

BAB IV

HASIL PENELITIAN

A. Deskripsi Data

Data dalam penelitian ini diperoleh berdasarkan penyebaran skalah pada siswa IX Nagari Pangian Kecamatan Lintau Buo Kabupaten Tanah Datar. Skala ini hanya satu bagian, berfungsi untuk mengetahui tingkat stress siswa dalam pembelajaran akademik selama pandemic *Covid-19*. Data dianalisis secara deskriptif kuantitatif untuk mengetahui deskripsi data dari variabel penelitian yang dilakukan.

1. Deskripsi Data Tingkat Stres Siswa SMP

Pada penelitian tingkat stress siswa dalam pembelajaran akademik selama masa pandemik menggunakan 60 item pertanyaan dengan 132 responden dengan menggunakan skala likert dengan rentangan skor 1 sampai dengan 4. Deskripsi data yang disajikan digunakan untuk melihat tingkat stress siswa dalam pembelejaran akademik selama masa pandemic *covid-19* dengan melihat validitas data dan reliabilitas data. Hasil perhitungan data tersebut dapat dilihat pada tabel sebagai berikut:

a) Uji Normalitas

Uji normalitas dimaksudkan untuk mengetahui apakah data yang digunakan dalam penelitian ini berdistribusi normal atau tidak. Uji normalitas ditentukan dengan menggunakan taraf signifikan 5% atau 0,05. Apabila nilai p lebih besar dari 0,05 maka dapat disimpulkan bahwa distribusi datanya normal, sedangkan jika nilai p kurang dari 0,05 maka dapat disimpulkan bahwa distribusi datanya tidak normal. Dari hasil perhitungan menggunakan Kolmogorov-Smirnov Test, harga Kolmogorov-Smirnov yaitu Asymp. Sig. (2-tailed) yaitu 0,200, karena harga p

$(0,200) > 0,05$ maka distribusi skornya dapat dinyatakan normal. Hasil perhitungan SPSS untuk uji normalitas tersebut terdapat pada tabel di bawah ini;

One-Sample Kolmogorov-Smirnov Test

		tingkat stes siswa
N		132
Normal Parameters ^{a,b}	Mean	176,5833
	Std. Deviation	28,84151
Most Extreme Differences	Absolute	,065
	Positive	,065
	Negative	-,055
Test Statistic		,065
Asymp. Sig. (2-tailed)		.200 ^{c,d}

a. Uji Validitas

Validitas tes menggunakan validitas berdasarkan *random sampling*. *Random sampling* merupakan jenis pengambilan sampel probabilitas dimana setiap orang di seluruh populasi target memiliki kesempatan yang sama untuk dipilih pengolahan data menggunakan SPSS Statistics 22. Hasil perhitungan SPSS uji validitas tersebut dapat dilihat pada tabel di bawah ini;

4.2 Validitas Tingkat Stes Siswa SMP dalam Pembelajaran Akademik Selama Pandemi Covid-19

NO	Pernyataan	<i>Corrected item -Total Correlation</i>	r Total	Keterangan
1.	Saya merasa mudah marah ketika semua tugas sekolah dikumpulkan secara mendesak saat belajar selama dirumahkan	.724**	0.1710	VALID
2.	Saya merasa kecewa ketika hendak ulangan harian yang mendadak	.513**	0.1710	VALID
3.	Saya merasa sedih apabila mendapatkan hasil nilai ujian yang buruk	.505**	0.1710	VALID
4.	Saya tidak mampu mengendalikan amarah terhadap semua tugas yang menumpuk selama masa Covid-19	.608**	0.1710	VALID
5.	Sayan akan mudah marah jika menjumpai soal atau tugas pelajaran yang sulit	.789**	0.1710	VALID
6.	Saya merasa panik saat menghadapi ujian pada masa covid-19	.478**	0.1710	VALID
7.	Saya merasa gelisah jika banyak PR yang diberikan tidak dimengerti	.730**	0.1710	VALID
8.	Saya tetap tenang ketika dikejar-kejar untuk mengumpulkan tugas	.501**	0.1710	VALID
9.	Saya merasa kecewa apabila gagal dalam mengerjakan ujian akhir semester	.465**	0.1710	VALID

10.	Saya merasa panik jika guru menyuruh untuk menjawab soal latihan selama masa Covid-19	.570**	0.1710	VALID
11.	Saya merasa senang ketika mendapatkan beban tugas pelajaran yang banyak selama masa pandemik Covid-19	.814**	0.1710	VALID
12.	Saya takut dimarahi orangtua karena mendapatkan nilai ujian buruk	.505**	0.1710	VALID
13.	saya santai saja jika tidak naik kelas dengan alasan adanya virus corona	.504**	0.1710	VALID
14.	saya tidak takut gagal jika tidak membuat tugas sekolah	.603**	0.1710	VALID
15.	Saya tetap santai belajar secara bergantian (<i>rolling</i>) walaupun memiliki beban tugas sekolah yang banyak	.558**	0.1710	VALID
16.	Saya merasa takut dengan pertanyaan mengenai hasil belajar saya selama masa corona	.524**	0.1710	VALID
17.	Saya senang mengikuti kegiatan belajar di sekolah dengan istirahat yang sedikit selama masa corona	.521**	0.1710	VALID
18.	Saya santai saja bertanya kepada guru jika saya belum paham materi pelajaran	.525**	0.1710	VALID
19.	Saya merasa takut dengan hasil belajar saya selama masa pandemik covid-19	.520**	0.1710	VALID
20.	Saya merasa pusing ketika menghadapi ulangan akhir semester	.552**	0.1710	VALID

21.	Saya takut gagal jika diajar oleh guru mata pelajaran yang pemarah atau judes	.728**	0.1710	VALID
22.	Saya sulit tidur ketika menghadapi ujian akhir semester dengan kondisi selalu waspada virus corona	.556**	0.1710	VALID
23.	saya takut gagal jika tidak mengumpulkan tugas	.447**	0.1710	VALID
24.	Saya tidak pusing dalam memikirkan tugas sekolah yang menumpuk	.570**	0.1710	VALID
25.	Saya merasa pusing ketika tidak bias menyelesaikan tugas sekolah yang sulit	.818**	0.1710	VALID
26.	Saya merasa pusing ketika tidak bisa menyelesaikan tugas sekolah yang sulit	.529**	0.1710	VALID
27.	Saya bisa tidur nyenyak saat tugas belum selesai dikerjakan	.707**	0.1710	VALID
28.	Beban tugas sekolah maupun tugas rumah tidak membuat saya mengalami gangguan tidur	.539**	0.1710	VALID
29.	Akibat tugas menumpuk saya lupa makan	.503**	0.1710	VALID
30.	Saya merasa cepat letih jika menyelesaikan tugas sekolah yang menumpuk	.586**	0.1710	VALID
31.	Nafsu makan saya bertambah karena banyaknya tugas sekolah yang menumpuk	.821**	0.1710	VALID
32.	Saya mudah lelah ketika belajar di sekolah dengan waktu istirahat yang sedikit	.512**	0.1710	VALID

33.	Akibat asyik belajar saya tidak teratur makan	.538**	0.1710	VALID
34.	Saya merasa cepat lesuh ketika lama belajar disekolah	.625**	0.1710	VALID
35.	Saya tetap semangat ketika belajar materi pelajaran yang sulit secara daring	.536**	0.1710	VALID
36.	Saya akan mengeluarkan keringat di tubuh saat menghadapi ujian yang sulit	.490**	0.1710	VALID
37.	Saya sulit berkonsentrasi ketika belajar dengan kondisi cuaca panas	.512**	0.1710	VALID
38.	Saya mengeluarkan keringat dingin jika tidak bias menjawab pertanyaan dari guru	.512**	0.1710	VALID
39.	Saya sulit berkonsentrasi belajar ketika dirumahkan	.569**	0.1710	VALID
40.	Daya ingat saya meningkat dengan banyak belajar	.424**	0.1710	VALID
41.	Saya sulit fokus belajar dengan metode <i>shift</i> (bergantian) selama masa Newnormal	.641**	0.1710	VALID
42.	Saya mampu berkonsentrasi pada semua mata pelajaran dengan waktu yang lama	.626**	0.1710	VALID
43.	Saya mudah lupa jika tidak mengulangi materi pelajaran	.468**	0.1710	VALID
44.	Saya sulit berkonsentrasi belajar ketika ujian telah tiba	.664**	0.1710	VALID
45.	Saya ingat semua tugas sekolah yang menumpuk tanpa dicatat	.606**	0.1710	VALID

46.	Ketika ujian, muncul pikiran negatif tidak bias mengerjakan soal sekolah	.545**	0.1710	VALID
47.	Saya berfikir negatif bahwa kegiatan belajar yang saya lakukan tidak akan memperoleh manfaat	.422**	0.1710	VALID
48.	Saya semangat ketika dipaksa belajar	.425**	0.1710	VALID
49.	Saya rajin belajar karena saya ingin mempelajari semua mata pelajaran	.658**	0.1710	VALID
50.	Saya belajar sungguh-sungguh saat hendak ujian	.625**	0.1710	VALID
51.	Saya jujur saat melaksanakan ujian sekolah	.510**	0.1710	VALID
52.	Saya akan berpura-pura sakit kepada orangtua jika saya malas berangkat sekolah	.462**	0.1710	VALID
53.	Saya berbohong kepada guru jika lupa mengerjakan PR	.638**	0.1710	VALID
54.	Meskipun saya belum siap menghadapi ujian saya akan tetap berangkat ke sekolah	.565**	0.1710	VALID
55.	Saya bolos saat sekolah mulai dilakukan selama masa Newnormal	.542**	0.1710	VALID
56.	Saya akan berusaha sendiri tanpa meminta bantuan dalam mengerjakan ujian	.463**	0.1710	VALID
57.	Saya akan memaksa teman jika saya tidak diberi contekan ujian	.403**	0.1710	VALID
58.	Meskipun saya merasa jenuh dalam belajar, saya tidak akan mengganggu teman di dalam kelas	.690**	0.1710	VALID

59.	Ketika saya malas belajar saya akan membuka Sosial Media hingga lupa waktu	.707**	0.1710	VALID
60.	Saya berpacaran ketika jam istirahat tiba	.660**	0.1710	VALID

Berdasarkan data pada tabel 4.2 di atas, maka dapat diketahui berdasarkan data *Corrected item -Total Correlation* dengan *r*total berada di atas 0.1710 pada setiap item sehingga data yang diteliti dikatakan valid.

b. Uji Reliabilitas

Reliabilitas merupakan sejauhmana hasil pengukuran dengan alat tersebut dapat dipercaya. Hasil pengukuran harus reliabel dalam artian harus memiliki tingkat konsistensi dan kemantapan. Pengelolaan data menggunakan SPSS Statistics 22, dapat dilihat pada tabel di bawah ini;

4.3 Reliability Statistics

Cronbach's Alpha	N of Items
0,964	60

dengan reliabilitas *Cronbach's Alpha* 0,964 maka tingkat reliabilitas instrumen ini dinyatakan signifikan.

4.4 Tingkat Stres Siswa Berdasarkan Usia

Count

		Usia			Total
		15 thn	16 thn	17 thn	
tingkat stres siswa	Sedang	19	11	0	30
	Tinggi	25	38	0	63
	Sangat tinggi	21	17	1	39
Total		65	66	1	132

Tingkat stress siswa dalam pembelajaran akademik dapat dilihat berdasarkan tingkatannya yang mana siswa pada usia 15 tahun mengalami tingkat stress sedang 19 orang, tinggi 25 orang dan sangat tinggi 21 orang. Pada usia 16 tahun, mengalami tingkat stress sedang 11 orang, tinggi 38 orang, sangat tinggi 17 orang, dan pada usia 17 tahun mengalami tingkat stress siswa sangat tinggi 1 orang.

Dimana berdasarkan jenis kelamin yang paling banyak mengalami stress adalah perempuan yang mengalami tingkat stress sangat tinggi sebanyak 20 orang. Dapat dilihat pada tabel gambar 4.3 dan 4.4 di bawah ini;

4.5 Jenis Kelamin

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Laki laki	61	46,2	46,2	46,2
	Perempuan	71	53,8	53,8	100,0
Total		132	100,0	100,0	

B. Uji Persyaratan Analisis

Penelitian yang dilakukan merupakan penelitian satu variabel, untuk mengetahui apakah tingkat stress siswa meningkat dalam pembelajaran selama masa pandemik atau tidak dan penelitian ini melakukan pengecekan validitas dan reliabilitas data dalam melakukan pengujian data, sehingga data yang diperoleh dapat dikatakan valid dan konsisten. Data yang diperoleh dalam penelitian ini berasal dari data sampel, sebelum diadakan uji hipotesis dengan teknik analisis statistik, terdapat prasyarat yang harus dipenuhi yaitu sampel diambil dengan teknik Random Sampling dan prasyarat ini telah terpenuhi.

Di samping itu distribusi data harus normal (uji normalitas) dan data yang diteliti dalam setiap item valid sehingga tidak ada pertanyaan yang dihapus dan reliabilitas data yang diukur dapat mengukur apa yang ingin diukur dengan baik. Pengujian prasyarat analisis pada penelitian ini menggunakan aplikasi program *SPSS for Windows versi 22.0* dan hasilnya adalah sebagai berikut:

a. Uji Validitas

Uji validitas digunakan untuk mengetahui apakah data yang dihasilkan valid atau tidak dalam melakukan pengukuran pada setiap item sehingga dapat dilihat korelasi setiap factor yang diukur pada setiap item. Taraf yang digunakan dalam uji validitas pengukuran dalam penelitian ini dengan melihat rtabel dengan taraf signifikansi 0,05, dengan reliabilitas Cronbach's Alpha nya 0.964 sehingga hasil dari instrumen pertanyaan dapat mengukur apa yang hendak diukur. Teknik pengujian ini menggunakan bantuan aplikasi program *SPSS for Windows versi 21.0*

b. Uji Normalitas

Sebelum data diuji dengan uji statistic deskriptif, terlebih dahulu dilakukan uji asumsi normalitas untuk mengetahui apakah sebaran skor memenuhi asumsi distribusi normal atau tidak. Uji normalitas dilakukan dengan teknik *Kolmogorov-Smirnov* yang menyatakan bahwa jika nilai signifikansi lebih besar dari 0.05 ($P > 0.05$) maka sebarannya normal namun jika nilai signifikansinya lebih kecil dari 0.05 ($P < 0.05$) sebenarnya dikatakan normal.

Berdasarkan analisis teknik *Kolmogorov-Smirnov SPSS versi 22* diperoleh nilai signifikansi sebesar 0.964. Hal ini menunjukkan bahwa sampel yang diambil berasal dari sebuah distribusi normal.

C. Pembahasan

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan di SMP Nagari Pangian Kecamatan Lintau Buo Kabupaten Tanah Datar pada kelas IX, diketahui bahwa data yang diteliti dapat dikatakan valid dengan korelasi (r) sebesar -0,1710 dengan tingkat signifikansi sebesar 0,000 ($p < 0,05$).

Siswa yang mengalami stres akademik akan memunculkan emosi yang negatif seperti cemas, takut, sedih, marah dan bingung dalam menghadapi tuntutan akademik diantaranya banyaknya pekerjaan rumah, batas penyelesaian tugas dan ujian, jam belajar yang lebih lama dengan waktu istirahat yang sedikit, adanya sistem rillong (bergantian) dalam belajar dan jaringan yang sulit didapatkan.

Adanya tuntutan sekolah, di satu sisi merupakan aktivitas sekolah yang sangat bermanfaat bagi perkembangan dan kemajuan siswa, namun di sisi lain tidak jarang tuntutan tugas menimbulkan perasaan tertekan dan kecemasan apalagi pada masa pandemik covid-19. Menurut Desmita (2009) adanya fenomena stres yang dirasakan oleh siswa remaja akibat tuntutan

tugas, akan menimbulkan beberapa reaksi seperti perasaan cemas dan stres di kalangan remaja. Remaja umumnya lebih tertarik melakukan aktivitas lain daripada mengerjakan PR. Remaja yang menghabiskan banyak waktunya untuk mengerjakan PR mengalami perasaan-perasaan negatif, seperti merasa sedih, marah, dan bosan.

Selain itu berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan di peroleh bahwa sebagian besar siswa kelas IX SMP Nagari Pangian Kecamatan Lintau Buo Kabupaten Tanah Datar memiliki tingkat stress tinggi. Dari data pengkategorisasian memperlihatkan bahwa keadaan stress sedang dan sangat stress tetap ada dan bahkan banyak dialami oleh perempuan dilihat berdasarkan jenis kelamin. Subjek mengalami keadaan yang tertekan akibat pembelajaran akademik yang dialihkan secara roling dan online sehingga penumpukan tugas terjadi dan mengakibatkan adanya tekanan pada siswa dalam menghadapi tuntutan belajar (63 subjek berada pada tingkat stress tinggi 47,7 %)

Hasil penelitian pada variabel tingkat stress yaitu stres siswa SMP. Pada penelitian ini hasilnya menunjukkan bahwa tingkat stress siswa SMP berada pada kategori tinggi dengan persentase 47,7%. Hal tersebut menunjukkan bahwa sebagian besar siswa SMP kelas IX Nagari Pangian Kecamatan Lintau Buo Kabupaten Tanah Datar mengalami tingkat stress dalam kategori tinggi. Memiliki hasil tingkat stress tinggi, siswa memiliki kecenderungan mengalami stress akademik seperti menunjukkan gejala merasa sedih, marah dan bosan bila dihadapkan dengan banyaknya tugas pelajaran, mudah lelah dan gelisah ketika belajar, melakukan aktivitas lain seperti bermain game daripada belajar, membolos sekolah, menyontek serta melakukan tindakan pelanggaran sekolah sebagai wujud dari reaksi tuntutan akademik. Pernyataan tersebut sesuai dengan apa yang dialami oleh siswa kelas IX SMP Nagari Pangian Kecamatan Lintau Buo Kabupaten Tanah Datar yang didukung dengan banyaknya siswa yang memilih pernyataan nomer 54

yaitu “ berusaha tetap datang kesekolah meskipun belum siap ujian yang diadakan secara mendadak” (lihat lampiran).

Selain itu pada hasil penelitian ini terdapat juga siswa kelas IX SMP Nagari Pangian Kecamatan Lintau Buo Kabupaten Tanah Datar yang memiliki stres akademik dalam kategori tinggi dengan persentase 47,7%. Hal itu berarti terdapat siswa yang mengalami stres akademik yang berlebihan atau mengalami stres akademik yang tidak sewajarnya.

Subjek mengalami stress, berkemungkinan disebabkan karena subjek penelitian benar-benar menyadari bahwa harus menjalankan tugas yang telah ditumpuk dan menjalankan ujian agar tidak dimarahi oleh orangtua dan guru dengan kelalaian yang telah dilakukan dan dapat melanjutkan pendidikan ke jenjang berikutnya (naik kelas). Mereka menyadari bahwa kesalahan dengan penumpukan tugas tidak akan menyelesaikan masalah jika dibiarkan dan harus dikerjakan karena nilai tugas termasuk kedalam penilaian untuk dapat melanjutkan kejenjang berikutnya.

Menurut Robotham (2008) ada beberapa aspek stress akademik dalam pembelajaran, yaitu aspek kognitif, aspek afektif, aspek fisiologis. Factor-faktor tersebut yang dapat mempengaruhi tingkat stress tersebut sehingga subjek berada pada kategori stress tinggi. Maka dapat dilihat tingkat stress siswa dalam pembelajaran akademik selama masa pandemik covid-19, yang mengalami stress sedang, tinggi dan sangat tinggi dapat dilihat pada tabel di bawah ini:

4.6 tingkat stres siswa

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Sedang	30	22,7	22,7	22,7
	Tinggi	63	47,7	47,7	70,5
	Sangat tinggi	39	29,5	29,5	100,0
	Total	132	100,0	100,0	

Berdasarkan table 4.5, 63 subjek (47,7%) berada pada tingkat stress tinggi, 39 subjek (29,5%) berada pada tingkat stress sedang, dan 30 subjek (22,7%) berada pada tingkat stress rendah.

Berdasarkan table 4.6, siswa SMP dalam pembelajaran akademik mengalami tingkat stress tinggi, 63 orang dengan 47,7 % mengalami tingkat stress tinggi dan tingkat stress sedang terdiri dari 30 orang dengan 22,7% dan sangat tinggi 39 orang dengan 29,5%, dalam hal ini banyak siswa yang mengalihkan pembelajaran untuk menghindari stress dengan cara belajar bersama di rumah, meminta bantuan teman untuk menyelesaikan tugas dan dialihkan dengan bermain game *online*. Melakukan sesuatu yang kita senangi biasanya membantu kita kembali konsentrasi. Berkumpul dengan orang-orang dalam suatu kegiatan yang kita tekuni akan menjadi kegiatan yang menyenangkan untuk mengatasi stress, apalagi siswa SMP merupakan anak yang potensi stresnya tinggi karena berada pada tingkat remaja awal.

Factor lingkungan sekolah dapat mempengaruhi tingkat stress. Faktor lingkungan tersebut merupakan kelengkapan sarana prasarana sekolah dan kegiatan yang dilakukan oleh sekolah untuk mempersiapkan siswa siswi dalam proses pembelajaran selama adanya pandemik Covid-19. Faktor lingkungan keluarga juga menjadi penentu dalam pengaruh tingkat stress siswa dalam pembelajaran karena siswa dalam pembelajaran diwajibkan

untuk belajar lebih intensif atau lebih baik lagi dalam belajar selama proses pencegahan penyebaran virus Covid-19 agar nilai selama masa pandemik ini tidak bermasalah dan tetap membaik.

Berdasarkan data yang diperoleh meningkatnya stress siswa akibat pembelajaran yang dilakukan secara daring dan fasilitas sekolah serta fasilitas belajar dirumah yang kurang, sehingga membuat para peserta didik mengalami tingkatan stress yang meningkat seperti kurangnya efisiensi penjelasan pembelajaran guru yang menjelaskan secara video, jaringan tidak dan kuota yang tidak mendukung, sehingga membuat siswa dalam belajar merasakan kegelisahan dan cenderung mencari alasan untuk tidak mengumpulkan tugas secara tepat waktu.

Pembelajaran yang dilakukan pada saat newnormal ini dengan metode secara *rolling* dapat membantu sedikit banyaknya pembelajaran dan penumpukan tugas, akan tetapi siswa sering lupa jadwal mata pelajaran dalam tiap minggu nya yang diakibatkan karena perbedaan jam dan hari pada setiap minggunya.

Meningkatnya stress siswa SMP dalam pembelajaran akademik selama pandemic *covid-19* dipengaruhi dari faktor kognitif dan afektif siswa sehingga siswa dalam belajar selama pandemik *covid-19* dapat dilihat dari hasil penelitian meningkatnya stress siswa dalam pembelajaran selama pandemik *covid-19* yaitu sebagai berikut:

4.7 tingkat stres siswa * Jenis Kelamin

Crosstabulation

Count

		Jenis Kelamin		Total
		Laki laki	Perempuan	
tingkat stres siswa	Sedang	13	17	30
	tinggi	29	34	63
	Sangat tinggi	19	20	39
Total		61	71	132

Yang mengalami tingkat stress sedang, pada laki-laki 13 orang, perempuan 17 orang, tingkat stress tinggi, pada laki-laki 29 orang, perempuan 34 orang, dan tingkat stress sangat tinggi, pada laki-laki 19 orang, dan perempuan 20 orang. Sehingga dapat terlihat yang paling banyak mengalami stress adalah pada perempuan yang berjumlah 17 orang dan laki-laki 61 orang. Dapat diketahui bahwa perempuan lebih cenderung mengalami stress dengan tekanan-tekanan yang dialaminya, apalagi dengan kondisi yang mengharuskan untuk kita belajar secara *rolling* dengan tugas-tugas sekolah serta diiringi dengan kewajiban di rumah untuk membantu orangtua.

Siswa menggunakan kognitifnya untuk memahami penyebab stress dan berusaha menghadapi penyebab stress dengan cara berkonsekuensi yang ditimbulkan secara langsung. Faktor kognitif tersebut berkaitan dengan faktor usia, merupakan faktor yang berpengaruh terhadap tingkat stress yang terjadi pada seseorang.

Santrock (2003) mengatakan, remaja yang berusia lebih tua lebih afektif menilai *stressor* utama yang muncul sebagai suatu yang dapat

dikendalikan dan sebagai suatu tantangan dan lebih memiliki sumber daya social yang dapat digunakan. Mereka lebih menggunakan strategi mendekat untuk menghadapi stress. Sesuai data penelitian, sebagian besar subjek berusia 15 tahun yaitu 65 orang (49,2%), 16 tahun 66 orang (50,0%), dan 17 tahun 1 orang (0,8%).

Pada usia ini, mereka rentan mengalami stress dikarenakan usia ini seringa mencari tau dirinya sendiri dan lebih rentan dengan mencari kesenangan sendiri, dan masih kurang menggunakan fungsi kognitifnya untuk menghadapi masalah sehingga dengan masalah yang dihadapinya akan dijadikan suatu masalah yang besar baginya sehingga perlu memperhatikan system pembelajaran yang lebih baik bagi peserta didik yang berada pada jenjang SMP agar dapat membantunya dalam melanjutkan kejenjang berikutnya.

BAB V

PENUTUP

A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil analisis data yang telah dilakukan, disimpulkan bahwa para siswa SMP dalam pembelajaran akademik selama pandemik *covid-19* mengalami tingkat stress pada kategori tinggi. Hal ini terlihat dari data yang diperoleh yaitu 63 orang subjek (47,7%) berada pada tingkat stress tinggi, 39 orang subjek (29,5%) berada pada kategori yang sangat tinggi, dan 30 orang subjek (22,7%) berada pada kategori yang rendah, dengan jumlah total subjek adalah 132 orang.

B. Saran

1. Bagi Orang Tua

Dari hasil penelitian, siswa yang belajar pada masa pandemi *covid-19* ini mengalami tingkat stres tinggi, orang tua sebagai orang terdekat dengan subjek dapat melakukan pendekatan yang lebih kepada anaknya seperti;

- a) Mendampingi anak dalam belajar memberikan suasana belajar yang menyenangkan sesuai dengan kebiasaannya.
- b) Berusaha meningkatkan perhatian selama proses pembelajaran berlangsung sehingga stress subjek bisa berkurang.
- c) Orang tua meningkatkan perhatian untuk merespon kebutuhan anak, terutama dalam hal motivasi baik secara fisik maupun mental.
- d) Berusaha meyakinkan anak bahwa dia mampu menghadapi pembelajaran meskipun ditengah-tengah pandemik *covid-19* dan meningkatkan semangat mereka untuk belajar sungguh-sungguh.

- e) Memberikan doa restu kepada anak menunjukkan bahwa orang tua memberikan dukungan dan berusaha bersikap tidak panik, karena hal tersebut dapat membuat anak menjadi tertekan dan mengakibatkan stress berlebihan dalam menjalani pembelajaran selama pandemik *covid-19* ini.
2. Bagi Guru dan Pihak-pihak yang Terkait dengan Pendidikan Sekolah sebagai subjek penelitian untuk memperoleh pendidikan dan sebagai lembaga yang mendukung perkembangan anak, meskipun sistem dalam pembelajaran saat ini jauh berbeda dan juga merupakan upaya yang sangat besar yang harus dilakukan oleh pihak sekolah, dengan melakukan tindakan sebagai berikut;
- a) Tetap melakukan inisiatif atau langkah-langkah yang baik untuk dapat mempertahankan minat belajar anak akibat pandemik covid-19 ini.
 - b) Guru dapat memberikan dukungan secara Psikologis dan Fisiologis serta persiapan materi maupun fisik karena dukungan sangat membantu siswa untuk tidak terlalu stress.
 - c) Guru memegang peranan penting sebagai pendidik yang hendaknya tetap berusaha untuk meluruskan persepsi siswa mengenai virus corona ini dengan tidak terlalu panik.
 - d) Lebih meningkatkan pembelajaran dengan mengurangi kejenuhan siswa dengan cara-cara yang mungkin lebih disenangi siswa dalam belajar sehingga siswa tidak ingin menumpuk tugas dan semangat dalam menjalankan tugas kembali.
2. Bagi Peneliti yang Beminat dengan Topik Penelitian ini
- a) Memperhatikan faktor-faktor lain yang dapat mempengaruhi tingkat stress siswa dalam pembelajaran akademik selama pandemik *covid-19* ini.

- b) Selanjutnya peneliti juga diharapkan lebih menekankan faktor-faktor bimbingan dalam pembelajaran sebagai salah satu faktor yang dapat mengurangi tingkat stress siswa dalam belajar.
- c) Pemilihan kata dalam setiap pertanyaan hendaknya lebih diperhatikan sehingga pertanyaan dipahami secara jelas oleh subjek.
- d) Peneliti diharapkan lebih cermat dalam proses pengambilan data sehingga dapat mengurangi ketidaklengkapan data baik identitas subjek maupun pengisian pertanyaan sendiri.

Keterbatasan penelitian terjadi pada saat pengambilan data. siswa SMP di Nagari Pangian Kecamatan Lintau Buo sedang mengikuti ujian baik itu ujian secara *online* dan ujian secara praktik yang dilakukan secara *luring*. Kemungkinan besar, mereka mengalami kesulitan dalam mengerjakan ujian dengan dua metode dan tuntutan waktu yang singkat dalam menghafal ujian praktik yang dilakukan.

Hal ini dipengaruhi oleh hasil penelitian yang menunjukkan bahwa siswa SMP di Nagari Pangian Kecamatan Lintau Buo Kabupaten Tanah Datar mengalami tingkat stress dalam kategori tinggi.

