



THE ACADEMIC STRESS OF MALE AND FEMALE STUDENTS AT SMA N 1 PASIR PENYU IN ONLINE LEARNING DURING THE COVID-19 PANDEMIC

Elni Yakub¹, Dwi Rahmayani², Tri Umari³

^{1,2,3} Universitas Riau, Indonesia

¹elni.yakub@lecturer.unri.ac.id, ³triumari2@gmail.com

ABSTRACT

The Covid-19 pandemic has made students learn through online learning, which is different from face-to-face learning. As a result, several problems might occurred due to this changing both for students and teachers. Online learning caused students to experience various academic problems, such as unstable internet connections, difficulties in understanding the materials, having more assignments, additional costs for buying internet packages, being unfamiliar with the online learning system, and increasing parents' burden to help children in learning. Some of the problems mentioned above became a stressor for students in taking online learning. Based on the phenomenon reported by BK teachers at schools, male students were less disciplined in managing time during online learning. it was found that many male students skipped the class during online learning; many assignments were not submitted on time. As a result, their academic achievement decreased. On the other hand, female students focused more on the online learning and they were more likely to stay at home, so that it was easier for them to adapt to online learning compared to male students. The purpose of this study was to determine the differences in the level of academic stress of male and female students. The research samples were 155 students and the instrument in this study was an academic stress scale. This study obtained that the validity of the instruments was 0.3 and the reliability was 0.875. Then, the data were analyzed by independent sample T-test and descriptive analysis. The results showed that there were differences in the academic stress of male students and female students, in which the academic stress of the male students was higher than the academic stress of the female students.

Keywords: academic stress, male, female, senior high school

STRES AKADEMIK SISWA LAKI-LAKI DAN PEREMPUAN DI SMA N 1 PASIR PENYU PADA PEMBELAJARAN DARING MASA PANDEMI COVID-19

ABSTRAK

Pandemi Covid-19 menjadikan siswa belajar melalui pembelajaran daring. Terdapat perbedaan antara pembelajaran daring dengan pembelajaran tatap muka. Sehingga dapat menda- tangkan beberapa permasalahan, baik pada peserta didik maupun pendidik. Pada pembelajaran dar- ing menyebabkan siswa mengalami berbagai permasalahan akademik, seperti koneksi internet yang tidak stabil, pemahaman materi pelajaran yang sulit, tugas mejadi lebih banyak, terdapat biaya tambahan untuk membeli paket internet, belum terbiasa dengan sistem pembelajaran daring, dan bertambahnya beban orang tua untuk membantu anak dalam belajar. Dari beberapa permasa- lahan di atas, merupakan stressor bagi peserta didik dalam menempuh pembelajaran daring. Dari fenomena yang dilaporkan dari guru BK di sekolah, bahwa siswa laki-laki kurang disiplin dalam memanfaatkan waktu selama pembelajaran daring, terutama dijumpai banyaknya siswa laki-laki yang membolos sewaktu pembelajaran daring, banyak tugas-tugas yang tidak diserahkan tepat waktu, sehingga banyaknya siswa laki-laki yang prestasi belajarnya menurun. Menurut guru BK, siswa perempuan lebih fokus dalam pembelajaran daring dan mereka lebih banyak berdiam diri di rumah. Sehingga siswa perempuan lebih mudah beradaptasi dengan pembelajaran daring dibandingkan dengan siswa laki-laki. Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui perbedaan tingkat stress akademik siswa laki-laki dan perempuan. Sampel penelitian berjumlah 155 orang, dengan alat ukur skala stress akademik dengan validitas butir instrumen 0.3 dan reabilitas sebesar 0.875. Analisis data dilakukan dengan uji T independent sample dan analisis uji deskriptif. Hasil peneltin menunjukkan terdapat perbedaan stres akademik siswa laki-laki dan siswa perempuan, dimana stres akademik siswa laki-laki lebih tinggi dibandingkan siswa perempuan.

Kata Kunci: stres akademik, laki-laki, perempuan, SMA

Submitted	Accepted	Published
12 Maret 2021	19 Juli 2021	29 Juli 2021

Citation	:	Yakub, E., Rahmayani, D., & Umari, T. (2021). The Academic Stress of Male and Female Students at SMA N 1 Pasir Peny u in Online Learning during the Covid-19 Pandemic. <i>Jurnal PAJAR (Pendidikan dan Pengajaran)</i> , 5(4), 1116-1122. DOI : http://dx.doi.org/10.33578/pjr.v5i4.8440 .
-----------------	---	---

PENDAHULUAN

Pembelajaran daring yang dilaksanakan selama masa pandemi, jika tidak direncanakan dengan baik dan matang akan berdampak terhadap peserta didik. Dalam pembelajaran daring

peserta didik diharuskan memiliki fasilitas teknologi yang mendukung, diantaranya tersedianya jaringan, *gadget*, dan biaya pembelian kuota. Di pihak lain, guru harus membuat

perencanaan pembelajaran yang baik dan berbeda dari pembelajaran tatap muka, terutama pada pembelajaran yang menggunakan media dan dilaksanakan secara *online*. Jika guru dan siswa sama-sama tidak menyiapkan diri secara baik dalam pembelajaran daring tersebut, maka dapat menimbulkan beberapa permasalahan. Hasil penelitian terhadap hambatan-hambatan selama pembelajaran daring telah dilaksanakan oleh Anugrahana (2020), diantaranya tidak semua anak memiliki penggunaan aplikasi belajar oleh orang tua terbatas, ada anak yang memiliki *smartphone* namun tidak memiliki koneksi internet, orang tua yang bekerja seharian di luar rumah sehingga tidak dapat mendampingi anak, kuota internet yang relatif mahal bagi sebagian kalangan orang tua siswa, lemahnya *signal* internet di beberapa lokasi jaringan, terdapat siswa yang merasa jenuh dengan belajar *online*, terdapat siswa yang menjawab soal asal-asalan karena bosan dengan belajar melalui daring, serta rendahnya kejujuran siswa dalam proses evaluasi belajar. Selanjutnya penelitian yang dilaksanakan di Florida oleh Lazerevic dan Bentz (2020) mengatakan bahwa pembelajaran daring lebih sulit dibandingkan pembelajaran tatap muka. Terkait dengan banyaknya permasalahan yang dialami oleh siswa selama pembelajaran daring, hal ini dapat membangkitkan stres akademik siswa dalam beberapa tingkatan, ada yang tinggi, sedang, dan rendah.

Stres akademik merupakan segala tuntutan sekolah (*demands school*) yang menyebabkan stres siswa (*students stres*) (Desmita, 2016:291). Sedangkan *academic stresor* merupakan penyebab stres yang bersumber dari proses pembelajaran atau hal-hal yang berhubungan dengan kegiatan belajar seperti tekanan untuk naik kelas, lama belajar, mencontek, beban tugas, mendapat nilai ulangan, keputusan menentukan jurusan atau karir, serta kecemasan ujian dan manajemen stres (Rice dalam Desmita, 2016:297).

Penelitian oleh Harahap (2020) menyatakan bahwa pembelajaran daring selama pandemi Covid-19 telah menjadi sumber stresor akademik bagi siswa, seperti koneksi internet yang terbatas, menyelesaikan tugas yang banyak dengan waktu yang singkat, merespons instruksi

dengan cepat, serta perlu beradaptasi cepat dengan situasi belajar dari rumah. Livana, dkk (2020) juga menyatakan bahwa beberapa faktor yang menyebabkan tingginya stres akademik siswa selama pembelajaran daring adalah beban tugas pembelajaran (70.29%), bosan di rumah saja (57.8%), proses pembelajaran daring/*online* yang mulai membosankan (55.8%), tidak dapat bertemu dengan orang-orang yang disayangi (40.2%), tidak dapat mengikuti pembelajaran *online* karena keterbatasan sinyal (37.4%), tidak dapat melaksanakan hobi seperti biasanya (35.8%), serta tidak dapat mengaplikasikan pembelajaran praktek laboratorium karena ketidaktersediaan alat. Terkait dengan permasalahan yang ada pada pembelajaran daring, tidak semua peserta didik dapat mengikutinya dengan baik. Penelitian lain yang dilakukan di Riyadh terhadap mahasiswi oleh AlAteeq, et.all (2020) melaporkan bahwa pembelajaran daring dapat menyebabkan stres akademik siswa pada tingkat tinggi. Dikalangan anak-anak dan remaja ternyata pembelajaran daring juga dapat menyebabkan stres akademik (Mahapatra, 2020).

Aktivitas siswa dalam proses pembelajaran daring berbeda-beda. Peserta didik laki-laki yang memiliki sifat-sifat atau kebiasaan cukup berbeda dengan siswa perempuan. Menurut Santrock (2002) kebiasaan atau sifat siswa laki-laki dalam aktivitas pembelajaran cenderung acuh tak acuh, kurang fokus, kurang disiplin, banyak melaksanakan aktivitas hobi nya di luar rumah. Sedangkan siswa perempuan lebih tahan terhadap tekanan dan disiplin dalam belajar (lebih fokus). Berdasarkan sifat-sifat kebiasaan laki-laki dan perempuan, maka respon mereka terhadap stress juga berbeda-beda, terutama stress akademiknya. Hasil penelitian Shinantya Ratnasari & Julia Suleeman (2017) menyatakan bahwa dalam belajar siswa laki-laki tidak dapat menyelesaikan tugas dengan baik dibandingkan dengan siswa perempuan. Hal ini dikarenakan siswa laki-laki bertindak cenderung tidak kreatif dan tidak berani mengambil resiko, atau menyalahkan orang lain sebagai penyebab suatu masalah atau kesulitan, cenderung lari dari masalah yang dihadapi, bekerja dengan tidak semangat dan tidak ambisius, cenderung emosional dalam melakukan pekerjaan,

tidak berorientasi pada masa depan dan menghindari tantangan, mengatakan hal-hal yang pesimis dalam menghadapi masalah. Hasil penelitian yang dilakukan di Kota Padang oleh Barseli, dkk (2017) terhadap siswa SMA ternyata diperoleh hasil bahwa siswa laki-laki memiliki tingkat stress akademik yang lebih tinggi dibandingkan siswa perempuan. Mencermati beberapa hasil penelitian di atas, ternyata selama pembelajaran tatap muka tingkat stres akademik siswa laki-laki dan perempuan berbeda-beda. Oleh karena itu, pada penelitian ini akan dilihat stres akademik pada peserta didik di SMA, secara lebih spesifik pada anak laki-laki dan perempuan selama pembelajaran daring.

METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan metode survei yang dilaksanakan selama pembelajaran daring terhadap 105 orang siswa perempuan dan 50 orang siswa laki-laki di SMA N 1 Pasir Penyau, dengan teknik *proportional random sampling* dari total populasi 755 orang siswa. Penelitian ini menggunakan instrumen yang telah valid dan reliabel. Teknik analisis data dalam penelitian ini menggunakan analisis deskriptif dan uji T *independent sample*. Proses pengolahan data dilakukan dengan bantuan program SPSS 28 tahun 2021. Untuk menggambarkan hasil penelitian secara deskriptif digunakan kriteria penskoran sebagai berikut:

Tabel 1. Kriteria Skor

Skor	Kriteria
$X \leq \mu - 1.5\sigma$	Sangat Rendah
$\mu - 1.5\sigma < X \leq \mu - 0.5\sigma$	Rendah
$\mu - 0.5\sigma < X \leq \mu + 0.5\sigma$	Sedang
$\mu + 0.5\sigma < X \leq \mu + 1.5\sigma$	Tinggi
$\mu + 1.5\sigma < X$	Sangat Tinggi

Sumber Data Olahan 2021

HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil penelitian diperoleh dari analisis kuesioner dari 155 siswa dianalisis dengan menggunakan statistik deskriptif dengan menggunakan rumus persentase serta membandingkan hasil perolehan skor dengan kriteria yang telah ditetapkan.

1. Gambaran Tingkat Stres Akademik Siswa Laki-laki Pada Pembelajaran Daring

Untuk melihat tingkat stress akademik peserta didik pada pembelajaran daring, akan diberi lima kategori yaitu sangat tinggi, tinggi, sedang, rendah, dan sangat rendah. Berikut adalah hasil analisis gambaran stress akademik pada siswa laki-laki:

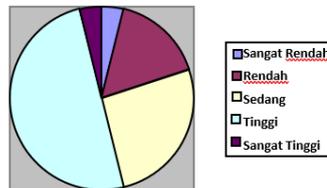
Tabel 2. Distribusi Frekuensi Stres Akademik Siswa Laki-laki

Rentang Skor	Frekuensi Responden	%	Kategori
≤ 59.5	2	4%	Sangat Rendah
59.5-76.5	8	16%	Rendah
76.5	13	26%	Sedang
93.5-110.5	25	50%	Tinggi
≥ 110.5	2	4%	Sangat Tinggi
Total	50	100%	

Berdasarkan tabel di atas, dapat diketahui bahwa siswa laki-laki hampir separuh memiliki

tingkat stress akademik pada kategori tinggi. Sedangkan, hampir separuhnya lagi, berada pada

kategori se- dang dan rendah. Berikut dapat dilihat dalam di- agram gambar 1 di bawah ini:



Gambar 1. Diagram Persentase Stres Akademik Siswa Laki-laki

1. Gambaran Tingkat Stres Akademik Siswa Perempuan Pada Pembelajaran Daring

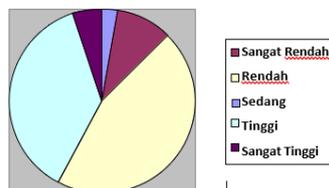
Hasil pengolahan dan analisis data tingkat stres akademik pada siswa perempuan pada pembelajaran daring adalah sebagai berikut:

Tabel 3. Distribusi Frekuensi Stres Akade- mik Siswa Perempuan di SMA N 1 Pasir Penyu

Rentang Skor	Frekuensi Responden	%	Kategori
≤ 59.5	3	3%	Sangat Rendah
59.5-76.5	10	10%	Rendah
76.5	40	45%	Sedang
93.5-110.5	47	38%	Tinggi
Rentang Skor	Frekuensi Responden	%	Kategori
≥ 110.5	5	5%	Sangat Tinggi
Total	105	100%	

Berdasarkan tabel di atas, dapat diketahui bahwa kurang dari separuh siswa perempuan memiliki tingkat stres akademik pada kategori

sedang dan rendah. Untuk lebih jelasnya dapat dilihat pada gambar 2. diagram berikut



Tabel 4. Analisis Perbedaan Stres Akademik Siswa Laki-laki dan Perempuan di SMA N 1 Pasir Penyu Pada Pembelajaran Daring Masa Pandemi Covid 19

		Independent Samples Test								
		Levene's Test for Equality of Variances		t-test for Equality of Means						
Tingkat Stres Akademik	Equal variances not assumed Equal variances assumed	F	Sig.	t	df	Sig. (2-tailed)	Mean Difference	Std. Error Difference	95% Confidence Interval of the Difference	
									Lower	Upper
	Equal variances not assumed	.066	.797	-.198	1.53	.043	-4.7619	2.407	-5.27	4.278
	Equal variances assumed			-.196	94.701	.045	-4.7619	2.424	-5.28	4.337

Sedangkan untuk uji beda, siswa laki-laki lebih tinggi stress akademiknya dibandingkan siswa perempuan signifikan pada taraf 5%. Hal ini berdasarkan hasil tabel 4. bahwa nilai Sig. Levene's Test for Equality for Variances adalah $0.797 > 0.05$ maka dapat diartikan bahwa varians data antara siswa laki-laki dan perempuan adalah homogen atau sama (Surjaweni, 2012: 99). Sehingga penafsiran tabel output Independent Samples Test berpedoman pada nilai yang terdapat dalam tabel Equal Variances Assumed. Berdasarkan tabel output Independent Samples Test pada bagian Equal Variances Assumed diketahui nilai Sig. (2-tailed) sebesar $0.043 < 0.05$. Dengan demikian dapat disimpulkan bahwa ada perbedaan yang signifikan (nyata) antara rata-rata stres akademik siswa laki-laki dan perempuan. Selanjutnya dari tabel 4. diatas diketahui nilai Mean Difference adalah sebesar -4.7619, nilai ini menunjukkan selisih rata-rata stres akademik siswa laki-laki dan siswa perempuan atau -5.27 sampai 4.278 (95% Confidence Interval of the Difference Lower Upper). Dengan demikian stres akademik siswa laki-laki lebih tinggi dibandingkan siswa perempuan pada pembelajaran daring.

Hasil ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Mishra (2018) di Missouri menunjukkan bahwa siswa laki-laki mengalami stres akademik yang lebih tinggi daripada siswa perempuan. Penelitian yang sama juga dilakukan oleh Ravindranath & Ravindranath (2020) di India

juga menunjukkan bahwa siswa laki-laki lebih banyak mengalami stress akademik dibandingkan dengan siswa perempuan. Selanjutnya, penelitian yang dilakukan oleh Chandra (2020) di India, menemukan bahwa terdapat perbedaan signifikan yang diamati antara ketakutan akan kegagalan akademik pada kelas online dan lingkungan rumah antara siswa laki-laki dan perempuan. Dimana siswa laki-laki lebih tinggi daripada perempuan dalam kegagalan akademik. Selain itu, penelitian yang dilakukan oleh Misra, et all (2000) di Missouri juga menunjukkan bahwa terdapat perbedaan stres akademik antara siswa laki-laki dan perempuan, yaitu siswa perempuan memiliki tingkat stres yang lebih rendah daripada laki-laki dalam tiga dari lima kategori stress. Selanjutnya penelitian yang dilakukan di China pada siswa dalam penelitian yang dilakukan di China pada siswa SMA juga menunjukkan bahwa gender atau jenis kelamin berpengaruh terhadap tingkat stres yang dialami siswa. (Ye & Liu (2018)

Chandra (2020) dalam penelitian yang dilakukan di india menemukan bahwa aspek nonakademik saat kelas online, seperti faktor lingkungan, sosial budaya dan psikologis, harapan orang tua dan guru agar siswa memiliki nilai yang lebih tinggi dari teman sebaya, memicu perasaan kelelahan yang menimbulkan stres akademik pada siswa.

SIMPULAN DAN REKOMENDASI

Berdasarkan hasil penelitian dapat disimpulkan bahwa:

1. Siswa laki-laki memiliki stres akademik yang lebih tinggi daripada siswa perempuan.
2. uji hipotesis memperlihatkan hal yang signifikan pada taraf 5%, dimana siswa laki-laki lebih tinggi tingkat stres akademiknya daripada perempuan pada pembelajaran daring.

Berdasarkan hasil penelitian yang diperoleh, maka dapat disarankan agar siswa laki-laki yang memiliki tingkat stress yang lebih tinggi diharapkan berkonsultasi dengan guru BK untuk pengentasan masalah sehingga dapat mengikuti pembelajaran daring dengan lebih baik. Kepada orangtua diharapkan dapat mengawasi anaknya dan menyediakan fasilitas selama pembelajaran daring, berupa kuota dan mengusahakan tersedianya jaringan misalnya di kantor-kantor pemerintah yang telah tersedia jaringan wi-fi. Kepada Guru BK diharapkan dapat memberikan layanan agar terentaskan masalah-masalah siswa, terhindar dari stress akademik berupa layanan cybercounseling. Kepada peneliti selanjutnya, agar dapat melakukan penelitian dengan metode eksperimen untuk memberikan treatment pada siswa dengan tingkat stress akademik tinggi, sehingga dapat lebih efektif untuk mengatasi stress akademik pada pembelajaran daring.

DAFTAR PUSTAKA

- AlAteeq, D. A., Aljhani, S., & AlEesa, D. (2020). Perceived stress among students in virtual classrooms during the COVID-19 outbreak in KSA. *Journal of Taibah University Medical Sciences*, 15(5), 398-403.
- Anugrahana, A. (2020). Hambatan, Solusi dan Harapan: Pembelajaran Daring Selama Masa Pandemi Covid-19 Oleh Guru Sekolah Dasar. *Scholaria: Jurnal Pendidikan dan Kebudayaan*, 10(3), 282-289.
- Aryani, F. (2016). Stres Belajar: Suatu Pendekatan dan Intervensi Konseling. Sulawesi Tengah: Edukasi Mitra Grafika.
- Barseli, M., Ifdil, I., & Nikmarijal, N. (2017). Konsep stres akademik siswa. *Jurnal Konseling dan Pendidikan*, 5(3), 143-148.
- Chandra, Y. (2020). Online education during COVID 19: perception of academic stress and emotional intelligence coping strategies among college students. *Asian Education and Development Studies*.
- Desmita. (2016). Psikologi Perkembangan Peserta Didik. Bandung: PT. Remaja Rosdakarya
- Harahap, A. C. P., Harahap, D. P., & Harahap, S. R. (2020). Analisis Tingkat Stres Akademik Pada Mahasiswa Selama Pembelajaran Jarak Jauh Dimasa Covid-19. *Biblio Couns: Jurnal Kajian Konseling dan Pendidikan*, 3(1), 10-14.
- Lazarevic, Bojan & David Bentz. (2020). Student Perception of Stress in Online and Face-to-Face Learning: The Exploration of Stress Determinants, *American Journal of Distance Education*, DOI: 10.1080/08923647.2020.1748491
- Liu, Y., & Lu, Z. (2012). Chinese high school students' academic stress and depressive symptoms: gender and school climate as moderators. *Stress and Health*, 28(4), 340-346.
- Livana, P. H., Mubin, M. F., & Basthomi, Y. (2020). " Learning Task" Attributable to Students' Stress During the Pandemic Covid-19. *Jurnal Ilmu Keperawatan Jiwa*, 3(2), 203-208.
- Mahapatra, A., & Sharma, P. (2020). Education in times of COVID-19 pandemic: Academic stress and its psychosocial impact on children and adolescents in India. *International Journal of Social Psychiatry*, 0020764020961801.
- Mishra, M. (2018). A comparative study on academic stress level of male and female B. Ed. Students. *Indian Journal of Health & Wellbeing*, 9(1).
- Misra, R., McKean, M., West, S., & Russo, T. (2000). Academic stress of college students: Comparison of student and faculty perceptions. *College Student Journal*, 34(2).
- Ratnasari, S., & Suleeman, J. (2017). Perbedaan regulasi emosi perempuan dan laki-laki di



- perguruan tinggi. *Jurnal Psikologi Sosial*, 15(1), 35-46.
- Ravindranath, I. S., & Ravindranth, R. (2020). Stress Level in Male and Female School Students. *Stress*, 7(3).
- Santrock, John W. (2002). *Life-span Development : Perkembangan Masa Hidup*. Edisi. 5 jilid 2, Ja- karta : Erlangga.
- Surjaweni, V. W., & Endrayanto, P. (2012). *Statistika Untuk Penelitian*. Yogyakarta: Graha Ilmu.
- Ye, L., Posada, A., & Liu, Y. (2018). The moderating effects of gender on the relationship between academic stress and academic self efficacy. *International Journal of Stress Management*, 25(S1), 56-61. <https://doi.org/10.1037/str0000089>