

ABSTRAK

TINGKAT STRES REMAJA DALAM MENGHADAPI PEMBELAJARAN DARING AKIBAT PANDEMI COVID-19

(Studi Deskriptif pada Siswa-siswi SMP dan SMA di Kota Yogyakarta)

Yodha Riz Suastinar Elizabeth
Bimbingan dan Konseling
Universitas Sanata Dharma
Yogyakarta
2021

Penelitian ini bertujuan untuk: (1) memperoleh gambaran tentang tingkat stres remaja SMP dan SMA di Kota Yogyakarta dalam menghadapi pembelajaran daring akibat Pandemi Covid-19, (2) mengidentifikasi butir-butir item stres yang capaiannya teridentifikasi tinggi pada remaja SMP dan SMA di Kota Yogyakarta dalam menghadapi pembelajaran daring akibat Pandemi Covid-19.

Jenis penelitian ini adalah kuantitatif deskriptif. Subjek penelitian adalah siswa remaja (SMP dan SMA di Yogyakarta) tahun ajaran 2020-2021 yang berjumlah 84 siswa. Pengumpulan data pada penelitian ini menggunakan skala Tingkat Stres Remaja dalam Menghadapi Pembelajaran Daring akibat Pandemi Covid-19, setelah uji validitas menghasilkan 50 item valid. Skala disusun berdasarkan pada aspek yang dikemukakan oleh Sarafino & Smith (2010) yakni (1) aspek biologis dalam bentuk gejala fisik, (2) aspek psikologis dalam bentuk gejala kognisi (pikiran), emosi, dan tingkah laku. Nilai koefisien reliabilitas instrumen menggunakan pendekatan *Alpha Chronbach* (α) sebesar 0,951. Tingkat stres dan capaian skor item tingkat stres dianalisis dengan menggunakan teknik deskriptif.

Hasil penelitian: (1) menunjukkan bahwa tingkat stres remaja dalam menghadapi pembelajaran daring akibat Pandemi Covid-19 mayoritas berada pada kategori sedang dengan persentase 51,19%; (2) hasil analisis item menunjukkan 2 item memiliki skor sangat tinggi. Adapun usulan topik-topik bimbingan pribadi-belajar adalah (1) Manajemen waktu itu penting, (2) *Stop Aku Bukan Deadliner*.

Kata Kunci: Stres , Remaja, Pembelajaran Daring, Pandemi Covid-19.

ABSTRACT

***STRESS LEVEL OF TENNAGER TOWARDS ONLINE LEARNING
AS A RESULT OF COVID-19***

(Descriptive Study to Junior and Senior High School Students in Yogyakarta)

*Yodha Riz Suastinar Elizabeth
Guidance dan Counseling
Sanata Dharma University
Yogyakarta
2021*

This research is aim to: (1) obtain a picture about stress level of teenager SMP and SMA in Yogyakarta City towards online learning as a result of Covid-19, (2) identify the stress points that the result is high towards teenager SMP and SMA in Yogyakarta City take an online learning as a result off Covid-19.

This research uses descriptive quantitative. The subjects of this research are 84 students (Junior and Senior High School in Yogyakarta) in 2020-2021. The data collected in this research by using a Stress Level of Teenager Towards Online Learning As A Result Of Covid-19, after validity test it turn out that 50 item valid. Questionnaire arranged based on Sarafino & Smith (2010) principles which are (1) biology principle in form of physical symptom, (2) psychology principle in form of cognition (mind), emotion, and behavior symptom. Instrument reliability coefficient value uses the 0,951 Alpha Chronbach (α) approach. Stress level and stress level achievement score issue analyzed using descriptive technique.

The result of this research: (1) it reveal that stress level of teenager in order to do online learning as an effect of Covid-19, at majority, are in medium level with 51,19% percentage: (2) The result of the analysis shows two item has a high score in stress level.. There are some suggestion for topics of self-learn guidance which is (1) Time management is very important, (2) Stop, I am not a Deadliner.

Keyword: *Stress, Teenager, Online Learning, Covid-19 Pandemic.*