada tahap ketiga yaitu pada tahap display data. Dari masing – masing transkrip wawancara partisipan, penulis membuat kategori utama, kategori, sub kategori satu, sub kategori dua, dan pemberian kode (coding). Dari proses tersebut penulis mendapatkan 20 tema dengan masing – masing sub kategorinya. Setelah penemuan 20 tema dengan masing – masing sub kategorinya penulis melakukan proses analisis data kembali. Analisis data kembali dilakukan karena tema dan sub kategori yang ditemukan penulis masih luas. Analisis data selanjutnya peneliti melakukan penyederhanaan dengan hanya membuat kategori tema, sub kategori, dan pemberian kode (coding).

Tujuan dari penyederhanaan tersebut bukan semata – mata untuk mengurangi tema yang luas tersebut. tujuan utamanya adalah untuk menggolongkan tema tersebut berdasarkan kesamaan makna dan pemberian nama baru. Dengan itu tema yang didapatkan sebelumnya bisa tetap menjadi

tema utama atau berubah menjadi sub kategori tema. Akhirnya peneliti mendapatkan 13 kategori tema.

Tabel 1. Tema-Tema Hasil Analisis Data Penelitian

Kategori Tema	Sub - Kategori Tema
Pembelajaran daring.	Merasa senang dan nyaman. Bisa mencari jawaban di google. Lama - lama membosankan. Pembelajaran kurang efektif.
Tantangan pembelajaran daring.	Bergantung dengan teknologi. Aturan pembelajaran. Kewajiban sebagai siswa. Perasaan cemas dan takut.
Hambatan pembelajaran daring dari dalam.	Prokrastinasi. Proses belajar.
Hambatan pembelajaran daring dari luar.	Gangguan jaringan internet. Proses mengajar.
Pembelajaran PTM terbatas.	Berusaha membangun relasi. Bersekolah hanya membuang energi. Merubah kebiasaan. Aturan pembelajaran.
Tantangan PTM terbatas.	Interaksi siswa di sekolah. Kewajiban sebagai siswa. Perasaan cemas dan malu.
Hambatan PTM terbatas dari dalam.	Proses belajar.
Hambatan PTM terbatas dari luar.	Proses mengajar.
Pembelajaran tatap muka penuh.	Merubah kebiasaan secara menyeluruh. Aktivitas lebih padat. Merubah kebiasaan. Aturan pembelajaran. Kewajiban sebagai siswa. Interaksi siswa di sekolah. Perasaan takut. Beban menaikkan nilai.
Tantangan pembelajaran tatap muka penuh.	Proses belajar.
Hambatan pembelajaran tatap muka penuh dari dalam	Proses mengajar.
Hambatan pembelajaran tatap muka penuh dari luar.	Kewajiban sebagai anak.
Tuntutan dalam hidup.	Kondisi keluarga. Ambisi untuk mendapatkan pandangan baik dari masyarakat.

Pembelajaran daring

Pembelajaran daring merupakan proses pembelajaran yang dilakukan dengan menggunakan jaringan internet. Pembelajaran daring bisa dilakukan dengan menggunakan fasilitas seperti komputer, laptop, dan handphone. Dari

hasil wawancara yang didapatkan pada partisipan pertama dan yang lainnya, proses pembelajaran yang dilaksanakan dari jarak jauh antara guru dan siswa membuat adanya pengawasan yang kurang terhadap siswa. Pengawasan yang kurang dari guru membuat siswa merasa nyaman, santai, dan bisa melakukan aktivitas lain selama mengikuti proses pembelajaran daring.

"Adanya pembelajaran daring membuat saya merasa nyaman karena mengikuti proses belajar dari rumah dan tidak perlu bangun pagi untuk persiapan berangkat ke sekolah" (ST, W1, 14 Juni 2023).

"Proses pembelajaran selama pandemi dilaksanakan dengan cara guru memfoto materi yang ada di buku untuk dibagikan ke siswa, selain itu siswa juga dituntut untuk mencari materi di youtube. Pembelajaran yang diikuti hanya dengan mengisi daftar hadir, dibagikan materi, dan membaca mandiri tanpa adanya interaksi langsung memberikan kelonggaran untuk melakukan aktivitas lain" (ST, W2, 17 Agustus 2023).

Pernyataan dari ST juga di dukung oleh partisipan yang lainnya:

"Saat pembelajaran daring merasa senang karena tidak harus bangun pagi, mengikuti pembelajaran dari rumah, jadinya baru bangun, mengisi daftar hadir, lalu melanjutkan tidur" (SM, W1, 15 Juni 2023).

"Pembelajaran daring dirasakan santai karena tidak ada interaksi (pengawasan) secara langsung dari guru. Proses belajar diawali dengan absen lalu melihat apakah ada dikirimkan materi dan tugas di google classroom. Jika tidak ada materi atau tugas bisa melaksanakan aktivitas lainnya sampai mata pelajaran kedua di mulai. Mata pelajaran pada jam kedua juga hampir sama pelaksanaan dengan mata pelajaran pada jam pertama" (SM, W2, 17 Agustus 2023).

"Pembelajaran daring dirasakan menyenangkan karena belajar secara online. Pembelajaran online menyenangkan karena proses belajar dilakukan dari rumah, ketika baru bangun langsung bisa mengikuti proses pembelajaran. Berbeda dengan pembelajaran tatap muka yang mengharuskan bangun pagi melakukan persiapan sebelum berangkat ke sekolah" (GD, W2, 19 Agustus 2023).

Pembelajaran daring yang dirasakan menyenangkan dan nyaman dilaksanakan dengan menggunakan media seperti google classroom, google meet, zoom, dan lain – lain.

"Pembelajaran daring menggunakan media google classroom, flatform, goole meet dan zoom" (I, W1, 23 Juni 2023).

"Pembelajaran daring saya rasakan libur karena proses pembelajaran diikuti dari rumah dan bisa sambil leha-leha seperti makan, tidur, makan, tidur, mengerjakan tugas lalu mandi" (I, W2, 19 Agustus 2023).

Pembelajaran yang dilaksanakan tanpa adanya pengawasan yang ketat dari guru membuat siswa gampang dalam menjawab pertanyaan atau tugas karena bisa mencari jawaban di google.

"Pengalaman transisi pembelajaran yang pernah diikuti saat pembelajaran daring jawaban dari soal-soal bisa di cari di google dan buku" (SM, W1, 15 Juni 2023).

"Tugas sekolah bisa dikerjakan secara santai dan tidak terlalu memikirkan jawaban karena jawaban bisa di cari melalui google" (SM, W2, 17 Agustus 2023).

Pembelajaran daring yang diikuti dengan perasaan senang, santai, dan dijalankan seperti libur lama – kelamaan membuat partisipan merasa bosan. Perasaan bosan timbul karena aktivitas yang dilakukan hampir sama setiap harinya.

"Lambat laun pembelajaran daring membosankan karena hanya diam di rumah saja dan kurang bisa memahami materi mata pelajaran secara penuh" (GD, W2, 19 Agustus 2023).

"Perasaan bosan disebabkan karena hanya diam di rumah. Rasa bosan juga disebabkan karena banyaknya tugas sekolah dengan mencari materi mata pelajaran secara mandiri" KM, W2, 19 Agustus 2023).

"Lambat laun aktivitas yang dijalankan dengan sama terus-menerus di rumah saja membuat saya merasa bosan dan sumpek" (I, W2, 19 Agustus 2023).

Dari hasil wawancara yang dipaparkan di atas dapat disimpulkan bahwa proses pembelajaran dari yang diikuti partisipan menggunakan media seperti google classroom, goole meet, dan zoom. Partisipan mengikuti pembelajaran dengan senang, santai, dan dilaksanakan seperti libur. Proses pembelajaran yang santai disebabkan karena guru mengajar hanya memberikan materi saja. Selain itu perasaan santai juga disebabkan karena dalam pembuatan tugas jawaban bisa dicari melalui google sehingga tidak perlu untuk berpikir keras. Diikuti dengan santai, tidak perlu ke sekolah, dan dirasakan seperti libur lama – kelamaan pembelajaran daring dirasakan membosankan. Rasa bosan timbul karena partisipan merasa jenuh dengan aktivisa yang hampir sama setiap harinya.

Tantangan pembelajaran daring

Pembelajaran daring yang dilaksanakan dengan guru hanya memberikan materi baik dengan di foto lalu dikirim melalui group whatsapp atau materi mata pelajaran hanya dikirimkan melalui google classroom dan sekaligus dengan memberi tugas. Partisipan menilai proses pembelajaran tersebut kurang efektif. Berikut pernyataan yang diungkapkan oleh partisipan:

"Pembelajaran daring tidak efektif karena kadang-kadang guru tidak membuka kelas pada google classroom, apabila sampai ketentuan waktu guru tidak kunjung membuka kelas maka dapat dikatakan tidak ada proses belajar pada saat itu" (ST, W2, 17 Agustus 2023).

"Cara guru mengajar dengan mengupload materi di ruang belajar, siswa di suruh untuk belajar mandiri dan mengerjakan tugas, sehingga saya anggap kurang efektif.

Ketidakefektifan yang dimaksud adalah menimbulkan rasa malas untuk mencari tahu wawasan baru" (KM, W1, 23 Juni 2023).

"Perasaan sedih karena prestasi menurun oleh pembelajaran yang kurang efektif" (KM, W1, 23 Juni 2023).

"Pembelajaran daring tidak efektif karena bergantung dengan teknologi. Kebergantungan dengan teknologi disebabkan karena baru bangun di pagi hari sudah harus absen dan melihat apakah guru memberikan tugas, selain itu kebergantungan dengan teknologi disebabkan karena kebiasaan dan lebih memprioritaskan membuka media sosial saat jam pelajaran" (KM, W2, 19 Agustus 2023).

Selain pembelajaran yang tidak efektif tantangan pembelajaran daring bagi partisipan adalah bergantung dengan teknologi. Hal tersebut disampaikan oleh beberapa partisipan:

"Belajar daring membuat bergantung dengan teknologi, misalnya mencari jawaban di google. Mencari jawaban di google terkadang membuat paham atau tidak" (KM, W1, 23 Juni 2023).

"Hal yang kurang menyenangkan terjadinya ketergantungan terhadap teknologi" (KM, W1, 23 Juni 2023).

"Tugas yang banyak memberikan dampak bagi diri partisipan yaitu kebergantungan dengan teknologi dan malas membaca buku karena mencari jawaban selalu di google" (KM, W2, 19 Agustus 2023).

"Kebergantungan dengan teknologi disebabkan karena baru bangun di pagi hari sudah harus absen dan melihat apakah guru memberikan tugas, selain itu kebergantungan dengan teknologi disebabkan karena kebiasaan dan lebih memprioritaskan membuka media sosial saat jam pelajaran" (KM, W2, 19 Agustus 2023).

"Proses pembelajaran yang hampir sering dijalakan seperti itu membuat malas untuk mencari ilmu pengetahuan terhadap materi mata pelajaran yang sulit dipahami dan pada akhirnya hanya sekedar menyari tahu melalui google" (KM, W2, 19 Agustus 2023).

Proses pembelajaran daring juga memberikan tantangan kepada partisipan terkait aturan pembelajaran yang diikuti:

"Proses pembelajaran daring yang saya alami guru menerapkan aturan dalam pengumpulan tugas, apabila siswa tidak mengumpulkan tugas tepat waktu dan tidak mengkonfirmasi terlebih dahulu ke guru yang bersangkutan maka akan mendapatkan sanksi berupa pengurangan nilai" (SM, W1, 15 Juni 2023).

"Waktu pengumpulan tugas yang terbatas membuat saya hanya sekedar mengerjakan tugas dari guru. Biasanya tugas diberikan jam tujuh pagi dan sudah dikumpulkan jam sembilan atau sepuluh pagi dengan itu hanya sekedar menyalin jawaban di google karena kalau terlambat mengumpulkan maka tugas tidak akan di anggap atau tidak mendapatkan nilai" (KM, W2, 19 Agustus 2023).

Tantangan lainnya saat proses pembelajaran daring adalah kewajiban sebagai siswa. Kewajiban partisipan sebagai siswa tidak hanya tentang mengikuti proses pembelajaran namun juga wajib mengerjakan tugas sekolah yang diberikan guru:

"Tugas-tugas yang membebani saat daring yaitu tugas yang di suruh membuat video oleh guru. Tugas tersebut membebani karena proses pembuatannya memerlukan waktu sehari-hari, selain itu adanya pandemi membuat semua keluarga di rumah, sehingga keadaan rumah menjadi berisik dan mengganggu ketika membuat video" (KM, W1, 23 Juni 2023).

"Tugas yang banyak diberikan oleh guru melelahkan. Kelelahan disebabkan karena tugasnya harus dikerjakan secara tulis tangan supaya guru tidak menganggap siswa menjawab dengan copy paste lewat google, selain itu apabila jawaban tidak ditemukan di Google harus benar-benar berpikir untuk mengerjakan tugas" (KM, W2, 19 Agustus 2023).

"Tekan atau tantangan yang saya alami yaitu pada tugas Matematika. Tugas yang harus dikerjakan dalam hitung-hitungan sangat sulit saat pembelajaran daring. Hal tersebut disebabkan dari cara guru mengajar, ketika proses pembelajaran daring guru Matematika hanya mengirimkan materi dalam bentuk PDF pada google classroom sehingga tidak paham dan tidak mampu untuk mengerjakan tugas yang diberikan oleh guru dan dengan waktu terbatas yang harus segera dikumpulkan pada platform yang sudah disediakan" (I, W1, 19 Agustus 2023).

Pembelajaran daring juga melahirkan perasaan cemas dan takut pada diri pasrtisipan. Dari hasil wawancara yang dilakukan partisipan mengungkapkan:

"Ketika kurang bisa memahami materi membuat saya kurang siap dan merasa beban ketika akan menghadapi ujian sehingga memiliki perasaan takut akan mendapatkan nilai yang rendah" (GD, W1, 23 Juni 2023).

"munculnya perasaan cemas karena prestasi belajar yang menurun" (KM, W1, 23 Juni 2023).

"Saya memiliki kecemasan terhadap hasil belajar yang menurun" (KM, W2, 19 Agustus 2023).

"Pembelajaran daring memang gampang untuk diikuti akan tetapi juga melahirkan kecemasan seperti prestasi belajar yang menurun" KM, W2, 19 Agustus 2023).

"Saya juga memiliki rasa takut karena tidak memahami materi mata pelajaran" (KM, W2, 19 Agustus 2023).

"Ketika mengikuti UAS yang sehari-harinya tidak mendapatkan penjelasan dari guru biasanya untuk bisa menjawab, jawabannya di cari melalui google karena UAS dilaksanakan secara online dan cukup memiliki kelonggaran untuk memegang handphone. Keadaan tersebut menjadi beban pada hasil UAS karena nilainya sangat kecil" (I, W1, 23 Juni 2023).

Dari paparan hasil wawancara di atas dapat disimpulkan pembelajaran daring pelaksanaannya terkadang guru tidak mengajar sampai batas waktu jam pelajaran. Pembelajaran daring guru hanya mengirimkan materi melalui media pembelajaran yang digunakan tanpa adanya penjelasan tambahan. Partisipan mengikuti pembelajaran daring dengan menggunakan handphone. Penggunaan

handphone mengalihkan fokus partisipan terhadap pelajaran untuk membuka media sosial. Partisipan juga harus melaksanakan kewajiban seperti membuat tugas sekolah yang memiliki konsekuensi apabila telat mengumpulkan tugas akan mendapatkan pengurangan nilai. Proses pembelajaran yang kurang efektif menimbulkan perasaan cemas dan takut. Perasaan cemas timbul karena kurangnya penjelasan dari guru berdampak pada pemahaman siswa sehingga adanya rasa beban dan takut ketika akan menghadapi ujian dan cemas dengan hasil belajar yang turun.

Hambatan pembelajaran daring dari dalam

Mengikuti proses pembelajaran daring tidak selalu berjalan sesuai dengan keinginan partisipan. Mengikuti pembelajaran daring pastinya ada hambatan – hambatan yang dimiliki partisipan. Salah satu hambatan tersebut adalah hambatan yang bersumber dari dirinya sendiri seperti prokrastinasi dan proses belajar partisipan. Berikut pernyataan partisipan:

"Selain waktu yang terbatas keterlambatan dalam mengumpulkan tugas juga disebabkan karena keasikan bermain handphone sehingga pengerjaan tugas jadi tertunda" (ST, W2, 17 Agustus 2023).

"Kendala lain yang dialami saat pengerjaan video tidak bisa menggunakan waktu secara efektif karena pada proses rekaman waktu banyak terbuang karena bercanda sehingga menyebabkan pengumpulan tugas jadi terlambat" (ST, W2, 17 Agustus 2023).

"Kendala yang saya alami saat pembelajaran daring pada pengerjaan tugas dan pengumpulan tugas. Kesusahan mengerjakan soal Matematika karena banyak hitung-hitungan dan harus menghafal rumus" (SM, W2, 17 Agustus 2023).

"Hasil belajar yang didapatkan kurang puas disebabkan karena inisiatif belajar bergantung terhadap mood yang dimiliki. Ketika mood yang dimiliki baik maka akan mencari materi sampai ke akar-akarnya dan kondisi tersebut terjadi hampir setiap hari dalam proses belajar yang diikuti" (GD, W2, 19 Agustus 2023).

"Saat pembelajaran daring dampak negatif lebih banyak dialami. Dampak negatif membuat diri malas, tidak memiliki inisiatif. Misalnya dalam mengerjakan tugas, nemu jawaban di google disalin saja dan dampak ini terus-menerus melakat hingga saat ini" (I, W2, 19 Agustus 2023).

Dari paparan hasil wawancara di atas dapat disimpulkan hambatan dari dalam yang dimiliki partisipan adalah karena prokrastinasi dalam pengerjaan tugas

sekolah. Selain itu hambatan juga disebabkan karena ketidakseriusan partisipan dalam mengikuti proses pembelajaran dan mengerjakan tugas.

Hambatan pembelajaran daring dari luar

Hambatan pembelajaran daring dari luar diri partisipan disebabkan karena gangguan jaringan internet dan proses mengajar. Berikut pernyataan partisipan:

"Kendala jaringan internet saat absen, pengumpulan tugas, dan tugas dari guru yang tidak sesuai dengan materi yang diberikan" (GD, W1, 23 Juni 2023).

"Saya memiliki kendala internet saat mengikuti pembelajaran daring. Kendala internet tersebut kehabisan kuota ketika mengikuti proses pembelajaran lewat zoom. Ketika mengalami hal tersebut mengharuskan saya keluar rumah menuju rumah sepupunya untuk mencari jaringan wifi supaya bisa mengikuti pembelajaran. Kondisi tersebut membuat marah karena menyulitkan dan mood belajarnya jadi hilang" (GD, W2, 19 Agustus 2023).

"Saya merasa bingung ketika mendapatkan tugas akan tetapi tidak ada penjelasan materi dari tugas tersebut. Pelajaran Matematika kalau tidak dijelaskan tidak akan bisa mengerjakan tugas" (SM, W1, 15 Juni 2023).

"Perasaan tertekan disebabkan karena materi pelajaran saat daring harus dipahami sendiri, jadi dari sekian materi yang diberikan tidak semua bisa dipahami" (GD, W1, 23 Juni 2023).

"Soal-soal dari tugas yang diberikan oleh guru tidak nyambung dengan materi yang diberikan oleh guru. Mata pelajaran tersebut matematika minat dan biologi. Mata pelajaran Matematika Minat guru memberikan materi dengan file PDF dan berisi contoh soal namun ketika memberikan tugas, tugasnya tidak sesuai dengan contoh soal yang diberikan" (GD, W2, 19 Agustus 2023).

"Saya merasa tertekan dengan tugas yang banyak dari materi yang sedikit" (I, W2, 19 Agustus 2023).

"Tantangan yang dimiliki selama transisi pembelajaran, saat kelas sepuluh dengan pembelajaran daring sama sekali tidak mendapatkan materi" (I, W2, 19 Agustus 2023).

Dari pernyataan partisipan di atas dapat disimpulkan hambatan yang bersumber dari luar diri partisipan adalah gangguan jaringan internet dan proses mengajar. Gangguan internet tersebut terjadi saat absen, pengumpulan tugas, dan kehabisan kuota saat mengikuti proses pembelajaran. Hambatan proses mengajar dikarenakan hanya mendapatkan materi dan tanpa ada penjelasan

tugas sehingga tidak memiliki pemahaman dan tidak bisa mengerjakan tugas sekolah yang diberikan oleh guru.

Pembelajaran PTM terbatas

Keadaan lingkungan yang mulai membaik saat Covid – 19 membuat sekolah melakukan transisi pembelajaran dari pembelajaran daring ke pembelajaran PTM terbatas. Mengalami transisi pembelajaran yang pelaksanaannya berubah mengharuskan siswa untuk beradaptasi lagi dengan lingkungannya. Pembelajaran daring yang dulunya dilaksanakan secara nyaman dan santai berbeda dengan PTM terbatas dimana siswa harus sedikit merubah kebiasaannya. Kenyaman yang dimiliki seperti jarang keluar rumah membuat partisipan malas untuk melakukan interaksi sosial. Pernyataan tersebut diungkapkan oleh beberapa partisipan:

"Awal-awal menjalani pembelajaran PTM terbatas memiliki keraguan untuk bersekolah karena belum kenal siapa-siapa" (SM, W1, 15 Juni 2023).

"Awal-awal mengikuti pembelajaran PTM terbatas merasa deg-degan dan perlu mengumpulkan energi untuk berkenalan dengan teman-teman baru. Pembelajaran PTM terbatas juga lumayan menguras energi karena kegiatan belajar dilaksanakan secara langsung namun adanya PTM terbatas saya mempunyai pengalaman yang menyenangkan yaitu bisa berkenalan dengan teman baru dan bisa memahami materi mata pelajaran karena sudah di jelaskan langsung oleh guru yang mengajar" (KM, W1, 23 Juni 2023).

"Awal-awal diterapkan pembelajaran PTM terbatas saya merasa kaget karena bertemu dengan orang-orang yang tidak terlalu dikenali" (I, W1, 23 Juni 2023).

PTM terbatas siswa melaksanakan proses pembelajaran ke dalam dua sesi dan belajar hanya sebentar di sekolah. Pembelajaran yang sebentar dirasakan hanya membuang – buang energi. Berikut merupakan hasil ungkapan partisipan saat proses wawancara dilakukan:

"PTM terbatas dirasakan kurang memuaskan karena bersekolah hanya sebentar dan jam guru untuk mengajar dibatasi yang biasanya satu mata pelajaran kurang lebih selama tiga jam menjadi empat puluh lima menit" (GD, W2, 19 Agustus 2023).

"Proses pembelajaran diterapkan secara PTM terbatas saya merasa energinya terkuras yang disebabkan pulang pergi sekolah dalam waktu yang singkat, selain itu jam mata pelajaran yang terbatas membuat guru tidak sepenuhnya bisa menjelaskan materi mata pelajaran sehingga tidak bisa memahami sepenuhnya materi pelajaran dan muncul perasaan kurang puas" (GD, W2, 19 Agustus 2023).

"Penilaian saya terhadap penerapan pembelajaran PTM terbatas yaitu buang-buang energi. Buang-buang energi dimaksudkan karena harus bangun pagi melakukan persiapan supaya bisa bersekolah, setiap harinya hanya dapat dua mata pelajaran dengan durasi belajar satu jam setiap mata pelajaran, dengan itu buang-buang energi, ibaratnya sekolah pagi pulanginya pagi" (I, W1, 19 Agustus 2023).

Dari paparan hasil wawancara di atas dapat disimpulkan adanya transisi pembelajaran daring membuat siswa nyaman dan sudah terbiasa diam di rumah. Kondisi yang sudah terbiasa diam di rumah membuat siswa ragu untuk berinteraksi dengan lingkungan sosial. Penerapan pembelajaran PTM terbatas dengan membagi kelas ke dalam dua sesi dan memangkas waktu dari masing – masing mata pelajaran. Adanya pemangkasan waktu pembelajaran dirasakan bersekolah hanya membuang – buang energi karena berangkat pagi dan pulang pagi.

Tantangan PTM terbatas

Penerapan PTM terbatas menuntut partisipan untuk mampu merubah kebiasannya. Kebiasaan yang sudah tertanam saat pembelajaran daring harus diubah lagi menyesuaikan kondisi terbaru. Saat PTM terbatas karena sudah mulai bersekolah membuat partisipan harus bangun pagi untuk melakukan persiapan ke sekolah. Berikut pernyataan partisipan:

"Saat adanya transisi pembelajaran tantangan yang dimiliki mengubah kebiasaan bangun tidur yang kesiangkan ke bangun tidur yang lebih pagi" (ST, W1, 14 Juni 2023).

"Tantangan yang dialami saat adanya transisi dari pembelajaran daring ke PTM terbatas harus membiasakan diri bangun pagi. Biasanya saya bangun jam delapan pagi namun sejak PTM terbatas harus bangun pukul setengah enam pagi karena perlu melakukan persiapan dan berangkat lebih pagi karena jarak rumah ke sekolah kurang lebih sepuluh kilometer" (ST, W2, 17 Agustus 2023).

Sama dengan pembelajaran daring. Tantangan yang dimiliki partisipan saat PTM terbatas salah satunya aturan pembelajaran. Aturan pembelajaran saat PTM terbatas yaitu pembelajaran dibagi ke dalam dua sesi sehingga membuat salah satu partisipan bergiliran ke sekolah dengan saudaranya dan siswa dilarang menggunakan handphone saat proses pembelajaran berlangsung. Berikut ungkapan partisipan:

"PTM terbatas pelaksanaan pembelajaran dibagi kedalam dua sesi. Diterapkan pembelajaran kedalam dua sesi membuat saya harus bergiliran ke sekolah dengan saudara kandung saya dan tidak bisa membawa satu sepeda motor. Saya kurang senang bertemu dengan beberapa teman di kelas" (ST, W2, 17 Agustus 2023). "Saat PTM terbatas dan tatap muka

penuh siswa dilarang membawa Handphone saat jam pelajaran berlangsung. Handphone harus di silent dan dikumpulkan di meja guru” (SM, W1, 15 Juni 2023).

“Pengalaman yang kurang menyenangkan jam pelajaran yang dibatasi, materi pelajaran tidak semua bisa di jelaskan karena waktunya terbatas” (GD, W1, 23 Juni 2023).

“Terbatasnya jam pelajaran mengakibatkan kurang bisa untuk memahami materi dengan sepenuhnya. Materi mata pelajaran tersebut antara lain Matematika, Kimia, dan Fisika. Matematika kesulitan pada penyederhanaan dan Fisika pada rumus-rumus. Akibat dari kurang mampunya dalam memahami materi mata pelajaran berdampak pada penyelesaian mengerjakan tugas dari guru. (GD, W2, 19 Agustus 2023).

Pembelajaran daring yang dilaksanakan dari rumah menimbulkan rasa malas pada diri partisipan. Rasa malas yang timbul adalah malas untuk berinteraksi dengan orang lain. Selain itu, salah satu penyebab partisipan malas berinteraksi karena memiliki pengalaman berkonflik dengan temannya. Berikut pernyataan partisipan:

“Proses berinteraksi dengan teman juga menjadi tantangan. Saya tidak suka bertemu dengan teman-teman yang kurang baik. Perlakuan teman sering meremehkan dan tugas sekolah saya tidak dikumpulkan ke guru melainkan di buang saat proses pembelajaran daring. Hal tersebut saya ketahui melalui kerakam CCTV yang ada di sekolah” (ST, W2, 17 Agustus 2023).

“Saat PTM terbatas dan Tatap Muka Penuh kendalanya sulit berinteraksi dan lingkungan yang toxic sehingga kurang fokus belajar” (SM, W1, 15 Juni 2023).

“Mengikuti pembelajaran PTM terbatas menguras energi. Energi yang terkuras seperti males untuk berinteraksi dengan orang baru karena sebelumnya hanya belajar dari rumah dan membuat nyaman terhadap diri sendiri” (KM, W2, 19 Agustus 2023).

“Awal-awal mengikuti proses pembelajaran PTM terbatas saya merasa canggung dan malu untuk berkenalan dengan teman-teman di kelas karena menilai wajah teman ada yang judes dan takut dianggap sok asik” (I, W1, 19 Agustus 2023).

Sama halnya dengan pembelajaran daring. Salah satu tantangan partisipan saat PTM terbatas adalah kewajiban sebagai siswa. Kewajiban sebagai siswa yang dimaksud adalah mengerjakan tugas sekolah. Berikut ungkapan partisipan:

"Saat PTM terbatas tugas-tugas dari sekolah tetap banyak namun dalam pengumpulan tugas mendapatkan waktu pengerjaan satu sampai dua hari. (ST, W1, 14 Juni 2023).

"Tugas pada Pembelajaran PTM terbatas lebih berat dibandingkan saat pembelajaran daring. Tugas saat PTM terbatas harus dikumpulkan segera sedangkan saat pembelajaran daring tugas mendapatkan waktu pengerjaan selama satu minggu" (KM, W1, 23 Juni 2023).

"Kendala lain yang dimiliki dengan banyaknya tugas presentasi jadinya banyak juga menghafal materi presentasi, saya menyadari bawah diri saya memiliki kesulitan atau lambat dalam menghafalkan materi mata pelajaran" (KM, W2, 19 Agustus 2023).

Pada penerapan PTM terbatas partisipan juga memiliki perasaan cemas dan malu. Perasaan cemas karena tidak memiliki pemahaman untuk menghadapi ulangan. Perasaan malu karena kurangnya kepercayaan diri saat maju kedepan kelas. Berikut pernyataan partisipan:

"Apabila materi saat belajar daring disinggung saat PTM terbatas dan saya di suruh menjawab adanya rasa deg-degan karena takut tidak bisa menjawab" (SM, W1, 15 Juni 2023).

"Memiliki beban, perasaan tertekan dan malu ketika tidak bisa menjawab pertanyaan yang diberikan oleh guru ketika mengupas materi-materi yang diberikan saat proses pembelajaran daring" (GD, W1, 23 Juni 2023).

"Ketika pembelajaran diterapkan secara PTM terbatas masih memiliki kecemasan. Kecemasan yang dimiliki ketika menghadapi ulangan tidak bisa menjawab soal karena dalam proses belajar, waktu guru mengajar dibatasi sehingga memiliki wawasan yang kurang" (GD, W2, 19 Agustus 2023).

"Ketika ditunjuk maju untuk mengerjakan soal merasa tertekan dan malu. Perasaan tertekan dan malu disebabkan karena kurangnya kepercayaan diri, saya menganggap diri saya tidak memiliki pemahaman yang sama seperti teman-teman" (GD, W2, 19 Agustus 2023).

"Kendala yang dimiliki yaitu saat maju kedepan, adanya beban dalam diri dan deg-degan karena tidak yakin dan takut salah terhadap jawaban yang dikerjakan" (KM, W1, 23 Juni 2023).

Dari paparan hasil wawancara di atas dapat disimpulkan tantangan yang dimiliki partisipan saat transisi ke PTM terbatas adalah merubah kebiasaan, aturan pembelajaran, interaksi di sekolah, kewajiban sebagai siswa, serta perasaan

cemas dan malu. Merubah kebiasaan disebabkan karena sudah mulai bersekolah dan harus bangun pagi untuk melakukan persiapan ke sekolah. Hal tersebut sangat berbeda dari pembelajaran daring yang baru bangun sudah bisa langsung mengikuti proses pembelajaran. Pada aturan pembelajaran dimana proses pembelajaran dibagi kedalam dua sesi dan jam pembelajaran dibatasi. Dibatasinya jam pembelajaran membuat guru tidak bisa menjelaskan materi dengan penuh sehingga tetap adanya pemahaman yang kurang. Tantangan interaksi di sekolah disebabkan karena adanya konflik terkait pembuangan tugas yang dimiliki partisipan saat pembelajaran daring sehingga menimbulkan rasa takut untuk bergaul. Pada partisipan lain, masalah interaksi timbul karena saat pembelajaran daring hanya dilaksanakan di rumah saja menimbulkan rasa malas kepada partisipan untuk memulai berinteraksi lagi dengan lingkungan sosialnya. Tantangan sebagai siswa tentunya adanya kewajiban yang harus dilaksanakan. Kewajiban tersebut adalah mengerjakan tugas sekolah. Tantangan adanya perasaan cemas dan rasa malu muncul karena dengan dibatasinya jam pelajaran menimbulkan pemahaman yang kurang dimiliki oleh siswa sehingga siswa cemas ketika akan menghadapi ulangan. Rasa malu muncul apabila di suruh maju kedepan kelas oleh guru dan pada saat itu hal yang dibahas terkait materi saat pembelajaran daring partisipan merasa deg – degan dan tidak percaya diri karena tidak memiliki pemahaman materi saat pembelajaran daring.

Simpulan

Stres Akademik merupakan stres yang dialami siswa dilingkungan sekolah. Gambaran stres akademik yang dialami siswa selama terjadinya transisi pembelajaran antara lain, merasa beban, malas membangun relasi, merasa kelelahan karena tugas sekolah yang banyak, perasaan cemas terhadap nilai hasil belajar, dan merasa takut ketika maju kedepan kelas. Faktor – faktor yang mempengaruhi stres akademik siswa selama transisi pembelajaran yaitu faktor internal dan faktor eksternal. Faktor internal seperti malasnya siswa untuk membangun relasi karena sudah nyaman belajar daring dan kesadaran tidak mempunyai wawasan yang cukup. Sedangkan faktor eksternal disebabkan karena pembelajaran yang kurang efektif saat pembelajaran daring, padatnya aktivitas saat pembelajaran tatap muka penuh, dan dituntut mampu beradaptasi dengan cepat dan baik pada kondisi lingkungan yang berubah – ubah.

Referensi

- Andiarna, F., & Kusumawati, E. (2020). Pengaruh pembelajaran daring terhadap stres akademik mahasiswa selama pandemi covid-19. *Jurnal Psikologi*, 16(2), 139. <https://doi.org/10.24014/jp.v16i2.10395>
- Azahra, J. S. (2017). Hubungan antara stres akademik dengan coping stress pada mahasiswa yang sedang mengerjakan skripsi di fakultas pendidikan psikologi. In Universitas Negeri Jakarta: Vol. Skripsi (Issue Fakultas Pendidikan Psikologi Universitas Negeri Jakarta). Universitas Negeri Jakarta.

- Darmanita, S. Z., & M. Yusri. (2020). Pengoperasian penelitian naratif dan etnografi; pengertian, prinsip-prinsip, prosedur, analisis, interpretasi dan pelaporan temuan. *As-Shaff: Jurnal Manajemen Dan Dakwah*, 1(1), 24–34.
- Della, C. T. (2019). Pengaruh Persepsi Siswa Terhadap Full Day School Pada Stres Akademik Siswa SMA Negeri 1 Karanganyar Klaten. <http://iwankuswandi.wordpress.com>
- Elvira, F. (2021). Hubungan Stres Akademik dengan Prokrastinasi Akademik pada Siswa SMA Sederajat di Masa Pandemi Covid-19 [Universitas Muhammadiyah Malang]. In *Universitas Muhammadiyah Malang*. <http://eprints.umm.ac.id/id/eprint/77952>
- Fajriyah, I., D. (2021). Hubungan self-regulated learning dengan stres akademik pada siswa SMA negeri 1 paciran selama pembelajaran daring Di masa pandemi covid-19. *Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang*.
- Fitriansyah, F. (2022). Dinamika Pembelajaran Tatap Muka Terbatas Di Kalangan Mahasiswa. *Prima Magistra: Jurnal Ilmiah Kependidikan*, 3(1), 123–130. <https://doi.org/10.37478/jpm.v3i1.1438>
- Gadzella, B. M., & Masten, W. G. (2005). *American journal of psychological research. History*, 3(1), 15.
- Gaol. (2016). Teori stres: stimulus, respons, dan transaksional. *Buletin Psikologi*, 24(1), 1. <https://doi.org/10.22146/bpsi.11224>
- Hardiantoro, A. (22 C.E.). Aturan terbaru PTM terbatas sesuai SE kemendikbud nomor 2 tahun 2022. *Kompas*. <https://www.kompas.com/tren/read/2022/02/04/190000165/ini-aturan-terbaru-ptm-terbatas-sesuai-se-kemendikbud-nomor-2-2022?page=all#:~:text=Aturan PTM Terbatas itu tertuang,PTM terbatas sebesar 50 persen.>
- Indonesia, C. (2022). Aturan sekolah tatap muka 100 persen. *CNBC Indonesia*. <https://www.cnbcindonesia.com/news/20220513072333-4-338653/aturan-sekolah-tatap-muka-100-persen-terbaru-cek-bunda>
- Irandi, B. (2014). Perbedaan kemandirian anatar siswa yang mengikuti osis dan siswa yang tidak di SMA negeri 4 medan. *Universitas Medan Area*.
- Juniar, A. (2021). Perbedaan stress akademik belajar daring antara siswa perempuan dan laki-laki. *Universitas Islam Negeri Raden Intan*.
- Kadafi, M. (2022). Pembelajaran tatap muka terbatas di bali mulai digelar. *Merdeka.Com*. merdeka.com/peristiwa/pembelajaran-tatap-muka-terbatas-di-bali-mulai-digelar.html
- Krista, S. (2022). Tingkat stres akademik siswa SMA ditinjau dari kualitas bimbingan belajar di yogyakarta. *Universitas Sanata Dharma*.
- Lazarus, R., & Folkman, S. (1984). *Stress appraisal and coping*. Springer.
- Lenny Mei Vilien. (2021). Studi fenomenologi: perilaku self disclouser pada mahasiswa pengguna media sosial twitter di tengah pandemi covid 19. *Universitas Negeri Walisongo Semarang*.
- Majrika, R. Y. (2018). Hubungan antara dukungan sosial dengan stress akademik pada remaja SMA di SMA yogyakarta. In *Universitas Islam Indonesia*. *Universitas Islam Indonesia*.

- Mutiara. (2021). Studi identifikasi faktor penyebab stres akademik pada siswa SMA swasta budisatrya medan. Universitas Medan Area.
- Negara, D. S. (2022). Analisis dampak pasca covid19 terhadap perubahan psikososial siswa di tengah kebijakan transisi pendidikan. Seminar Nasional Psikologi UAD, 1, 1–8.
- Oktavia, W. K., Fitroh, R., Wulandari, H., & Feliana, F. (2019). Faktor-faktor yang mempengaruhi stres akademik. *Psyche 165 Journal*, 142–149. <https://doi.org/10.35134/jpsy165.v13i2.84>
- Pradiri, A. P., Hendriani, W., & Surjaningrum, E. R. (2021). Studi kualitatif dalam kajian stres akademik. *INSAN Jurnal Psikologi Dan Kesehatan Mental*, 6(2), 79–89. <https://doi.org/10.20473/jpkm.v6i22021.79-89>
- Priskila, V., & Savira, S. I. (2019). Hubungan antara Self-Regulated Learning dengan Stres Akademik Pada Siswa Kelas XI SMA Negeri X Tulungagung dengan Sistem Full Day School.
- Sholahuddin. (2020). Hubungan religiusitas dengan stres akademik mahasiswa fakultas psikologi UIN suska riau [Universitas Islam Negeri Sultan Syarif Kasim Riau Pekanbaru]. In Universitas Islam Negeri Sultan Syarif Kasim Riau. [http://repository.uin-suska.ac.id/28293/1/GABUNGAN SKRIPSI KECUALI BAB IV.pdf](http://repository.uin-suska.ac.id/28293/1/GABUNGAN%20SKRIPSI%20KECUALI%20BAB%20IV.pdf)
- Siregar, S., & Rahmulyani. (2022). Hubungan penyesuaian diri dengan stres akademik dalam menjalani pembelajaran tatap muka terbatas di era new normal pada siswa kelas XI IPS SMA negeri 1 lubuk pakam T.A 2021/2022. *Indonesian Counseling and Psychology*, 2(2), 25–41. <https://doi.org/10.24114/icp.v2i2.38835>
- Sugiyono. (2022). Metode penelitian kualitatif (S. Suryandari (ed.); kelima). Alfabeta.
- Sugeng Widodo, A., & Titi Pratitis, N. (2013). Harga diri dan interaksi sosial ditinjau dari status sosial ekonomi orang tua (Vol. 2, Issue 2).
- Rofiah, S. (2021). Pengaruh pembelajaran online terhadap stres akademik siswa di SMA negeri 1 kepajen. <http://ejurnal.uij.ac.id/index.php/CONS>
- Timah, S. (2021). Hubungan penyuluhan kesehatan dengan pencegahan covid 19 di kelurahan kleak kecamatan malalayang kota manado. *Indonesian Journal of CommunityDedication*, 3(1), 7–14. <http://jurnal.stikesnh.ac.id/index.php/community/article/download/432/407/1659>.