



**ARTIKEL RISET**

URL artikel: <http://jurnal.fkm.umi.ac.id/index.php/woph/article/view/woph5404>

**DAMPAK TRANSISI PEMBELAJARAN ONLINE KE OFFLINE TERHADAP KESEHATAN PSIKOLOGIS SISWA SMP NEGERI 27 MAKASSAR**

<sup>K</sup>Nurul Hidayat<sup>1</sup>, Andi Asrina<sup>2</sup>, Andi Surahman Batara<sup>3</sup>

<sup>1,2,3</sup>Peminatan Promosi Kesehatan, Fakultas Kesehatan Masyarakat, Universitas Muslim Indonesia

Email Penulis Korespondensi(K): [hidayatsbbc@gmail.com](mailto:hidayatsbbc@gmail.com)

[hidayatsbbc@gmail.com](mailto:hidayatsbbc@gmail.com)<sup>1</sup>, [andi.asrina@umi.ac.id](mailto:andi.asrina@umi.ac.id)<sup>2</sup>, [andisurahman.batara@umi.ac.id](mailto:andisurahman.batara@umi.ac.id)<sup>3</sup>

**ABSTRAK**

Dampak psikis pembelajaran online yang di rasakan oleh siswa-siswi mengakibatkan terjadinya frustrasi serta perubahan emosional di karenakan tidak terbiasanya siswa belajar di rumah hal ini menyebabkan susah nya berkomunikasi, dan tidak adanya tempat untuk bertanya serta pemahaman siswa terkait dengan mata pelajaran yang diberikan kurang dipahami dan dimengerti oleh siswa itu sendiri, sehingga itu berdampak pada psikis siswa di sekolah maupun dirumah Jenis penelitian yaitu quasi kualitatif bermaksud untuk mengkaji dan mengeksplorasi dampak psikologi secara observasi dan indept interview serta dokumentasi selama penelitian. Informan dalam peneltian ini berjumlah 8 orang diantaranya informan biasa yang dipilih dengan menggunakan *teknik purposive sampling*, 2 Informan pendukung yaitu orang tua siswa dan 1 Informan kunci dari kepala sekolah sekolah pertama negeri 27 makassar. Hasil penelitian mengungkapkan bahwa transisi pembelajaran online ke offline salah satu dampaknya adalah mobilitas dan pertemuan tatap muka, pemahaman siswa terkait pembelajaran online ke offline agak terkendala karena metode yang berikan oleh siswa mengharuskan untuk mengerjakan tugas dan kurang penjelasan dari guru, selanjutnya berpengaruh pada kemampuan mengingat hal yang harus ditingkatkan adalah mengembalikan ingatan yang dahulu agar siswa dapa mengerti materi yang diberikan , hal ini membuat siswa merasa stress yang mengakibatkan cemas dan menjadi masalah yang besar yang akan dialami peserta didik jika tidak segera diatasi. Transisi pembelajaran online ke offline ini harus membutuhkan pengawasan dari guru agar siswa bisa terbiasa dengan pembelajaran yang diberikan oleh guru agar tidak merasa stress dan cemas pada saat pembelajaran.

Kata Kunci : Pemahaman, Kemampuan mengingat, stress, kecemasan.

**PUBLISHED BY :**

Pusat Kajian dan Pengelola Jurnal  
Fakultas Kesehatan Masyarakat UMI

**Address :**

Jl. Urip Sumoharjo Km. 5 (Kampus II UMI)  
Makassar, Sulawesi Selatan.

**Email :**

[jurnal.woph@umi.ac.id](mailto:jurnal.woph@umi.ac.id)

**Article history :**

Received : 7 September 2022

Received in revised form : 23 Januari 2023

Accepted : 26 Juni 2024

Available online : 30 Agustus 2024

licensed by [Creative Commons Attribution-ShareAlike4.0 International License](https://creativecommons.org/licenses/by-sa/4.0/).



---

**ABSTRACT**

*The psychological impact of online learning that is felt by students results in frustration and emotional changes because students are not accustomed to studying at home, this makes it difficult to communicate, and there is no place to ask questions and students' understanding related to the subjects given is poorly understood and understood. by the students themselves, so that it has an impact on the psyche of students at school and at home The type of research that is quasi-qualitative intends to study and explore the psychological impact of observation and in-depth interviews as well as documentation during the research. There were 8 informants in this study, including ordinary informants who were selected using purposive sampling technique, 2 supporting informants, namely parents of students and 1 key informant from the principal of the first 27 Makassar public school. The results of the study revealed that the transition from online to offline learning one of the impacts was mobility and face-to-face meetings, students' understanding of online to offline learning was somewhat constrained because the method provided by students required them to do assignments and lacked explanations from the teacher, which in turn affected their ability to remember things. What must be improved is to restore previous memories so that students can understand the material given, this makes students feel stressed which causes anxiety and becomes a big problem that will be experienced by students if not addressed immediately. This online to offline learning transition must require supervision from the teacher so that students can get used to the learning provided by the teacher so they don't feel stressed and comfortable*

*Keyword: Comprehension, memory, stress, anxiety.*

---

**PENDAHULUAN**

Dampak Pandemi covid-19 tentunya bukan hanya merenggut nyawa banyak manusia, tetapi juga menyebabkan berbagai sektor harus melakukan perombakan kebijakan agar kegiatan bisa terus berjalan. Salah satu sektor yang terdampak adalah sektor pendidikan dimana pemerintah harus mengubah sistem pembelajaran yang semula dilaksanakan di dalam kelas menjadi pembelajaran dengan sistem daring atau secara online. Hal ini tentunya tidak dapat diterima langsung oleh seluruh pelajar dan orang tua yang ada di Indonesia. Pembelajaran daring ini menyebabkan banyak pelajar yang tertekan dalam segi psikis maupun jasmaninya karena ketidaksiapan dan ketidak mampuan dalam menghadapi perubahan sistem pembelajaran ini.<sup>(1)</sup>

Pelaksanaan sekolah online menyebabkan peserta didik membutuhkan waktu untuk menyesuaikan diri karena perubahan sistem pembelajaran online berpengaruh terhadap daya serap peserta didik dalam memahami materi dan tugas yang diberikan. Hal ini terjadi karena selama ini peserta didik selalu belajar di sekolah secara tatap muka, bertanya dan berinteraksi secara langsung dengan guru dan teman sebaya apabila ada materi yang tidak dipahami, berdiskusi secara langsung dan berada dalam pengawasan guru di kelas.<sup>(2)</sup>

Perubahan yang mempengaruhi kondisi psikologis seseorang karena kesiapan setiap individu dalam menyesuaikan diri dengan kondisi-kondisi tertentu juga berbeda-beda. Sigmund Freud menyatakan bahwa secara alami setiap manusia melakukan mekanisme pertahanan ego untuk berhadapan dengan ancaman dari luar yang menimbulkan pertentangan terhadap kepercayaan dalam diri. Tingkat ketahanan mental seseorang juga akan mempengaruhi proses kognitifnya dalam menghadapi perubahan yang akan menimbulkan persepsi dan pemahaman yang berbeda. Hal ini juga akan membuat imunitas tubuh menjadi menurun dan rentan kepada kondisi kesehatan seseorang. Untuk itu setiap individu harus mampu melakukan penyesuaian diri.<sup>(3)</sup>

Pembelajaran daring juga memberikan dampak positif dalam hal hubungan antara siswa dengan

orang tuanya. Pandemi covid-19 yang menyebabkan semua aktivitas harus dilakukan dari rumah termasuk pendidikan dan pekerjaan yang otomatis menjadikan orang tua akan lebih punya banyak waktu untuk memantau perkembangan belajar anaknya bahkan bisa lebih memotivasi sang anak untuk terus bersemangat menjalani pembelajaran daring yang tentunya tidak mudah ini.

Dampak psikis pembelajaran online yang di rasakan oleh siswa-siswi mengakibatkan terjadinya frustrasi serta perubahan emosional di karenakan tidak terbiasanya siswa belajar di rumah hal ini menyebabkan susah berkomunikasi, dan tidak adanya tempat untuk bertanya serta pemahaman siswa terkait dengan mata pelajaran yang diberikan kurang dipahami dan dimengerti oleh siswa itu sendiri, sehingga itu berdampak pada psikis siswa di sekolah maupun di rumah.

Dampak yang dirasakan oleh anak- anak saat pembelajaran online antara lain stres, lelah, kurang istirahat karena banyaknya tugas dari guru yang dirasa berat dan tanpa ada interaksi langsung. Stres yang dirasakan bukan hanya terkait tugas namun juga fasilitas yang terbatas seperti kuota internet. Hal tersebut dapat menjadi penyebab siswa mengalami tekanan psikologis karena tuntutan dalam proses pembelajaran yang menyebabkan siswa stres akademik.<sup>(4)</sup>

Masalah psikologis siswa (i) dapat mempengaruhi kondisi fisik, mental dan emosi seseorang, maka dari itu penting bagi setiap orang untuk memiliki perhatian kepada anak sekolah agar mereka mampu mengikuti dengan nyaman tanpa tekanan. Jika terjadi stress, maka tekanan itu berpengaruh pada fisik dan juga dia tidak dapat berkonsentrasi maka bisa berdampak pada nilai dan tugas siswa-siswi mengenai pembelajaran.

Pembelajaran daring berdampak pula pada materi pembelajaran atau kompetensi yang dicapai lebih sedikit dari pembelajaran tatap muka. Interaksi secara langsung antara siswa dengan temannya dan antara siswa dengan guru hanya sebatas daring yang memungkinkan daya tangkap dan ingatan dari siswa berbeda ketika tatap muka. Penggunaan aplikasi online saat belajar membutuhkan penyesuaian yang lama, di samping itu tidak semua orang tua terdidik untuk terbiasa mendampingi anaknya belajar di rumah.

Pembelajaran online yang dilakukan selama pandemi COVID-19 yaitu antara lain banyak anak tidak bisa mengakses Pembelajaran Jarak Jauh secara daring, sehingga banyak dari mereka yang tidak naik kelas sampai putus sekolah, masalah psikis pada peserta didik dapat disebabkan oleh tuntutan akademik yang memberatkan peserta didik pada masa pandemi, hasil evaluasi belajar yang kurang, pekerjaan rumah yang sangat banyak, dan pengaruh lingkungan.<sup>(5)</sup>

Pemahaman yang kurang terhadap materi serta waktu pengerjaan tugas yang singkat membuat siswa merasa tertekan. Kurangnya penguasaan materi dan ketidak mampuan siswa mengingat Kembali penjelasan saat online membuat siswa kesulitan dalam mengerjakan tugas-tugas yang diberikan. Alawiyah (2020) Mengungkapkan bahwa tekanan psikis bagi siswa mengenai potensi penurunan nilai ujian hingga ketidaksiapannya dalam menghadapi tingkat berikutnya. Siswa khawatir apabila ketika pembelajaran sudah kembali normal mereka tidak bisa mempelajari materi baru dengan baik karena tidak paham dengan materi sebelumnya. Kondisi tersebut juga dikhawatirkan dapat mempengaruhi kemampuannya setelah lulus dari sekolah, baik itu melanjutkan perkuliahan maupun bekerja.

Menurut Harlock tekanan psikis merupakan bentuk perasaan khawatir, gelisah dan perasaan, perasaan lain yang kurang menyenangkan. Kecemasan sering timbul pada individu saat sedang berhadapan dengan situasi yang tidak menyenangkan.<sup>(6)</sup> Kejadian stress dapat memicu Kecemasan, Oleh karena itu individu harus memiliki kendali atas dirinya sendiri agar kecemasan tersebut tidak meningkat beberapa hal yang penting dapat berpengaruh pada kecemasan individu yang cara individu dalam mengelola stress.

Berdasarkan data dan informasi yang didapatkan mengenai pembelajaran online dengan keterbatasan fasilitas baik dari pihak sekolah maupun dari siswa seperti kuota internet dan gadget, namun tetap harus di ikuti oleh siswa. Meskipun sudah memasuki tahun kedua pandemi, namun tekanan psikologis masih dirasakan oleh siswa apalagi kurang pemahaman terhadap materi, daya ingat yang kurang dan tidak berinteraksi langsung dengan guru dan sesama teman. Hasil yang di dapatkan menggunakan alat ukur variabel tingkat stress yaitu *Depression Anxiety Stress Scala 42* (DASS 42) pada 10 orang siswa yang di berikan kuesioner DASS menunjukkan bahwa yang mengalami stress ringan sebanyak 3 orang (30%) dan stress sedang sebanyak 7 orang (70%). Siswa mengungkapkan bahwa tekanan yang dirasakan saat pembelajaran online karena banyak tugas yang tidak mampu diselesaikan, tidak dipahami, metode yang tidak menarik dan harus duduk lama mendengarkan guru menjelaskan yang membutuhkan kuota. Informasi yang didapatkan dari guru bimbingan konseling bahwa banyak siswa yang tidak mengerjakan tugas dan tidak menyertakan tugasnya, sesuai waktu yang ditentukan bahkan ada yang putus sekolah.

Mengacu dari latar belakang sebelumnya mengenai dampak psikis yang dialami oleh siswa sehingga menarik untuk mengkaji mengenai “Dampak Transisi Pembelajaran Online Terhadap Psikis Siswa Sekolah Menengah Pertama (SMP) Negeri 27 Makassar”.

## HASIL

### Informasi Mengenai Pemahaman

Pemahaman merupakan adalah kemampuan seseorang untuk mengerti dan memahami sesuatu setelah itu diketahui dan diingat pada penelitian ini pemahaman sangat berpengaruh terhadap dampak transisi pembelajaran online ke offline, informan mengungkapkan sebagai berikut.:

*“Kalau masalah online kan sempat belajar beberapa tahun itu belajar online itu kalau onlinekan otomatis itu disuruhki google-google itu dijelaskan ki langsung lewat guru jarang jeki juga gunakan zoom jadi kesannya kayak tidak belajar ki begitu, bagaimana carata mau mengerti kalau disuruh terus ki googling tanpa penjelasannya dari guru” (NA 13, 14 Juli 2022)*

Selanjutnya informan mengatakan bahwa tugas diberikan oleh guru itu langsung tanpa ada penjelasan terkait materi yang berikan.

*Perbedaan pembelajaran offline itu langsung jeki bisa bertanya ke guru terus handphonekan disuruh ki simpan tidak bermain handphone jadi kayak lebih konsentrasi dalam belajar terus sementara kalau online kan gadget sedikit-sedikit apa ini jawabannya buka google apa barupi di tau (NA 13, 14 Juli 2022)*

Hal yang berbeda disampaikan oleh informan lain, bahwa pembelajaran online lebih disukai karena sudah terbiasa melakukan pembelajaran online dibandingkan dengan offline hal ini seperti diungkapkan oleh informan sebagai berikut :

*Kalau belajar online itu enak ki kak terserah kita mau ki bangun jam berapa karena biasa juga guru jarang ji masuk jarang ji juga na kasih ki materi, tapi kalau belajar di sekolah ki langsung harus ki datang cepat baru kalau terlambat ki di hukum ki sama guru BP itumi kenapa lebih kususaki online daripada offline (RS 14, 14 Juli 2022)*

Selanjutnya ketikan ditanya mengenai pemahaman selama transisi pembelajaran online ke offline informan biasa mengatakan lebih materi lebih di pahami saat online daripada offline, hal tersebut diungkapkan sebagai berikut :

*Karena kenapa kak kalau belajar online ki itu nda stress ki tapi kalau belajara ki di sekolah kadang duduk ki dibelakang baru suaranya guru ta itu kecil, susah ki mendengar penjelasanya jadi kalau onlinekan enak bisa dengar baik-baik kalau guru menjelaskan dan bisa ki kasih besar juga volume nya kalau guru menjelaskan. (RS 14, 14 Juli 2022).*

Informasi yang didapatkan terkait pemahaman siswa-siswi selama transisi pembelajaran online ke offline dari informan pendukung mengatakan bahwa kurang akses jaringan di rumah membuat siswa jarang mengikut kelas hal di diungkapkan langsung sebagai berikut :

*Kasian kodong siswa kalau mau belajar biasa jaringan setengah mati kalau lagi menjelaskan mi guru na ada di dalam zoom langsung tiba-tiba keluar dari zoom karena jaringan, saya sebagai orang tua juga lebih suka belajar di sekolah dibandingkan belajar di rumah karena siswa lebih suka ketemu teman-temannya di sekolah daripada belajar online ( K 39, 14 Juli 2022)*

Selanjutnya ditanyakan kepada informan kunci selanjutnya yaitu guru terkait pemahaman siswa di sekolah, pernyataan sebagai berikut :

*Kalau materinya hampir sama tapi metode pembelajaranya yang berbeda, selama ini kan kita menggunakan whatsapp, sekanrang menggunakan metode pembelajaran melalui papan tulis, jadi untuk pemahaman siswa dari kedua metode ini siswa lebih menyukai metode pembelajaran yang di lakukan papan tulis agar bisa lebih memahami materi yang di diberikan.(FR 43, 1 september 2022)*

Selanjutnya oleh informan kunci, transisi pembelajaran online ke offline ini berdampak baik pada kinerja siswa dimana mereka sangat antusias saat mengikut pembelajaran di sekolah, berikut pernyataannya :

*Sejauh ini agak berpengaruh karena yang tadinya anak-anak malas ke sekolah kan mereka belajar dirumah senang karena bisa terlambat bangun tapi setelah ada sudah tatap muka kita ini guru mengembalikan seperti orang sudah tidur di bangunkan kembali di motivasi lagi jadi memang agak terpengaruh pada pembelajaran yang di terapkan saat ini. (N. 53, 14 Juli 2022)*

Informasi yang didapatkan dari informan kunci berpengaruh pada sistem pembelajaran yang di terapkan di sekolah guru harus lebih sering mengawasi dan membimbing agar siswa bisa belajar dengan giat dan rajin bersekolah.

### Informasi Mengenai Kemampuan Mengingat

Kemampuan mengingat merupakan suatu proses penyimpanan dan pemanggilan kembali informasi yang telah disimpan sebelumnya baik berupa pengalaman masa lalu, atau pembelajaran telah di lewatkan berdasarkan pengalaman terkait dengan dampak transisi pembelajaran online ke offline maka siswa di tuntut untuk mengingat kembali proses pembelajaran yang telah lalu.

Sumber informasi yang di dapatkan terkait pembelajaran online ke offline diungkapkan oleh informan biasa yang dimana adalah siswa-siswi Sekolah Menengah Pertama Negeri 27 Makasar.berikut pertanyaanya :

*Jadi kak kalau materi yang lalu diberikan oleh guru itu biasa dilupa karena kita guru juga jarang kasih penjelasan ke kita sering jki saja na kasih tugas terus baru tugas yang berikan juga nda di pahami karena penjelasan dari guru, itumi juga biasa kalau mauki bertanya sama guru susah karena tugas ta salah malah guru na suruh ki ulang lagi supaya kita mengerti ki padahal kasian nda penjelasan na kasihki guruta. (NA 13, 14 Juli 2022)*

Selanjutnya informan ditanya mengenai waktu dan tugas selama pembelajaran online dan offline apakah berdampak pada niai disekolah atau tidak.

*Kalau waktu yang berikan oleh guru sebenarnya banyak ji kak karena biasa dalam satu mata pelajaran itu tugas nya sedikit ji kalau belajar online beda dengan kalau offline ki agak banyak di kasih tugas karena supaya bisa dikejar materi-materi yang tidak sempat di kejar kak (NA 13, 14 Juli 2022)*

Selajutnya yaitu ditanyakan terkait fokus siswa selama pembelajaran online dan offline.

*Kalau fokus untuk belajar kak , kadang fokus kadang juga tidak karena biasa nda mengerti ka kalau ibu guru menjelaskan apalagi kalau pelajaran matematika pusing ka kurasa karena online , kalau offline agak bisa ji kak karena guru lewat papan tulis ji menjelaskan. (NA 13, 14 Juli 2022).*

Selanjutnya di tanya mengenai kondisi siswa selama pembelajaran offline hal ini dungkapkan sebagai berikut :

*Saya kak senang ji kalau offline jadi kita di kasih kembala lagi untuk belajar di kelas sama teman-teman (G 14, 16 Juli 2022).*

### Informasi Mengenai Stres

Stres adalah gangguan mental yang dihadapi seseorang akibat adanya tekanan, tekanan ini muncul dari kegagalan individu dalam memenuhi kebutuhan atau keinginannya tekanan ini bisa berasal dari dalam diri atau dari luar, biasanya orang stress cenderung memiliki tekanan emosi yang tinggi dan tidak bisa mengontrol dirinya sendiri.

Informasi mengenai stress siswa selama transisi pembelajaran online ke offline di ungkapkan sebagai berikut ;

*Sebenarnya ada sedikit sih tapi tipis sekali setiap belajar matematika kan baru kelas 7 mki rempongi disitu bertanyaki apami ini jawabannya nda dijelaskan ki baru di kasih ki langsung soal jadi stress ki ( MH 13, 14 Juli 2022).*

Selanjutnya informan ditanyakan terkait materi yang diberikan oleh guru apakah berdampak pada stress siswa hal ini diungkapkan sebagai berikut :

*Kadang juga guru na bikin sendiri soalnya kak eh cari ki di google nda ada cariki di quanda nda*

ada bertanya apa mi ini jawabnya baru pusing mki stress mki karena nda dijelaskan ki sama guru (MH 13, 14 Juli 2022).

Selanjutnya Ketika di lakukan wawancara pada informan ditanyakan apa yang di lakukan Ketika materi-materi yang di berikan tidak bisa dimengerti hal ini diungkapkan sebagai berikut :

*Na maumi di apa kak saya juga biasa kalau mau bertanya nda bisa karena guru langsung ji na kasih soal , sakit kepala ta bagaimana mau dikerja ini soal (MH 13, 14 Juli 2022).*

Selanjutnya informan ditanyakan bagaimana agar stress yang di dapat ketika belajar saat di disekolah itu bisa hilang hal ini diungkapkan sebagai berikut :

*Kalau saya kak biasa diam jka saja nda tau ka mau bagaimana karena susah mi soal baru saya pusing mka juga jadi diam jka saja (MH 13 , 14 Juli 2022).*

Selanjutnya informan ditanyakan mengenai sistem pembelajaran yang mengakitbatkan siswa mengalami stress hal ini diungkapkan sebagai berikut :

*Kalau sistem kak mungkin agak berbeda karena biasa ada jam pelajaran yang berubah-berubah jadi kita kalau belajar dikelas itu cepat ji , beda dengan yang di dulu karena biasa agak lamaji kalau istirahat ki ini Sekarang agak cepat ki belajar baru guru juga sering ji masuk kak begitu. (G 14 , 15 Juli 2022).*

Hal tersebut sama yang diungkapkan oleh informan MH NA dan G dalam metode pembelajaran yang diterapkan di sekolah maupun dirumah bahwa dengan pembelajaran yang berikan berdampak pada stress siswa.

Selanjutnya ditanyakan kepada informan pendukung terkait tanggapan orang tua siswa transisi pembelajaran online ke offline ini berlangsung hal tersebut dijelaskan sebagai berikut :

*Anak ku kalau belajar online itu malaski karena pusing biasa kalau guru menjelaskan jadi jarang masuk baru takut juga sama guru, beda kalau belajar di sekolah anak-anak senang karena kembali sekolah (R 41,25 Juli 2022).*

Diperkuat oleh informan kunci , yang dimana siswa berbeda ketika berada di kelas online dan offline hal ini diungkapkan langsung sebagai berikut :

*Siswa kelas 8 ini memang kebanyakan memiliki gejala malas kalau belajar online kadang guru hanya mendapatkann siswa hanya 10 orang dikelas , berbeda lagi ketika mereka di sekolah hanya beberapa kadang yang nda masuk , karena online ini bisa memicu tekanan kepada siswa untuk selalu mengerjakan tugas-tugas yang diberikan guru agar bisa mendapatkan nilai yang memuaskan. (R 54, 23 Juli 2022).*

Dari tanggapan dan penjelasan dari kepala sekolah selaku informan kunci bahwa sistem online yang diberikan kepada siswa ini mengacu pada tugas-tugas dari guru yang diberikan kepada siswa agar mata pelajaran yang telah di lewati ini bisa dikejar dan nilai-nilai untuk bisa di input dengan cepat agar tidak ada keterlambatan di saat akan penaikan kelas

### **Informasi Mengenaai Kecemasan**

Kecemasan adalah kondisi psikologis seseorang yang penuh dengan rasa takut dan khawatir, dimana perasaan takut dan khawatir akan sesuatu hal yang belum pasti akan terjadi. Rasa cemas

disebabkan oleh kombinasi faktor-faktor tertentu. Seperti gangguan mental lainnya, rasa cemas disebabkan oleh gagalnya saraf-saraf otak untuk mengontrol emosi dan rasa takut. Berikut pernyataan informan biasa terkait kecemasan selama transisi pembelajaran online ke offline di sekolah :

*disini bedanya selama pembelajaran online itu kalau cemas jarang ji di rasa kak tapi kalau ada mi lagi tugas-tugas itu cemas ki karena waktu yang di kasih cepat sekali nda sempat ki kerja tugas , jadi biasa kalau ada tugas nda sempat dikumpul baru teman-teman juga banyak yang nda kumpul, beda dengan sekarang kak karena belajar di sekolah mki jadi ibu guru kasih ki tugas sesuai jadwal belajar minggu depan kak itu ji kak (NA 13, 17 Juli 2022)*

Selanjutnya informan ditanyakan mengenai dampak pembelajaran pada kecemasan siswa selama transisi pembelajaran ini berlangsung hal ini diungkapkan sebagai berikut :

*Kalau online kak itu ji yang kasih cemaski kak karena tugas nya ji banyak baru tugas nya susah-susah, kalau di sekolah ki belajar enakji kak bisa ki sama teman-teman kerjakan tugas supaya cepat. (MH 13, 20 Juli 2022).*

Selanjutnya siswa ditanyakan mengenai materi yang berikan oleh guru apakah berdampak pada kecemasan pada siswa di sekolah :

*Kalau cemas nda terlalu ji kak karena banyak ji teman di kelas bisaki saling membantu kalau ada tugas , dan materi juga dari guru bisa jki mengerti kak. (G 14 , 19 Juli 2022).*

Selanjutnya informan ditanyakan mengenai apakah kendala dalam selama pembelajaran offline hal di ungkapkan sebagai berikut :

*Saya nda terkendala ji kak selama belajar di sekolah palingan yang kasih kendala itu tugas tugas ji kak. (G 14 , 19 Juli 2022).*

Dan selanjutnya ditanyakan kepada informan selanjut terkait komunikasi kepada guru hal tersebut diungkapkan sebagai berikut :

*Untuk komunikasi sama guru kak, biasa-biasa ji kak karena kita juga belajar pasti bertanya sama guru, kalau mau dibilang cemas mungkin tidak ji kak (RS 14 , 23 Juli 2022).*

Selanjutnya dilanjutkan ke informan pendukung yang dimana respon siswa terhadap pembelajaran apakah mereka cemas dengan masa depan mereka atau tidak hal tersebut diungkapkan sebagai berikut :

*Untuk respon anak-anak kadang hanya memikirkan hanya uang jajannya saja , belumpi berpikiran kesana belumpi berpikiran masa depan jadi kalau mau dibilang cemas atau tidak pasti cemas ki karena biasa nda uangnya baru temannya ada uangnya, kadang juga itu anak malu-malu ki kalau isitrahah biasa teman nya pegang hape bagus baru dia kasian hape biasa ji , jadi karena gengsinya ji biasa kalau untuk anak zaman sekarang . (K 39 , 25 Juli 2022).*

Hal ini hampir sama dengan penjelasannya yang diberikan oleh informan pendukung dengan informan kunci hal tersebut diungkapkan sebagai berikut :

*Jadi respon siswa itu hanya cemas ketika mereka melaksanakan pembelajaran online dikarenakan , siswa selalu menanyakan kapan bisa masuk sekolah lagi , mereka Lelah beristirahat di rumah terus mereka hanya ingin bersekolah itu mengapa kita sebagai harus bisa mengembalikan semangat-semangat siswa agar rajin kesekolah dengan sistem baru yang telah diberikan untuk siswa tersebut . (R 54, 25 Juli 2022).*



## PEMBAHASAN

### a. Transisi Pembelajaran Online ke Offline

Pembelajaran online adalah proses belajar mengajar yang memanfaatkan internet dan media digital dalam penyampaian materinya keberadaan pembelajaran online terus mewarnai bidang pendidikan karena konsepnya sederhana dan mudah dipraktikkan. Tujuan pembelajaran online bukan hanya memudahkan pengajar menyusun materinya, tetapi mengadakan adanya penilaian meski pembelajaran dilakukan jarak jauh. Praktiknya, online digunakan sebagai pembelajaran virtual, sebutan populernya adalah pembelajaran daring. Pembelajaran ini diperantarai dengan berbagai macam aplikasi. Aplikasi yang biasanya digunakan adalah Zoom, Google Meet, WhatsApp, Line, Skype, dan lain sebagainya.

Pembelajaran online yang di lakukan di Sekolah Menengah Pertama Negeri 27 Makassar berdasarkan informasi yang di peroleh bahwa siswa yang belajar menggunakan media online seperti zoom dan google meet mereka menghadapi pembelajaran yang tidak biasa nya seperti disekolah, kemudia untuk pembelajaran yang diberikan oleh guru agak menyusahkan bagi siswa , sebab siswa sering mengalami ketertinggalan materi serta tugas yang diberikan langsung oleh guru itu sendiri.

Proses belajar yang harus mengharuskan selalu hadir dalam pertemuan online membuat siswa merasa malas dan kurang memahami penjelasan oleh guru, tingkat kemalasan siswa bertambah akibat adanya tugas-tugas serta materi-materi yang belum mereka pahami, pelaksanaan pembelajaran ini berpacu pada kinerja siswa agar mereka bisa mengejar materi yang tertinggal akibat dampak pembelajaran yang telah di dapatkan.

Siswa mungkin masih belum paham atau tertinggal saat mencatatnya., kalau belajar online maka bisa mengulang materi yang telah diberikan oleh guru kapanpun hingga benar-benar paham. Adapun beberapa kekurangan pada pembelajaran online yaitu terlalu lama belajar online dari rumah berpotensi membuat anak mengalami kesulitan untuk berinteraksi sosial terutama dengan guru dan teman-teman sekolahnya. Selain itu dalam penyampaian materi pada guru seringkali sifatnya hanya satu arah sehingga siswa tidak memiliki kesempatan untuk bertanya kalau ada yang belum dipahami.

Berdasarkan informasi dan data yang telah didapatkan oleh peneliti bahwa orang tua mengalami kendala pada saat ingin membantu siswa belajar dirumah, selain itu adanya game online pada smartphone membuat siswa menjadi ketergantungan pada game dan tidak fokus pada pembelajaran, hal ini juga yang mengakibatkan orang tua merasa cemas dan stress.

Hasil penelitian ini sejalan dengan bahwa Dari hasil studi pendahuluan yang dilakukan terhadap 6 peserta didik didapatkan data bahwa denga adaya proses belajar mengajar yang dilakukan secara daring beberapa anak mengatakan mengalami kesulitan untuk memahami pelajaran secara mandiri karena tidak ada pendampingan dari guru, tidak dapat memahami yang ditugaskan oleh guru, merasa bosan tinggal di rumah, khawatir akan ketinggalan pelajaran, merasa rindu untuk bertemu teman-teman dan guru secara langsung.<sup>(8)</sup>

Transisi dari online ke offline terhadap pembelajaran anak-anak ataupun siswa yang berada di

kelompok usia tertentu belum ada kebijakan vaksin, dan ditakutkan mereka bisa menjadi penular. diperlukan evaluasi tentang formasi pembelajaran yang sesuai, melihat tidak semua daerah dan sekolah punya infrastruktur yang memadai juga terbatasnya sumber daya manusia dan tingkat kesiapan yang berbeda.

Berdasarkan hasil dan data yang didapatkan bahwa kepala sekolah dan guru harus lebih teliti dalam mengajar serta sistem atau metode pembelajaran yang diberikan bisa memberikan feedback kepada siswa-siswi agar lebih semangat belajar disekolah, hal ini membuat siswa akan lebih mengerti lagi tugas-tugas yang diberikan oleh guru.

Hasil penelitian ini sejalan dengan Ria (2021) bahwa kepala sekolah menambahkan pendapat mengenai dampak pembelajaran daring yaitu proses pembelajaran yang saat itu dilaksanakan tidak tersampainya secara efektif, dikarenakan terbatasnya proses komunikasi dengan siswa kepada gurunya secara langsung. Seiring berjalannya waktu saat ini dapat melakukan pembelajaran tatap muka secara langsung hanya saja jam waktu belajarnya dibatasi yang tadinya dimulai sejak pagi hari sampai dengan siang hari, saat ini terbagi menjadi 2 waktu dalam sehari dan hanya memakan waktu 1-2 jam saja.

Selain itu tidak semua siswa-siswi memiliki perangkat yang mendukung, ketika ada pembelajaran yang ingin diunduh ada ketebatasan kouta maupun memori, sehingga itu yang menyebabkans semakin tertekannya siswa-siswi ini.

## **b. Pemahaman**

Pemahaman merupakan proses berfikir dan belajar. dikatakan demikian karena untuk menuju kearah pemahaman perlu diikuti dengan belajar dan berfikir. Pemahaman merupakan proses, perbuatan dan cara memahami. Sedangkan secara terminologi, para ahli pendidikan memberikan definisi pemahaman, Menurut Anas Sudjiono pemahaman adalah “kemampuan seseorang untuk mengerti sesuatu setelah sesuatu itu diketahui dan diingat. Dengan kata lain, memahami adalah mengetahui tentang sesuatu dan dapat melihatnya dari berbagai segi. Pemahaman merupakan jenjang kemampuan berfikir yang setingkat lebih tinggi dari ingatan dan hafalan.

Berdasarkan informasi yang telah di dapatkan bahwa pemahaman siswa terkait transisi pembelajaran online ke offline agak terkenda karena metode yang diberikan oleh mengharuskan siswa untuk mengerjakan tugas dan kurang penjelasan materi dari guru dan ini mengakibatkan adanya masalah pada psikologis siswa yang mengacu pada kurang focus terhadap pembelajaran, kurangnya minta belajar pada siswa sekolah menengah pertaman negeri 27 makassar.

Hal ini sejalan dengan peneltian Sitanggang, 2022. bahwa Proses pembelajaran dilakukan secara online dan offline. Namun pembelajaran belum terlaksana dengan optimal sehingga Dosen kesulitan untuk mengukur tingkat pemahaman hasil belajar online maupun offline. Maka penting untuk menentukan guna mengukur tingkat pemahaman hasil belajar siswa, agar satuan pendidikan dapat mengambil kebijakan yang tepat untuk meningkatkan kualitas pembelajaran di masa yang akan datang.

Pemahaman pada dasarnya bisa di dapatkan jika siswa-siswi bisa fokus untuk mendengarkan

sehingga siswa bisa menerima dengan mempertahankan, membedakan, menduga, menerangkan, menafsirkan, memperkirakan, menentukan, memperluas, menyimpulkan, menganalisis, namun didalam penelitian ini siswa banyak siswa yang tidak memahami pembelajaran online apalagi banyak tugas-tugas yang diberikan guru merasa kesulitan untuk mengembalikan kebiasaan lama seperti pada pembelajaran offline.

Berdasarkan data dan informasi yang telah didapatkan bahwa pemahaman siswa terkait pembelajaran online ke offline ini didukung oleh orang tua siswa, hal yang dirasakan pada orang tua siswa merasa kasihan kepada anak karena pada saat pembelajaran jaringan yang digunakan oleh siswa tiba-tiba terputus dan mengakibatkan orang tua berasumsi bahwa sekolah tatap muka lebih dibutuhkan oleh siswa dibandingkan dengan pembelajaran online.

Hal ini sejalan dengan penelitian Utami (2020) bahwa Sebagian orang tua berpendapat pendidikan adalah suatu hal yang utama, atau bisa dikatakan hal yang penting. Semakin berkembangnya zaman masyarakat menyadari akan pentingnya pendidikan. Sehingga dengan keadaan pandemi seperti ini, orang tua tetap berusaha memberikan yang terbaik bagi anaknya.

Dalam penelitian ini peran orang tua menjadi sangat penting dalam tercapainya tujuan belajar, hal itu dengan cara memberi bimbingan yang terbaik pada saat pembelajaran berlangsung. Selain hal itu bimbingan dalam setiap harinya juga tidak kalah penting untuk dilakukan. Berikan pendidikan karakter kepada anak sejak dini tentu akan sangat berdampak besar bagi perkembangannya. Setelah diterapkannya pendidikan karakter setiap harinya, tentu anak akan menjadi lebih bersemangat dalam belajar meskipun dilakukan di rumah. Tingkat kepercayaan diri mengikuti proses belajar. Sehingga kecerdasan anak meningkat dan hasil belajar dapat sesuai dengan yang diharapkan.

Pembelajaran yang dilakukan secara online maupun offline membutuhkan komunikasi yang efektif agar tercapainya keberhasilan tujuan belajar siswa. Jika dalam pembelajaran online guru dan siswa harus memahami dan memanfaatkan teknologi sebagai tempat bertukar informasi tanpa terikat oleh lingkungan real time dan berhubungan langsung. Namun, dalam pembelajaran offline siswa dapat bertemu dan berkomunikasi langsung dengan guru di lingkungan sama dan dalam waktu yang bersamaan. Oleh sebab itu, baik dalam pembelajaran online ataupun offline antara guru dan siswa harus mampu membangun komunikasi yang efektif.<sup>(10)</sup>

Dalam Penelitian ini pada dasarnya pemahaman dasar menjadi fondasi serta komponen pendukung bagaimana terciptanya suasana kelas yang nyaman untuk siswa siswi. Kepala sekolah sebagai pemimpin dan pengelola pendidikan adalah komponen penting dalam pencapaian tujuan pendidikan nasional terutama dalam pembelajaran siswa yang dilakukan oleh guru dalam proses belajar mengajar, karena keberhasilan pembelajaran tidak lepas dari peran kepala sekolah.

Teori belajar kognitif berbeda dengan teori belajar behavioristik, teori belajar kognitif lebih mementingkan proses belajar dari pada hasil belajarnya. Para penganut aliran kognitif mengatakan bahwa belajar tidak sekedar melibatkan hubungan antara stimulus dan respon. Tidak seperti model belajar behavioristik yang mempelajari proses belajar hanya sebagai hubungan stimulus respon, model belajar kognitif merupakan suatu bentuk teori belajar yang sering disebut sebagai model

perceptual. Model belajar kognitif mengatakan bahwa tingkah laku seseorang ditentukan oleh persepsi serta pemahamannya tentang situasi yang berhubungan dengan tujuan belajarnya. Perubahan Belajar merupakan persepsi dan pemahaman yang tidak selalu dapat terlihat sebagai tingkah laku yang nampak.<sup>(11)</sup>

Berdasarkan analisa peneliti selama berada dilapangan masalah pemahaman siswa-siswi ini terkendala karena pembelajaran online yang tidak terbiasa kemudian keterbatasan waktu lalu banyak peluang yang membuat siswa tidak fokus pada pembelajaran yang diberikan oleh guru.

c. Pemahaman

Berdasarkan informasi yang telah di dapatkan bahwa pemamahan siswa terkait transisi pembelajaran online ke offline agak terkenda karena metode yang diberikan oleh mengharuskan siswa untuk mengerjakan tugas dan kurang penjelasan materi dari guru dan ini mengakibatkan adanya masalah pada psikologis siswa yang mengacu pada kurang focus terhadap pembelajaran, kurangnya minat belajar pada siswa sekolah menengah pertaman negeri 27 makassar.

Berdasarkan data dan informasi yang telah didapatkan bahwa pemahaman siswa terkait pembelajaran online ke offline ini didukung oleh orang tua siswa, hal yang dirasakan pada orang tua siswa merasa kasihan kepada anak karena pada saat pembelajaran jaringan yang digunakan oleh siswa tiba-tiba terputus dan mengakibatkan orang tua berasumsi bahwa sekolah tatap muka lebih dibutuhkan oleh siswa dibandingkan dengan pembelajaran online.

Hal ini sejalan dengan penelitian Utami (2020) bahwa Sebagian orang tua berpendapat pendidikan adalah suatu hal yang utama, atau bisa dikatan hal yang penting. Semakin berkembangnya zaman masyarakat menyadari akan pentingnya pendidikan. Sehingga dengan keadaan pandemi seperti ini, orang tua tetap berusaha memberikan yang terbaik bagi anaknya.

Dalam peneltian ini peran orang tua menjadi sangat penting dalam tercapainya tujuan belajar, hal itu dengan cara memberi bimbingan yang terbaik pada saat pembelajaran berlangsung. Selain hal itu bimbingan dalam setiap harinya juga tidak kalah penting untuk dilakukan. Berikan pendidikan karakter kepada anak sejak dini tentu akan sangat berdampak besar bagi perkembangannya. Setelah diterapkannya pendidikan karakter setiap harinya, tentu anak akan menjadi lebih bersemangat dalam belajar meskipun dilakukan di rumah. Tingkat kepercayaan diri mengikuti proses belajar. Sehingga kecrdasan anak meningkat dan hasil belajar dapat sesuai dengan yang diharapkan.

Pembelajaran yang dilakukan secara online maupun offline membutuhkan komunikasi yang efektif agar tercapainya keberhasilan tujuan belajar siswa. Jika dalam pembelajaran online guru dan siswa harus memahami dan memanfaatkan teknologi sebagai tempat bertukar informasi tanpa terikat oleh lingkungan real time dan berhubungan langsung. Namun, dalam pembelajaran offline siswa dapat bertemu dan berkomunikasi langsung dengan guru di lingkungan sama dan dalam waktu yang bersamaan. Oleh sebab itu, baik dalam pembelajaran online ataupun offline antara guru dan sisw harus mampu membangun komunikasi yang efektif.<sup>(10)</sup>

Berdasarkan data dan informasi yang didapatkan pada kepala sekolah terkait pemahaman bahwa peran kepala sekolah dan guru adalah untuk memberikan pengaruh yang terhadap siswa-siswi

agar pembelajaran tidak terasa bosan dan jadi menyenangkan, kemudian guru harus mengerti dan memahami kondisi dikelas pada saat ingin memberikan tugas-tugas kepada siswa

Dalam Penelitian ini pada dasarnya pemahaman dasar menjadi fondasi serta komponen pendukung bagaimana terciptanya suasana kelas yang nyaman untuk siswa siswi. Kepala sekolah sebagai pemimpin dan pengelola pendidikan adalah komponen penting dalam pencapaian tujuan pendidikan nasional terutama dalam pembelajaran siswa yang dilakukan oleh guru dalam proses belajar mengajar, karena keberhasilan pembelajaran tidak lepas dari peran kepala sekolah.

Teori belajar kognitif berbeda dengan teori belajar behavioristik, teori belajar kognitif lebih mementingkan proses belajar dari pada hasil belajarnya. Para penganut aliran kognitif mengatakan bahwa belajar tidak sekedar melibatkan hubungan antara stimulus dan respon. Tidak seperti model belajar behavioristik yang mempelajari proses belajar hanya sebagai hubungan stimulus respon, model belajar kognitif merupakan suatu bentuk teori belajar yang sering disebut sebagai model perceptual. Model belajar kognitif mengatakan bahwa tingkah laku seseorang ditentukan oleh persepsi serta pemahamannya tentang situasi yang berhubungan dengan tujuan belajarnya. Perubahan Belajar merupakan persepsi dan pemahaman yang tidak selalu dapat terlihat sebagai tingkah laku yang nampak.<sup>(11)</sup>

Berdasarkan analisa peneliti selama berada dilapangan masalah pemahaman siswa-siswi ini terkendala karena pembelajaran online yang tidak terbiasa kemudian keterbatasan waktu lalu banyak peluang yang membuat siswa tidak fokus pada pembelajaran yang diberikan oleh guru.

d. Kecemasan

Kecemasan adalah keadaan dimana peserta didik dihadapkan oleh peristiwa atau kejadian yang dihadapi ketika pembelajaran berlangsung, sehingga peristiwa tersebut menyebabkan peserta didik merasa tertekan, ketakutan dan kecemasan yang secara berlebihan menyebabkan peserta didik mengalami masalah belajar yang begitu memperhatikan, permasalahan tersebut mejadi perhatian yang perlu tahap dalam mengatasinya.

Berdasarkan informasi yang telah di dapatkan terkait kecemasan pada saat transisi pembelajaran kecemasan ini adalah masalah yang sangat rentan, maka sebagai seorang pendidik sangat dianjurkan untuk mengetahui permasalahan-permasalahan yang dihadapi oleh peserta didik pada saat proses belajar dan mengajar. Kecemasan yang berlebihan adalah menjadi masalah yang besar yang akan dialami peserta didik jika tidak segera diatasi, karena peserta didik menerima dan meniru apa yang didapatkan dilingkungan pendidikan. siswa merasa stress, 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 tingakatan bawah untuk kecemasan siswa ini adalah bahwa mereka sering mengalami gangguan teknis saat proses pembelajaran daring, nilai merekapun mengalami penurunan pada transisi pembelajara online ke offline. Mereka juga sering terlambat bergabung di kelas daring karena kendala sinyal.

Hal ini sejalan dengan penelitian bahwa masalah jaringan internet yang tidak stabil juga

menjadi penyebab siswa menjadi stress dengan pembelajaran daring yang harus diikutinya, mereka sangat khawatir jika sampai tidak bisa mengumpulkan tugas sesuai dengan batas waktu yang oleh guru mereka.<sup>(12)</sup>

Kecemasan merupakan proses psikis yang sifatnya tidak tampak ke permukaan maka untuk menentukan apakah seseorang siswa mengalami kecemasan atau tidak, diperlukan penelaahan yang seksama, dengan berusaha mengenali simptom atau gejala-gejalanya, beserta faktor-faktor yang melatarbelangi dan mempengaruhinya. Kendati demikian, perlu dicatat bahwa gejalagejala kecemasan yang bisa diamati di permukaan hanyalah sebagian kecil saja dari masalah yang sesungguhnya.<sup>(13)</sup>

Salah satu bentuk perasaan seorang siswa ketika menghadapi ujian adalah terjadinya perasaan tidak mengenakkan atau merasa takut dan tegang. Beberapa siswa kadang menyikapi ujian sebagai suatu permasalahan dalam hidupnya, baik karena nantinya ia akan malu karena tidak mendapat nilai yang bagus maupun karena merasa tidak percaya diri dengan persiapan yang dimilikinya. Perasaan takut atau tegang dalam menghadapi suatu persoalan tersebut disebut kecemasan.

Berdasarkan data dan informasi yang didapatkan bahwa orang tua selalu melihat respon anak kadang hanya memikirkan uang jajan kadang gengsi dengan teman di sekolah, hal ini menjadikan siswa menjadi malas belajar dan tidak memikirkan masa depan. Selain itu siswa akan selalu merasa ketika kemauan mereka tidak tercapai.

Hal ini sejalan dengan penelitian Ayu (2021) bahwa menjelaskan faktor penyebab timbulnya kecemasan pada orang tua saat mendampingi anaknya belajar dari rumah adalah teguran dari guru sekolah anak ketika anak tersebut belum mengumpulkan tugas yang diberikan. Penyebab kecemasan tersebut berawal dari anak yang menunjukkan sikap malas, tidak memiliki semangat untuk segera belajar ataupun menyelesaikan tugas. Penyebab lainnya adalah ketidakpahaman anak pada materi pelajaran tetapi disampaikan oleh orang tua dengan pengalaman mereka saat belajar dulu. Hal tersebut dirasa berbeda oleh anak yang membuat anak merasa kesal dan cemas karena semakin tidak paham. Kondisi tersebut secara tidak langsung menyumbang kecemasan pada orang tua.

Berdasarkan hasil studi sebelumnya di SMP Negeri 3 Banda Aceh diduga bahwa beberapa siswa terlihat kecemasan dalam menghadapi tes atau ulangan. Seperti perasaan tidak mengenakkan atau merasa takut dan tegang, siswa kadang menyikapi ujian sebagai suatu permasalahan dalam hidupnya, baik karena nantinya ia akan malu karena tidak mendapat nilai yang bagus maupun karena merasa tidak percaya diri dengan persiapan yang dimilikinya tidak mampu rileks, sering terkejut, dan ada kalanya disertai gerakan-gerakan wajah atau anggota tubuh yang berlebihan, saat duduk terus menerus menggoyang-goyangkan kaki, meregangkan leher, dan mengernyitkan dahi.<sup>(13)</sup>

Berdasarkan data dan informasi yang telah didapatkan pada kepala sekolah bahwa, Bentuk-bentuk kecemasan siswa yang dialami dalam menghadapi pencapaian hasil belajar adalah

kurangnya konsep belajar, kurang penguasaan materi. Solusinya adalah dengan berperan secara bersama-sama, antara guru dan orang tua di rumah untuk keberhasilan siswanya. Seorang pendidik dan pengajar haruslah dapat mengatasi bentuk-bentuk kecemasan yang di alami oleh siswa dalam menghadapi tes. Seorang guru itu sangat berperan sekali dalam membimbing siswa. Seorang guru tidak hanya mengajar dan memberikan materi saja, apalagi sekarang di Kurikulum 2013 karakternya yang perlu di renovasi, berwawasan tinggi kalau karakternya tidak bagus tidak akan ada artinya

### KESIMPULAN

Stres yang bersifat negatif, karena stres tersebut memberikan imbas negatif maupun kurang baik pada diri siswa. Stres negatif yang timbul pada diri siswa tampak jelas dalam sebagian aspek dalam dirinya. Pada aspek fisik subjek mengeluhkan pada waktu tidur yang kurang teratur, sakit kepala, jadwal makan tidak teratur, serta kepenatan. Kecemasan pada saat transisi pembelajaran kecemasan ini adalah masalah yang sangat rentan, maka sebagai seorang pendidik sangat dianjurkan untuk mengetahui permasalahan-permasalahan yang dihadapi oleh peserta didik pada saat proses belajar dan mengajar. Kecemasan yang berlebihan adalah menjadi masalah yang besar yang akan dialami peserta didik jika tidak segera diatasi, karena peserta didik menerima dan meniru apa yang didapatkan dilingkungan pendidikan. Kecemasan Bagi siswa di harapkan sering mendengarkan dan berdiskusi kepada guru agar penjelasan yang diberikan oleh bisa dimengerti dan dipahami dengan baik.

Siswa harus bisa meningkatkan kemampuan mengingat pada saat pembelajaran disekolah terutama pada saat guru menjelaskan harus lebih memperhatikan materi-materi yang dibawakan.

### DAFTAR PUSTAKA

1. Amini NA. Impact of the Covid-19 Pandemic on the Education Sector Especially. *Jurnal Pendidikan Psikologi*. 2020;4(1):86–7.
2. Naconha AE. Analisis struktur Kovarians indeks terkait kesehatan pada orang tua di rumah dengan fokus pada rasa kesehatan subjektif. 2021;4(1):6.
3. Fanani Q, Jainurakhma J. Kemampuan Penyesuaian Diri Mahasiswa terhadap Pembelajaran Daring di Tengah Pandemi Covid-19. *Jurnal KomtekInfo*. 2020;7(4):285–92.
4. Chotimah N, Ekacahyaningtyas M, Susilaningtyas EZ, Kusuma U, Surakarta H, Kusuma U, et al. Universitas Kusuma Husada Pengaruh Braun Gym Terhadap Tingkat Stres Anak. 2021;000:1–11.
5. Alawiyah S. Manajemen Stress Dan Motivasi Belajar Siswa Pada Era Disrupsi. *AL-Idarah: Jurnal Kependidikan Islam* [Internet]. 2020;10(2):210–21. Available from: <http://ejournal.radenintan.ac.id/index.php/idaroh>
6. Suryaatmaja DJC, Wulandari ISM. Hubungan Tingkat Kecemasan Terhadap Sikap Remaja Akibat Pandemi Covid-19. *Malahayati Nursing Journal*. 2020;2(4):820–9.
7. Rahmawati S. Dampak Psikologis Pembelajaran Jarak Jauh bagi Kesehatan Mental Mahasiswa. *Angewandte Chemie International Edition*, 6(11), 951–952. 2021;5–24.
8. Barseli M, Ifdil I, Fitria L. Stress akademik akibat Covid-19. *Jurnal Penelitian Guru Indonesia*. 2020;5(2):95–9.

9. Ria, Nabila, Meidawati. Dampak Pembelajaran Daring Bagi Siswa Sekolah Dasar Selama Covid-19. *Prima Magistra: Jurnal Ilmiah Kependidikan*. 2021;2(1):9–15.
10. Zatrachadi MF. JKIP : Jurnal Kajian Ilmu Pendidikan Offline Komunikasi Guru Dalam Proses Persiapan Pembelajaran Online Kembali Offline. 2022;2(2):73–81.
11. Nurhadi. Teori kognitivisme serta aplikasinya dalam pembelajaran. 2020;2:77–95.
12. Muhyidin M. Kecemasan Siswa Sekolah Menengah Atas saat Pembelajaran Daring di Tengah Pandemi Covid-19. 2022;7(1):37–43.
13. Smp DI, Banda N. purposive sampling. 2016;1:96–109.
14. Ayu C, Sari K, Syahidin Mubarak A, Fatul Isa U, Rinjani SD, Ma'ri Fatunnafisah &. Gambaran Kecemasan Orang Tua dalam Proses Pembelajaran Jarak Jauh di Masa Pandemi Covid-19. *Jurnal Ilmiah Kependidikan*. 2021;8(2):191–201.