

**GAMBARAN PENGALAMAN STRES AKADEMIK PADA PELAJAR
DENGAN METODE PEMBELAJARAN JARAK JAUH MASA PANDEMI
DI SMP-IT “X” BANJARBARU**

SKRIPSI

Diajukan guna menyusun Karya Tulis Ilmiah untuk memenuhi
sebagian syarat memperoleh derajat Sarjana Keperawatan
Fakultas Kedokteran Universitas Lambung Mangkurat

Diajukan Oleh
Khairun Nazmy
I1B115004



**UNIVERSITAS LAMBUNG MANGKURAT
FAKULTAS KEDOKTERAN
PROGRAM STUDI ILMU KEPERAWATAN
BANJARBARU**

Juli, 2023

Karya Tulis Ilmiah

**GAMBARAN PENGALAMAN STRES AKADEMIK PADA PELAJAR
DENGAN METODE PEMBELAJARAN JARAK JAUH MASA PANDEMI DI
SMP-IT "X" BANJARBARU**

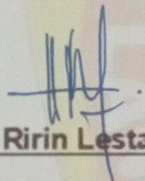
Dipersiapkan dan disusun oleh

KHAIRUN NAZMY

Telah dipertahankan didepan dewan penguji
Pada tanggal 26 Juli 2023

Susunan Dewan Penguji

Pembimbing Utama



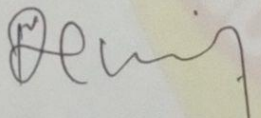
Dhian Ririn Lestari, S.Kep., M.Kep

Anggota Dewan Penguji Lain

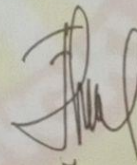


Mutia Rahmah, S.Kep., Ns., M.Kep

Pembimbing Pendamping

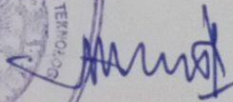


Devi Rahmayanti, Ns., M. Imun



Fitri Ayatul Azlina, S.Kep., Ns., M. Kep

Karya Tulis Ilmiah ini telah diterima sebagai salah satu persyaratan
untuk memperoleh gelar Sarjana Keperawatan



Agianto, Ns., M.N.S., Ph.D.
Koordinator Program Studi Keperawatan

LEMBAR PERSEMBAHAN

Alhamdulillah rabbil 'alamin. Segala puji dan syukur penulis ucapkan kepada Allah Subhanahu wa Ta'ala, Tuhan Penguasa seluruh semesta alam atas segala karunia-Nya sehingga penulis mampu menyelesaikan penulisan Karya Tulis Ilmiah ini. Oleh karena itu, terima kasih penulis sampaikan kepada:

1. Ayah dan Ibu (Bapak Mulyadi dan Ibu Muslimah) yang telah memberikan dukungan moril dan materiil, serta selalu mendoakan untuk kesuksesan anaknya.
2. Dosen pembimbing Karya Tulis Ilmiah Ners Dhian Ririn Lestari, S.Kep., Ns., M.Kep dan Ners Devi Rahmayanti, Ns., M.Imun, terima kasih banyak atas kebaikan dan kesabarannya dalam membimbing, mengarahkan, mengajari, dan menasehati saya selama ini sehingga saya bisa menyelesaikan Karya Tulis Ilmiah ini.
3. Dosen penguji Ners Mutia Rahmah, S.Kep., Ns., M.Kep dan Ners Fitri Ayatul Azlina, S.Kep., Ns., M.Kep, terima kasih banyak atas kebaikan dan kesabarannya sehingga membuat saya semangat dan berusaha untuk menyelesaikan Karya Tulis Ilmiah ini semaksimal mungkin.
4. Sahabat saya (Kak Nordiansyah dan Gilang Putra Ramadhan) yang sangat berperan sebagai sumber informasi saya dalam proses pengerjaan Karya Tulis Ilmiah ini.
5. Teman-teman PSIK angkatan 2015 yang memberikan dukungan serta motivasi hingga saya dapat menyelesaikan Karya Tulis Ilmiah.

Semoga Allah Subhanahu wa Ta'ala membalas segala kebaikan kalian, diberikan berkah, serta senantiasa diberikan kemudahan di segala urusan kalian.

PERNYATAAN

Dengan ini saya menyatakan bahwa dalam karya tulis ilmiah ini tidak terdapat karya yang pernah diajukan untuk memperoleh gelar kesarjanaan di suatu perguruan tinggi, dan sepanjang pengetahuan saya juga tidak terdapat karya atau pendapat yang pernah ditulis atau diterbitkan oleh orang lain, kecuali yang secara tertulis diacu dalam naskah ini dan disebutkan dalam daftar pustaka.

Banjarbaru, 04 Juli 2023



Khairun Nazmy

KATA PENGANTAR

Puji syukur kehadirat Allah SWT yang telah memberikan rahmat-Nya sehingga penulis dapat menyelesaikan karya tulis ilmiah yang berjudul “Gambaran Pengalaman Stres Akademik pada Pelajar dengan Metode Pembelajaran Jarak Jauh Masa Pandemi di SMP-IT “X” Banjarbaru”.

Karya tulis ilmiah ini disusun untuk memenuhi sebagian syarat guna memperoleh derajat sarjana Keperawatan di Fakultas Kedokteran Universitas Lambung Mangkurat Banjarbaru. Penulis ingin mengucapkan terima kasih kepada:

Dekan Fakultas Kedokteran Dr. H. Iwan Aflanie, dr., M.Kes., Sp., S.H yang telah memberikan kesempatan dan fasilitas dalam pelaksanaan penelitian. Kedua dosen pembimbing Dhian Ririn Lestari, Ns., M.Kep dan Devi Rahmayanti, Ns., M.Imun yang berkenan memberikan saran dan arahan dalam penyelesaian karya tulis ilmiah ini.

Kedua dosen penguji Mutia Rahmah, S.Kep., Ns., M.Kep dan Fitri Ayatul Azlina, S.Kep., Ns., M.Kep yang berkenan memberikan kritik dan saran sehingga karya tulis ilmiah ini menjadi semakin baik. Penulis menyadari bahwa karya tulis ilmiah ini masih jauh dari kesempurnaan, akan tetapi penulis berharap rancangan penelitian ini dapat bermanfaat bagi dunia ilmu pengetahuan.

Banjarbaru, Agustus 2023



Khairun Nazmy

ABSTRAK

Gambaran Pengalaman Stres Akademik pada Pelajar dengan Metode Pembelajaran Jarak Jauh Masa Pandemi di SMP-IT "X" Banjarbaru

Nazmy, Khairun

Latar Belakang: Pandemi Covid-19 adalah peristiwa menyebarnya Penyakit coronavirus 2019 di seluruh dunia. Mengikuti kebijakan *physical distancing*, kegiatan akademis pun dialihkan ke metode Pembelajaran Jarak Jauh. Selama Pembelajaran Jarak Jauh, banyak siswa yang mengalami tekanan psikologi sehingga dapat menimbulkan stres. Stres yang terjadi di lingkungan sekolah atau pendidikan biasanya disebut dengan stres akademik.

Tujuan: Untuk mengetahui gambaran pengalaman tingkat stres akademik pada pelajar yang telah melaksanakan pembelajaran jarak jauh di masa pandemi di SMP-IT "X" Banjarbaru.

Metode: Penelitian ini menggunakan metode deskriptif retrospektif. Teknik *sampling* digunakan yaitu *consecutive sampling* dengan mengambil sampel 52 orang siswa dari total 74 orang siswa dengan kuesioner. Analisis data menggunakan univariat.

Hasil: Hasil penelitian menunjukkan bahwa 9 orang yang memiliki skor stres akademik pada kategori ringan (17,31%), stres akademik pada kategori sedang sebanyak 35 orang (67,31%), dan stres akademik pada kategori berat sebanyak 8 orang (15,38%). Faktor utama stres akademik tertinggi adalah stres dari belajar kelompok.

Pembahasan: Masalah yang dihadapi siswa pada masa pandemi Covid-19 ini selain tuntutan-tuntutan yang dibebankan dengan model belajar mengajar secara daring karena lebih melelahkan dan membosankan, dan tidak dapat berinteraksi langsung baik dengan guru maupun teman lainnya.

Kata Kunci: Pengalaman, Stres Akademik, Pembelajaran Jarak Jauh, Pandemi, Siswa

ABSTRACT

An Overview of the Experience of Academic Stress on Students Using the Distance Learning Method During Pandemic at Integrated Islamic Junior High School "X" Banjarbaru

Nazmy, Khairun

Background: Covid-19 pandemic was an event that caused the spread of the coronavirus disease 2019 around the world. Following the physical distancing policy, academic activities have also been shifted to the Distance Learning method. During Distance Learning, many students experience psychological pressure which can cause stress. Stress that occurs in the school or educational environment is usually referred to as academic stress.

Objective: To describe the experience of academic stress levels in students who have undergone distance learning during the pandemic at SMP-IT "X" Banjarbaru.

Method: This study uses a retrospective descriptive method. The sampling technique used was consecutive sampling by taking a sample of 52 students from a total of 74 students using a questionnaire. Data analysis using univariate.

Result: 9 people had academic stress scores in the mild category (17,31%), 35 people (67,31%) in the moderate category, and 8 people (15,38%) in the heavy category. The main factor of the highest academic stress is stress from group study.

Discussion: The problems faced by students during the Covid-19 pandemic were in addition to the demands imposed by the online teaching and learning model because it was more tiring and boring, and they could not interact directly with either the teacher or other friends.

Keyword: Experience, Stress, Academic Stress, Distance Learning, Pandemic, Students

DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL	i
LEMBAR PENGESAHAN	ii
LEMBAR PERSEMBAHAN	iii
PERNYATAAN	iv
KATA PENGANTAR	v
ABSTRAK.....	vi
DAFTAR ISI	vii
DAFTAR TABEL	xi
DAFTAR GAMBAR	xii
DAFTAR SINGKATAN.....	xiii
DAFTAR LAMPIRAN	xiv
BAB 1 PENDAHULUAN	1
1.1 Latar Belakang.....	1
1.2 Rumusan Masalah.....	7
1.3 Tujuan Penelitian	7
1.3.1 Tujuan Umum	7
1.3.2 Tujuan Khusus	7
1.4 Manfaat Penelitian	8
1.4.1 Bagi Responden	8
1.4.2 Bagi Akademik	8
1.4.3 Bagi Sekolah.....	8
1.4.4 Bagi Perawat.....	8
1.4.5 Bagi Peneliti	8
1.5 Keaslian Penelitian	9
BAB 2 TINJAUAN PUSTAKA	11
2.1 Konsep Remaja	11
2.1.1 Pengertian Remaja	11
2.1.2 Klasifikasi Usia Remaja	12

2.1.3	Perubahan Psikologis Remaja	13
2.1.4	Tugas Tumbuh Kembang Remaja	14
2.2	Konsep Siswa	15
2.2.1	Pengertian Siswa	15
2.3	Konsep Pembelajaran Jarak Jauh (PJJ).....	17
2.3.1	Pembelajaran Jarak Jauh (PJJ)	17
2.3.2	Karakteristik atau Ciri-Ciri Pembelajaran Jarak Jauh	18
2.3.3	Metode Pembelajaran Jarak Jauh.....	19
2.4	Konsep Stres	20
2.4.1	Pengertian Stres	20
2.4.2	Stres Akademik.....	21
2.4.3	Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Stres Akademik	23
2.4.4	Gejala Stres Akademik	25
2.4.5	Respon Terhadap Stres Akademik	27
2.4.6	Tingkat Stres.....	28
2.4.7	Konsep Pengalaman Stres Akademik.....	30
2.4.8	Pengukuran Stres Akademik	32
2.5	Kerangka Teori	35
BAB 3 KERANGKA KONSEP		36
BAB 4 METODE PENELITIAN		38
4.1	Rancangan Penelitian	38
4.2	Populasi dan Sampel.....	38
4.2.1	Populasi	38
4.2.2	Sampel.....	38
4.3	Instrumen Penelitian.....	39
4.4	Uji Instrumen.....	41
4.4.1	Validitas	41
4.4.2	Reliabilitas	41
4.5	Variabel Penelitian.....	42
4.6	Definisi Operasional	42
4.7	Prosedur Penelitian	44
4.7.1	Tahap Administrasi atau Perizinan Penelitian	44
4.8	Tahap Pelaksanaan.....	45
4.9	Teknik Pengumpulan dan Pengolahan Data	46
4.9.1	<i>Editing</i>	47

4.9.2	<i>Coding</i>	47
4.9.3	<i>Tabulating</i>	47
4.9.4	<i>Scoring Data</i>	48
4.9.5	<i>Entry Data</i>	48
4.9.6	<i>Cleaning</i>	48
4.10	Cara Analisis Data	48
4.11	Tempat dan Waktu Penelitian	48
4.11.1	Tempat Penelitian	48
4.11.2	Waktu Penelitian	49
4.12	Biaya Penelitian	49
4.13	Etika Penelitian	49
BAB 5	HASIL	51
5.1	Karakteristik Responden	51
5.2	Gambaran Kategori Stres Akademik pada Pelajar dengan Metode Pembelajaran Jarak jauh Masa Pandemi di SMP-IT “X” Banjarbaru	52
5.3	Gambaran Faktor Stres Akademik pada Pelajar dengan Metode Pembelajaran Jarak jauh Masa Pandemi di SMP-IT “X” Banjarbaru	53
5.4	Gambaran Faktor Stres Akademik Berdasarkan Jenis Kelamin	55
5.5	Gambaran Faktor Stres Akademik Berdasarkan Usia.....	55
BAB 6	PEMBAHASAN	57
6.1	Karakteristik Responden	57
6.2	Gambaran Kategori Stres Akademik pada Pelajar dengan Metode Pembelajaran Jarak jauh Masa Pandemi di SMP-IT “X” Banjarbaru	58
6.3	Gambaran Faktor Stres Akademik pada Pelajar dengan Metode Pembelajaran Jarak jauh Masa Pandemi di SMP-IT “X” Banjarbaru	61
6.4	Gambaran Faktor Stres Akademik Berdasarkan Jenis Kelamin	64
6.5	Gambaran Faktor Stres Akademik Berdasarkan Usia.....	65
BAB 7	PENUTUP	67
7.1	Kesimpulan	67
7.2	Saran	67

DAFTAR PUSTAKA

LAMPIRAN

DAFTAR TABEL

Tabel 4.1	Kisi-kisi Kuesioner <i>Academic Stress Inventory</i> (ASI)	40
Tabel 4.2	Realibilitas Kuesioner <i>Academic Stress Inventory</i> (ASI) ..	42
Tabel 4.3	Definisi Operasional	43
Tabel 5.1	Karakteristik Responden Berdasarkan Jenis Kelamin dan Usia pada Pelajar di SMP-IT “X” Banjarbaru	51
Tabel 5.2	Deskripsi Skor Empirik Stres Akademik.....	52
Tabel 5.3	Kategorisasi Stres Akademik	53
Tabel 5.4	Gambaran Nilai Mean Faktor Stres Akademik pada Pelajar dengan Metode Pembelajaran Jarak Jauh Masa Pandemi di SMP-IT “X” Banjarbaru	54
Tabel 5.5	Gambaran Niai Mean Faktor Stres Akademik berdasarkan Jenis Kelamin	55
Tabel 5.6	Gambaran Nilai Mean Faktor Stres Akademik berdasarkan Usia	56

DAFTAR GAMBAR

Gambar 2.1	Kerangka Teori Gambaran Pengalaman Tingkat Stres Akademik Pada Pelajar dengan Metode Pembelajaran Jarak Jauh Masa Pandemi Di SMP-IT "X" Banjarbaru 35
Gambar 3.1	Kerangka Konsep Gambaran Pengalaman Tingkat Stres Akademik Pada Pelajar dengan Metode Pembelajaran Jarak Jauh Masa Pandemi Di SMP-IT "X" Banjarbaru 37

DAFTAR SINGKATAN

Covid-19	: <i>Coronavirus Disease 2019</i>
SARS-CoV-2	: <i>Severe Acute Respiratory Syndrome Coronavirus 2</i>
WHO	: <i>World Health Organization</i>
ASI	: <i>Academic Stress Inventory</i>
PJJ	: Pembelajaran jarak Jauh
Daring	: Dalam Jaringan
Luring	: Luar Jaringan
SMP-IT	: Sekolah Menengah Pertama Islam Terpadu
PSKep	: Program Studi Keperawatan
FK	: Fakultas Kedokteran
ULM	: Universitas Lambung Mangkurat

DAFTAR LAMPIRAN

- Lampiran 1 Biodata Peneliti
- Lampiran 2 Surat Izin Studi Pendahuluan dari Program Studi Keperawatan
Fakultas Kedokteran Universitas Lambung Mangkurat
- Lampiran 3 Surat Pemberian Izin Studi Pendahuluan
- Lampiran 4 Izin Penggunaan Kuesioner *Academic Stress Inventory* (ASI) Versi
Indonesia
- Lampiran 5 Surat Keterangan Kelaikan Etik (*Ethical Clearance*)
- Lampiran 6 Lembar Informasi Penelitian
- Lampiran 7 Lembar Persetujuan Menjadi Responden
- Lampiran 8 Kuesioner *Academic Stress Inventory* (ASI)
- Lampiran 9 Konten Item *Academic Stress Inventory*
- Lampiran 10 Rekapitulasi Data Responden
- Lampiran 11 Hasil Penelitian
- Lampiran 12 Lembar Konsultasi Bimbingan KTI
- Lampiran 13 Dokumentasi Penelitian