

KECEMASAN SISWA SEKOLAH MENENGAH ATAS SAAT PEMBELAJARAN DARING DI TENGAH PANDEMI COVID-19

Mohammad Muhyidin

Institut Agama Islam Negeri Kediri

email: muhyidinmoh@gmail.com

Abstract: *In March 2020 the Indonesian government imposed online learning from home for all school students as a social restriction effort during the COVID-19 pandemic. This study aims to determine the anxiety experienced by students and their efforts to overcome this anxiety. Ten informants from high school students were included in this study. They were given a questionnaire form containing open-ended questions related to the topic of this research. Data from filling out the questionnaire showed that there was students' anxiety when learning online from home which included difficulties in understanding the material, difficulties in carrying out assignments, problems with the internet network, technical problems, and a sense of worry about the next task. In overcoming this anxiety, they do things like the following, namely studying independently, every time doing a task immediately, discussing with teachers and friends, encouraging themselves, also carrying out other activities, among others, watching movies, listening to music, eating and exercising.*

Keywords: *Anxiety, Online Learning, Covid-19*

Abstrak: Pada bulan Maret 2020 pemerintah Indonesia memberlakukan pembelajaran online dari rumah bagi seluruh siswa sekolah sebagai usaha pembatasan sosial selama pandemi covid-19. Penelitian ini bertujuan mengetahui kecemasan yang dialami oleh siswa serta upayanya dalam mengatasi kecemasan tersebut. Sepuluh informan dari siswa sekolah menengah atas dilibatkan dalam penelitian ini. Mereka diberi formulir angket yang berisi pertanyaan terbuka yang berkaitan dengan topik penelitian ini. Data dari pengisian angket menunjukkan bahwa terdapat kecemasan siswa saat pembelajaran online dari rumah ini yang meliputi kesulitan dalam pemahaman materi, kesulitan dalam pengerjaan tugas, permasalahan pada jaringan internet, kendala teknis, serta adanya rasa khawatir atas tugas yang selanjutnya. Dalam mengatasi kecemasan tersebut, mereka melakukan hal-hal seperti berikut, yakni belajar secara mandiri, setiap ada tugas segera dikerjakan, berdiskusi dengan guru dan teman, menyemangati diri sendiri, juga menjalankan kegiatan lain antara lain, menonton film, mendengarkan musik, makan serta olahraga.

Kata kunci: Kecemasan, Pembelajaran online, Covid-19

Pendahuluan

Terdapat lebih dari 800 juta jiwa siswa di belahan dunia ini yang menjalankan belajar online dari rumah pada bulan Maret 2020 sebagai dampak dari pandemi covid-19. Sedangkan di Indonesia, pemerintah Indonesia melalui kebijakan Menteri pendidikan dan kebudayaan RI menyatakan bahwa seluruh siswa sekolah di Indonesia harus melakukan kegiatan belajarnya dari rumah serta pada saat itu ujian nasional juga dibatalkan. Pemerintah mengeluarkan kebijakan ini untuk mencegah penyebaran

dan penularan virus corona dengan adanya pengurangan interaksi secara fisik dan mengurangi kegiatan berkumpul dalam skala besar. Namun dalam kondisi darurat ini, Mendikbud juga menyimpan harapan agar penerapan pembelajaran daring dari rumah ini bisa membuat para siswa memperoleh pengalaman yang lain/baru (Asmara, 2020).

Meskipun demikian, terdapat kelebihan-kelebihan dalam penerapan pembelajaran online dari rumah ini (School From Home). Guru dan siswa bisa melakukan proses belajar dan

mengajarnya dengan tidak dibatasi oleh ruang dan waktu. Pembelajaran bisa dilaksanakan kapan saja dan dimana saja. Selain itu, siswa juga mampu mendapatkan pengetahuan yang lebih dalam melalui media pembelajaran online ini yakni melalui media massa. Guru dan siswa akhirnya sama-sama mengenali teknologi yang digunakan dalam pembelajaran daring ini dan mereka menjadi terbiasa dengan penggunaan teknologi ini. Teknologi ini sangat efisien sekali dalam proses pembelajaran daring selama masa pandemi COVID-19.

Disamping itu, pembelajaran online dari rumah ini juga memiliki beberapa kendala. Kendala-kendala tersebut antara lain bahwa tidak semua wilayah di Indonesia ini bisa lancar jaringan internetnya bahkan ada pula daerah yang belum ada layanan untuk jaringan internet. Sehingga siswa harus mengungsi ke daerah lain yang ada jaringan internetnya untuk bisa mengikuti pembelajaran daring ini. Kemudian juga ada masalah dalam hal pembelian kuota internet bagi siswa yang orang tuanya termasuk anggota masyarakat yang tergolong kurang mampu ekonomi keluarganya. Ditambah lagi banyak sekolah di Indonesia yang masih belum siap melaksanakan pembelajaran daring ini baik dari segi fasilitas sekolahnya maupun ketrampilan gurunya dalam mengoperasikan teknologi penunjang pembelajaran daring ini (Pakpahan & Fitriani, 2020). Sedangkan untuk guru yang mampu mengaplikasikan media teknologipun, juga masih harus dituntut untuk kreatif dalam mengelola kelas daringnya.

Kecemasan dan perasaan tertekan dialami oleh sebagian siswa karena pemberlakuan pembelajaran daring dari rumah ini. Siswa stres dengan pemberian tugas dari guru-guru mereka yang luar biasa banyak. Penerapan kebijakan belajar di rumah membuat sebagian

siswa merasa cemas sekaligus bingung karena semua mata pelajaran ada penugasannya secara online dan jangka waktu guru menjelaskan materi tersebut sangat singkat. Sehingga para siswapun harus mencari-cari jawaban atas tugas-tugasnya tersebut dari internet. Sebagian besar waktu mereka habis untuk mengerjakan tugas dari sekolah online nya saja.

Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengeksplorasi problematika yang dihadapi siswa-siswa sekolah pada saat pembelajaran daring di masa pandemi COVID-19 yang mana permasalahan-permasalahan tersebut mengakibatkan para siswa merasa cemas. Sedangkan untuk subyek dari penelitian ini adalah para siswa sekolah khususnya siswa sekolah menengah atas. Alasan pemilihan subyek penelitian ini adalah karena siswa sekolah menengah atas telah memiliki tanggungjawab yang lebih terhadap masa depannya yang mana setelah menyelesaikan pendidikannya mereka akan melanjutkan pendidikan ke tingkat perguruan tinggi atau bahkan mereka akan langsung mencari pekerjaan.

Metode

Penelitian kualitatif ini menggunakan sepuluh informan yang terdiri atas lima siswa SMA, tiga siswa SMK, dan dua orang siswa MA. Angket yang berisi beberapa pertanyaan terbuka digunakan oleh peneliti untuk proses pengumpulan data. Pertanyaan-pertanyaan dalam kuesioner tersebut menanyakan tentang pengalaman dan permasalahan kesepuluh siswa tersebut pada saat mereka mengikuti pembelajaran daring selama pandemi COVID-19. Pertanyaan inti dari angket tersebut menanyakan perihal penyebab terjadinya perasaan cemas dan tertekan dari para siswa tersebut. Selain itu, mereka juga diminta untuk menceritakan bagaimana upaya mereka dalam mengatasi

permasalahan kecemasan selama pembelajaran daring dari rumah di masa COVID-19 ini.

Display Data (Problematika Sosial)

Indonesia juga mengalami dampak adanya pandemi COVID-19 ini. Pemerintah memutuskan untuk menjalankan pembelajaran daring untuk memperkecil kemungkinan penyebaran virus COVID-19. Sangatlah tepat jika pembelajaran daring ini dinamakan sebagai pembelajaran darurat di masa pandemi COVID-19. Penamaan pembelajaran darurat ini dinyatakan tepat karena pada dasarnya baik pihak sekolah maupun pihak siswa sama-sama belum memiliki kesiapan untuk pelaksanaan pembelajaran daring ini. Para gurupun sebenarnya juga mengeluh karena mereka belum siap untuk mengikuti arah dari alur pembelajaran daring ini sendiri, disamping juga para guru ini mengalami kesulitan untuk menemukan tempat mengajar yang sinyal internetnya lancar tanpa gangguan. Sementara dari pihak siswa juga terdapat banyak masalah, antara lain gaji orang tua mereka yang tidak cukup untuk bisa selalu menyediakan kuota internet agar anak-anaknya bisa mengikuti pembelajaran daring dari rumah ini. Ada juga orang tua siswa yang tidak memiliki smart phone sehingga secara otomatis siswa ini akhirnya tidak mengikuti pembelajaran daring. Ditambah lagi bagi para siswa yang tinggal di daerah pelosok, mereka sangat kesulitan untuk mendapatkan sinyal internet. Semua kendala-kendala yang dialami siswa ini menyebabkan para siswa tertinggal dalam mata pelajaran yang diajarkan gurunya saat pembelajaran daring.

Hasil dan Pembahasan

a. Penyebab Kecemasan Siswa dalam Pembelajaran Daring

Berdasarkan hasil pengisian kuesioner mengenai penyebab kecemasan

yang dialami siswa, peneliti memperoleh data seperti yang dideskripsikan pada tabel di bawah ini.

Tabel 1. Penyebab Kecemasan

No	Penyebab Kecemasan	Jumlah Responden
1	Sulitnya memahami materi pelajaran	8
2	Batas akhir pengumpulan tugas	8
3	Kurangnya ketersediaan jaringan internet	7
4	Kesukaran dalam menyelesaikan tugas	7
5	Lemahnya daya beli kuota internet	5
6	Terkendala teknis	4
7	Menurunnya nilai yang dicapai	4
8	Terlambat bergabung dalam kelas <i>online</i>	4
9	Ketidaksiapan untuk studi lanjut	3

Berdasarkan data pada tabel di atas, bisa diketahui bahwa penyebab utama dari kecemasan siswa dengan adanya pembelajaran daring ini adalah bahwa siswa merasa sulit untuk memahami materi yang sedang diajarkan oleh gurunya, adanya batas pengumpulan tugas yang dirasa kurang lama, jaringan internet yang tidak lancar, dan mereka merasa sukar dalam melengkapi tugas-tugas yang diberikan oleh gurunya. Sedangkan penyebab menengahnya sehingga siswa merasa stres dengan adanya pembelajaran online ini adalah kemampuan ekonomi orang tua mereka yang masih lemah sehingga sangat minim sekali daya beli kuota internet untuk melangsungkan pembelajaran daring anak-anaknya. Selain itu, faktor penyebab tingkatan bawah untuk kecemasan siswa ini adalah bahwa mereka sering mengalami gangguan teknis saat proses pembelajaran daring, nilai merekapun

mengalami penurunan saat pembelajaran daring ini, merekapun juga sering terlambat bergabung di kelas daring karena kendala sinyal, dan mereka juga semakin tertekan saat memikirkan tentang studi lanjut.

Baik guru maupun siswa pada dasarnya sama-sama belum siap untuk menerima perubahan sistem pembelajaran daring yang secara mendadak karena pandemi COVID-19 ini. Guru dituntut untuk terus mengasah kemampuan teknologinya dan juga kreatif dalam mengelola kelas daringnya. Menurut Zuhriyah & Fajarina (2021), dalam pembelajaran jarak jauh darurat ini, para guru perlu menggunakan kreatifitasnya dalam mengajar secara online untuk menghindari kebosanan dan kejenuhan dari siswa-siswanya. Sehingga siswa merasa senang dengan pembelajarannya meskipun tidak bertemu langsung dengan teman-temannya dan guru kelasnya. Dengan adanya sistem pembelajaran daring inipun akan menuntut siswa untuk lebih mandiri dalam memperdalam materi-materi pelajaran yang disampaikan oleh gurunya karena saat pembelajaran daring guru mata pelajarannya hanya menyampaikan materi dengan kondisi waktu yang terbatas.

Kemudian, masalah jaringan internet yang tidak stabil juga menjadi penyebab siswa menjadi stres dengan pembelajaran daring yang harus diikutinya. Mereka sangat khawatir jika sampai tidak bisa mengumpulkan tugas sesuai dengan batas waktu yang ditentukan oleh guru mereka. Ketidakstabilan sinyal internet ini benar-benar semakin membuat siswa merasa tertekan karena seringkali membuat mereka terlambat mengikuti pelajaran yang disampaikan oleh guru mereka. Sehingga akhirnya siswa tidak memahami materi yang dipelajari saat itu. Kejadian ini terjadi berulang-ulang, sehingga semakin banyak materi yang tidak mereka

pahami. Hal ini berimbas pada nilai mereka yang mengalami penurunan. Selain itu, siswa juga sering mengalami gagal dalam mengirimkan tugas ke mereka karena sinyal internet mereka yang tidak bagus. Bahkan untuk siswa-siswa yang berada di daerah-daerah terpencil harus mencari tempat yang lumayan sinyalnya sehingga siswa bisa mengikuti proses pembelajaran. masalah-masalah yang sangat kompleks ini membuat siswa semakin tertekan dan cemas (Chaterine, 2020).

b. Usaha Mengatasi Kecemasan Saat Pembelajaran Daring

Siswa menyadari bahwa kendala-kendala yang mereka hadapi saat pembelajarn daring ini tidak boleh didiamkan tetapi harus diatasi. Upaya-upaya siswa dalam mengatasi masalah-masalah kecemasan yang dialami saat pembelajarannya bermacam-macam. Berdasarkan respon dari para informan terkait usaha-usaha mereka dalam mengatasi masalah mereka saat pembelajaran online ini, tabel 2 berikut ini mempresentasikan hal-hal yang mereka lakukan sebagai usaha mengatasi masalah dalam pembelajaran jarak jauh mereka.

Tabel 2. Usaha Menangani Kecemasan Siswa

No	Usaha yang dilakukan Siswa	Jumlah Responden
1	Belajar secara mandiri	10
2	Menyegerakan penyelesaian tugasnya	9
3	Berdiskusi dengan teman-temannya	8
4	Tidur	8
5	Berpasrah diri dan bersabar	6
6	Mendengarkan musik atau menonton film	5

7	Memberikan semangat pada diri sendiri	4
8	Berdoa	4
9	Berusaha menemukan tempat yang sinyalnya stabil	4
10	Melakukan olahraga	3
11	Minum kopi atau makan	3
12	Bermain <i>game</i>	3

Tabel diatas menunjukkan bahwa para siswa sekolah menengah atas merupakan pribadi yang memiliki tanggungjawab yang sangat luar biasa. Mereka tidak mau kalah dengan situasi yang membuat mereka semakin tertekan karena berbagai kendala yang mereka hadapi dalam pembelajaran online saat COVID-19 ini. Berbagai upayapun mereka lakukan untuk mengatasi masalah ini. Upaya yang sangat tinggi tingkatannya dalam rangka menangani kecemasan mereka saat proses pembelajaran online ini antara lain: (1) siswa belajar secara mandiri tentang materi yang diajarkan oleh gurunya, (2) siswa juga berusaha menyelesaikan tugas yang diberikan gurunya sesegera mungkin, dan (3) mereka juga melakukan diskusi dengan teman-temannya atas apa yang mereka tidak pahami dari pelajaran yang sedang dibahas. Selanjutnya pada tingkatan kedua, para siswa itu memilih untuk tidur setelah pikiran dan tenaganya merasa kelelahan baik untuk mengerjakan tugas dari guru maupun mengikuti kelas online mereka. Para siswa pun juga melakukan kegiatan-kegiatan yang bersifat merelaksasikan pikiran mereka agar tidak terlalu mencemaskan keadaan dengan berpasrah diri dan bersabar dengan segala kondisi ini dan juga bersantai menonton film, mendengarkan musik dan juga makan maupun minum kopi.

Untuk permasalahan sinyal internet yang tidak stabilpun mereka juga berusaha mengatasinya dengan mencari tempat yang dirasa cukup bagus sinyalnya saat pembelajaran online mereka belum dimulai. Sehingga saat waktunya mereka harus gabung dalam kelas online mereka, mereka sudah siap dengan sinyal internet yang lebih bagus dibandingkan dengan kondisi sinyal di rumah mereka sendiri. Para siswa juga selalu berdoa agar pandemi segera berlalu sehingga mereka bisa belajar secara normal kembali. Hal yang paling menarik dari upaya yang dilakukan siswa saat pembelajaran di masa pandemi ini adalah bahwa mereka juga berusaha memberikan semangat pada dirinya sendiri bahwa mereka tidak boleh terlalu pasraha dengan keadaan. Demi masa depannya, mereka harus tetap menjaga semangat belajarnya. Hal terakhir yang mereka lakukan, saat kecemasan mereka sudah pada tingkatan yang sangat tinggi adalah mereka melakukan olah raga dan juga bermain *game*. Dua kegiatan ini adalah kegiatan yang mereka lakukan untuk melupakan masalah yang seringkali muncul saat belajar daring dari rumah.

Data di atas membuktikan bahwa para siswa sekolah menengah atas yang menjadi subyek dalam penelitian ini selalu gigih berusaha untuk tetap bisa belajar dalam kondisi seperti apapun. Meskipun sinyal internet mereka tidak mendukung mereka untuk mengikuti kelas online secara penuh, mereka berusaha untuk memperdalam pengetahuannya tentang materi yang dipelajari di kelasnya dengan belajar secara mandiri. Mereka mencari materi-materi pelajarannya tersebut di internet di luar jam kelas mereka dan mempelajarinya sendiri secara otodidak. Kemudian untuk mempertajam pengetahuannya ini mereka selanjutnya melakukan diskusi dengan teman-teman mereka untuk mengecek apakah pemahaman dan persepsi mereka dari apa yang mereka pelajari secara otodidak ini

sama dengan yang pemahaman yang lain. Selain juga mereka saat diskusi ini juga secara tidak sengaja saling bertukar informasi dan saling melengkapi informasi atas materi pelajaran mereka. Diskusi ini mereka lakukan secara online juga mengingat masih dalam masa pembatasan sosial yang ditetapkan pemerintah. Diskusi ini dilakukan melalui pesan dalam grup Whatsapp yang tidak terlalu memerlukan sinyal kuat dan kuota banyak. Belajar mandiri dan diskusi ini sangat membantu mereka dalam mengikuti dan mensukseskan pembelajaran darurat secara daring ini.

Mereka juga selalu berdoa dalam setiap ibadah yang mereka lakukan agar situasi pembelajaran darurat daring ini segera berakhir masanya. Karena pada dasarnya siswa sekolah di Indonesia yang telah mengikuti implementasi pengajaran pendidikan karakter di sekolahnya khususnya pendidikan nilai keagamaan merupakan manusia yang berbudi luhur dengan selalu mendekatkan diri pada Penciptanya (Mu'alimah, Zuhriyah, & Agustina, 2020). Dengan berdoa ini siswa merasakan relaksasi yang luar biasa pula dari rasa cemas yang sangat menekannya. Mereka bisa curhat dengan Tuhannya atas apa yang mereka alami. Sehingga setelah melakukan curhat melalui doa-doa mereka ini, secara spiritual dan psikis mereka menjadi lebih tenang (Ahmad & Ambotang, 2020). Yang pada akhirnya semangat untuk tetap belajar itu kembali hadir. Berbekal semangat yang kembali menguat dari dalam diri sendiri inilah mereka tegar dan berusaha mampu untuk tetap menjadi pelajar yang tangguh dan sukses. Semangat belajar yang timbul dari diri para siswa menjadi kunci sukses pembelajaran siswa dalam hal apapun itu (Zuhriyah & Agustina, 2020).

Kegiatan-kegiatan santai yang mampu menyegarkan pikiran mereka dan mampu menurunkan rasa cemas mereka pun juga dilakukan. Kegiatan ini

antara lain olahraga, menonton acara-acara hiburan di televisi, menonton film-film yang mereka sukai, dan juga bersantai sambil minum kopi (Izzah, Rahmawati, & Humairoh, 2020). Semua aktifitas ini mampu membuat mereka melupakan kecemasan mereka atas apa yang sedang terjadi dan akan terjadi selanjutnya. Semua kegiatan santai ini mampu membuat pikiran mereka menjadi tenang. Sehingga setelah saatnya kembali untuk belajar online bersama teman-teman dan guru mereka, mereka sudah tidak terbebani dengan berbagai kecemasan yang melanda sebelumnya.

Simpulan

Kecemasan dan tekanan pada siswa sekolah saat pembelajaran darurat secara daring di masa pandemi COVID-19 ini sangatlah nyata. Perasaan cemas dan tertekan yang dialami oleh siswa ini disebabkan oleh beberapa faktor, seperti ketidakpahaman siswa akan materi yang disampaikan oleh guru, kesukaran siswa dalam menyelesaikan tugas sesuai batas waktu yang diberikan guru, ketidakstabilan jaringan internet yang ada di daerah tempat tinggal siswa, berbagai kendala teknis yang mereka alami saat pembelajaran online, dan rasa kekhawatiran tidak mampu mengikuti materi pelajaran selanjutnya. Para siswapun juga melakukan berbagai usaha untuk mengatasi kecemasan yang mereka alami dengan belajar secara otodidak (mandiri), melakukan tanya jawab /diskusi dengan teman-temannya tentang materi yang dipelajari di kelas, memberikan semangat pada diri sendiri untuk tetap belajar dan belajar, beribadah dan terus berdoa agar pandemi segera selesai, dan juga melakukan kegiatan-kegiatan bersantai seperti tidur, menonton TV/film, serta minum kopi.

Peneliti berharap bahwa hasil penelitian ini mampu menjadi salah satu bahan pertimbangan pemerintah dalam

memberlakukan sistem pembelajaran daring di kemudian hari. Peneliti sangat merekomendasikan untuk menerapkan sistem pembelajaran daring yang ramah terhadap siswa juga guru. Sehingga tujuan dari pendidikan nasional Indonesia bisa tercapai dengan baik baik dengan pembelajaran daring maupun luring.

Daftar Pustaka

- Ahmad, A. A. B., & Ambotang, A. S. B. (2020). Pengaruh kecerdasan emosi, kecerdasan spiritual dan persekitaran keluarga terhadap stres akademik murid sekolah menengah. *Malaysian Journal of Social Sciences and Humanities (MJSSH)*, 5(5), 12–23.
- Asmara, C. G. (2020).). Para siswa, simak surat terbaru Mendikbud Nadiem untuk kalian. *CNBC Indonesia*.
- Chaterine, R. N. (2020). Siswa belajar dari rumah, KPAI: Anak-anak stres dikasih banyak tugas.
- Izzah, L., Rahmawati, & Humairoh, H. (2020). Pengaruh mendengarkan musik terhadap mood belajar pada mahasiswa manajemen dakwah UIN Suska Riau. *Nathiqiyah: Jurnal Psikologi Islam*, 3(1), 1–6.
- Mu'alimah, S. R., Zuhriyah, M., & Agustina, R. K. (2020). Investigating the implementation of character education in an Indonesian EFL classroom. *EduLangue: Journal of English Language Education*, 3(2), 185–204.
- Pakpahan, R., & Fitriani, Y. (2020). Analisa pemanfaatan teknologi informasi dalam pembelajaran jarak jauh di tengah pandemi virus corona covid-19.
- Zuhriyah, M., & Agustina, R. K. (2020). Brain-based learning and high order thinking skills effect on students' writing ability. *Journal of English Educators Society (JEES)*, 5(2), 193–198.
<https://doi.org/10.21070/jees.v5i2.778>.
- Zuhriyah, M., & Fajarina, M. (2021). Course review horay and critical thinking skills: the effective teaching model for students' grammar competence in remote EFL classrooms. *Journal on English as a Foreign Language*, 11(2), 297–317.
<https://doi.org/10.23971/jefl.v11i2.2974>