



Hubungan Resiliensi dengan Stres Akademik Selama Pembelajaran Tatap Muka Terbatas Siswa Pada Sekolah Menengah Atas

Ahmad Chandra Jaya^{1*}, Mirza Irawan²

^{1,2} Universitas Negeri Medan, Medan, Indonesia

Coessponding Author. E-mail: candrajaya277@gmail.com

Received: 25 May 2022 ; Revised: 2 June 2022; Accepted: 30 June 2022

Abstract: *The purpose of this study was to link resilience with academic stress during limited face-to-face learning for class XI social studies students at SMA N 12 Medan. The method in this study is a quantitative method with a correlational research design. The population in this study were students in class XI social studies. Sampling in this study used random sampling by taking 25% of all students of class XI IPS SMA N 12 Medan. The sample size is 30 students. Data collection is done by using a questionnaire. The validity of the questionnaire was obtained by using the product moment correlation and the reliability test was obtained by using the Cronbach alpha test. Test the hypothesis using the Pearson product moment formula with the help of SPSS20 for Windows. The results of the analysis showed $r = 0.605$ and $Rsquare = 0.366$ and a significance value of 0.000 ($p < 0.05$). Based on these results, a research hypothesis was proposed: "there is a relationship between resilience and academic stress". Given this negative relationship of -0.605 , it can be stated that resilience related to academic stress in limited face-to-face learning for students of SMA N 12 Medan is accepted. It is recommended that limited face-to-face learning be carried out simultaneously with increasing student resilience so that students' academic stress can be controlled.*

Keywords: Resilience; Academic Stress

Abstrak: Tujuan penelitian ini adalah menghubungkan resiliensi dengan stres akademik selama pembelajaran tatap muka terbatas siswa kelas XI IPS SMA N 12 Medan. Metode dalam penelitian ini adalah metode kuantitatif dengan desain penelitian korelasional. Populasi dalam penelitian ini adalah siswa kelas XI IPS. Pengambilan sampel dalam penelitian ini menggunakan *random sampling* dengan mengambil 25% dari seluruh siswa kelas XI IPS SMA N 12 Medan. Besar sampel adalah 30 orang siswa. Pengumpulan data dilakukan dengan menggunakan angket. Validitas angket diperoleh dengan *product moment correlation* serta uji reliabilitas diperoleh dengan uji *Cronbach alpha*. Uji hipotesis menggunakan rumus *product moment* dari pearson dengan bantuan *SPSS20 for windows*. Hasil analisis menunjukkan $r = 0.605$ dan $Rsquare = 0,366$ serta nilai signifikansi $0,000$ ($p < 0,05$). Berdasarkan hasil ini dikemukakan hipotesis penelitian: "terdapat hubungan resiliensi dengan stres akademik". Mengingat hubungan ini negatif sebesar -0.605 maka dapat dikemukakan resiliensi berhubungan dengan stres akademik pada pembelajaran tatap muka terbatas siswa SMA N 12 Medan diterima. Disarankan pada pembelajaran tatap muka terbatas dilaksanakan secara simultan dengan peningkatan resiliensi siswa sehingga stres akademik siswa dapat dikendalikan.

Kata Kunci : Resiliensi; Stres Akademik

PENDAHULUAN

Pendidikan merupakan hak setiap anak bangsa yang sudah tertera dalam Pembukaan Undang-Undang Dasar Negara Republik Indonesia Tahun 1945 pada alinea ke-4 yaitu melindungi segenap bangsa dan seluruh tumpah darah Indonesia dan untuk memajukan kesejahteraan umum, mencerdaskan kehidupan bangsa, serta ikut melaksanakan ketertiban dunia yang berdasarkan kemerdekaan, perdamaian abadi, dan keadilan sosial. Selain itu juga tertera pada Pasal 31 Ayat 1 Undang-Undang Dasar Negara Republik Indonesia Tahun 1945 yaitu "setiap warga negara berhak mendapatkan pendidikan". Dalam pasal tersebut pemerintah seharusnya mengawasi seksama bagaimana proses perkembangan pendidikan di Indonesia agar mengurangi hilangnya hak setiap warga negara untuk mendapatkan pendidikan (Putri, 2020:457).

Sejak terjadinya pandemi Covid-19 yang melanda dunia, termasuk melanda negara Indonesia, maka sebagai usaha pencegahan untuk meluasnya penyebaran Covid-19 semua kegiatan pembelajaran yang dilakukan di sekolah harus dihentikan dan dialihkan menjadi pembelajaran daring dan luring. Pembelajaran daring merupakan pembelajaran yang dilakukan secara online antara guru dan peserta. Sedangkan pembelajaran luring merupakan pembelajaran dimana peserta didik mengantarkan tugas yang diberikan oleh guru untuk diantarkan ke sekolah sesuai dengan kesepakatan antara guru dan peserta didik (Saragih, 2020:40).

Pandemi COVID-19 telah menyebabkan perubahan besar terhadap proses pendidikan di Indonesia. Berdasarkan surat edaran Kementerian Pendidikan dan Kebudayaan (Kemendikbud) no.15 tahun 2020, pemerintah Indonesia mengatur pelaksanaan pembelajaran di masa darurat COVID-19 dengan metode Pembelajaran jarak jauh (PJJ) (Kurniawan, 2020:457). Proses PJJ tidak dilakukan secara tatap muka melainkan secara dalam jaringan (daring) melalui berbagai platform yang mendukung jalannya pembelajaran di masa pandemi ini (Sekar et al., 2020:457) agar proses pembelajaran di Indonesia tetap berlangsung (Fatimah & Mahmudah, 2020:457). UNESCO Indonesia melaporkan bahwa pemberlakuan PJJ ini berdampak pada aspek sosial dan Pendidikan remaja (Fatimah & Mahmudah, 2020:457).

Proses pembelajaran jarak jauh selama penutupan sekolah akibat dampak COVID-19 tidak dapat dilaksanakan secara optimal karena berbagai keterbatasan, antara lain bahwa guru tidak dapat secara langsung memanfaatkan berbagai perangkat teknologi informasi dan komunikasi (TIK) dan platform pembelajaran online yang banyak tersedia dalam mendukung pelaksanaan pembelajaran jarak jauh, baik karena kemampuan guru, faktor ekonomi orang tua, keterbatasan akses internet, maupun tidak adanya bimbingan (Azhari & Fajri, 2021:57). Di wilayah 3T (Tertinggal, Terdepan, Terluar) terutama di daerah perbatasan pembelajaran online sulit dilakukan karena keterbatasan akses internet (Alfiandri, Kurnianingsih, & Mahadiansar, 2021:57). Kemampuan guru memanfaatkan Teknologi Informasi dan Komunikasi (TIK) dalam mengembangkan media pembelajaran online juga masih kurang (Safiah, 2017:57; Supriatna, 2021:57). Secara umum, pembelajaran online yang dipaksakan menyisakan berbagai macam persoalan, antara lain akses internet yang terbatas, kesiapan guru, dan adaptasi siswa (Lie dkk, 2020:57). Kompetensi guru memanfaatkan teknologi dan informasi dalam pembelajaran masih kurang, sehingga pemerintah mengeluarkan kebijakan pembelajaran tatap muka terbatas yang tentu saja tidak sama dengan pembelajaran tatap muka seperti biasanya dikarenakan waktu pertemuan antara guru dan mahasiswa sangat terbatas (Levitskaya & Seliverstova, 2020:57). Untuk mengoptimalkan pembelajaran tatap muka terbatas, pembelajaran harus dirancang dengan cermat dan menerapkan metode pembelajaran yang sesuai agar pembelajaran tatap muka terbatas dapat terlaksana secara optimal dan mencapai tujuan pembelajaran, karena penggunaan metode pembelajaran yang tepat dapat meningkatkan hasil belajar (Annisa & Sholeha, 2021:57; Nasution, M., 2017:57).

Model pembelajaran *Hybrid Learning* merupakan suatu model pembelajaran yang didalamnya terdapat penggabungan pembelajaran secara tatap muka dikelas dan ditambah dengan pembelajaran dengan menggunakan komputer secara *offline* dan *online* (Dwiyogo, 2018:63). Model pembelajaran *hybrid learning* juga dapat dikatakan sebagai pengkombinasian pembelajaran dikelas dengan pembelajaran online dengan memanfaatkan teknologi yang ada. *Hybrid Learning* adalah model pembelajaran yang mengintegrasikan inovasi dan kemajuan teknologi melalui *system online learning* dengan interaksi dan partisipasi dari model pembelajaran tradisional (Kaye Thorne, Kogan Page, 2003:181).

Beberapa model *Hybrid Learning* yang berkembang pada kurun waktu sekarang merupakan penggabungan dari satu atau lebih dimensi berikut: pertama, pembelajaran *Face to Face*, yakni pembelajaran yang dilaksanakan secara tatap muka di kelas, praktik yang dilaksanakan di Laboratorium, aktifitas pembelajarannya meliputi penyampaian materi, diskusi dan presentasi, latihan dan evaluasi pembelajaran atau ujian; kedua, *Synchronous Vitual Collaboration*, yakni desain

pembelajaran kolaboratif yang mana pelibatan interaksi antara pendidik dan tenaga kependidikan dilakukan pada saat yang sama. Aktivitas pembelajarannya memanfaatkan aplikasi, misalnya *Instant Messaging (IM)* atau aplikasi chat: ketiga, pembelajaran dengan *Asynchronous Virtual Collaboration*, yang mana merupakan desain pembelajaran yang melibatkan interaksi antara guru dan peserta didik. Pelaksanaannya disampaikan pada waktu yang berbeda fasilitas yang digunakan dalam aktifitas belajarnya adalah *online discussion board* atau forum diskusi dan email: keempat, model pembelajaran *Self Pace Asynchronous*, merupakan model pembelajaran yang dilakukan peserta didik dalam waktu yang berlaianan dan mandiri, materi diberikan dalam bentuk buku atau modul, latihan soal atau evaluasi pembelajaran dilakukan secara *online*.

Dari beberapa kebijakan yang selalu berubah, mulai dari pembelajaran daring, luring hingga masuk ke tahap pembelajaran tatap muka terbatas banyak fenomena yang terjadi pada dunia Pendidikan salah satunya adalah banyak murid yang mengalami stress akademik. Pembelajaran daring, luring dan tatap muka terbatas menjadi stres akademik pada remaja di masa pandemi covid. Remaja mengeluhkan terhadap banyaknya tugas dan pekerjaan rumah yang diberikan oleh guru, sulitnya interaksi kepada guru akibatnya menyulitkan dalam mengerjakan tugas dan proses tanya jawab, beserta deadline tugas yang datang secara bersamaan dengan waktu yang singkat (Oktawirawan, 2020:398). Kondisi ini meningkatkan tekanan stres akademik yang berdampak akan kemampuan akademik siswa pada saat menjalani pembelajaran daring (Fatimah & Mahmudah, 2020:398). Penelitian dalam stres akademik pada siswa telah mengungkapkan berbagai tekanan seperti manajemen waktu, tes, ujian, ketakutan akan kegagalan, dan harapan orang tua (Ang & Huan, 2006:216). Selain itu, berbagai penelitian menunjukkan beberapa stressor pada remaja, berkaitan dengan sekolah muncul sebagai sumber stres utama ketika remaja menghabiskan waktunya di dalam lingkungan sekolah. Stressor di sekolah, dilaporkan lebih banyak oleh siswa pada berbagai belahan dunia sebagai tantangan akademik seperti, tes, ujian, tugas, interaksi teman sebaya, hubungan guru dengan murid, regulasi sekolah, dan manajemen waktu (Angolla & Ongori, 2009:216).

Stres akademik adalah persepsi seseorang akan stressor akademik tentang bagaimana reaksi mereka dalam menangani stressor tersebut yang terbagi kedalam reaksi kognitif, perilaku, emosi serta fisik (Gadzella & Masten, 2005:398). Banyaknya tuntutan akademik yang diberikan di masa pandemi benar-benar berpengaruh signifikan akan stress akademik siswa, dibandingkan saat sebelum pandemi (Livana et al., 2020:399). Stres akademik akan berdampak negatif untuk dapat menurunkan prestasi akademik serta memicu perilaku maladaptif dalam diri siswa (Mosanya, 2019:399). KPAI melaporkan terdapat remaja yang memilih untuk mengakhiri hidupnya karena banyaknya tuntutan tugas serta tekanan yang belum diselesaikan dari tahun ajaran baru di masa pandemi covid (Livina et al., 2020:399).

Dilaporkan berbagai fenomena yang terjadi pada siswa di Indonesia mengenai stres akademik, salah satunya sistem belajar di sekolah yaitu penggunaan kurikulum 2013 yang dirasa menimbulkan stres akademik. Survei menunjukkan 44% pelajar merasa stres menghadapi ujian dan tugas, sedangkan 12% diliputi kegalauan akibat rasa takut tidak naik kelas (Republika.co.id). Kemudian terdapat kasus di Sumedang, yaitu terdapat belasan pelajar SMK yang mabuk karena mencampur lem dengan obat batuk cair dan alkohol di sebuah rumah kos. Setelah dilakukan pemeriksaan oleh polisi, siswa tersebut mengaku stres menjelang menghadapi ujian nasional (news.okezone.com).

Maka dibutuhkan kemampuan agar dapat beradaptasi terhadap situasi yang mengakibatkan stres serta meningkatkan fungsi psikologisnya yang disebut sebagai kemampuan resiliensi. Ungar (2012:399) menjelaskan resiliensi adalah kemampuan individu untuk dapat mengarahkan (*Navigate*) mereka supaya mendapatkan sumber daya secara budaya, fisik, psikologis serta sosial yang dapat menunjang kesejahteraan mereka, serta kemampuan dari individu untuk dapat bernegosiasi (*Negotiate*) melalui cara yang mampu diterima secara budaya, yang memberikan sumber kesehatan mental serta memberi individu kesempatan untuk dapat mengalaminya dengan cara yang bermakna secara budaya (Ungar, 2012:399).

Beberapa penelitian terkait resiliensi akademik diantaranya penelitian Frisby dkk, hasilnya yakni hubungan teman sebaya secara signifikan dan positif berkaitan dengan resiliensi akademik dan harapan siswa ketika dihadapkan dengan tantangan akademik (Frisby et al., 2020:52). Hal ini sesuai dengan teori motivasi hubungan dimana hubungan interpersonal siswa dengan guru dan teman sebaya menjadi sumber dukungan potensial yang dapat menumbuhkan resiliensi dan harapan akademik dalam menghadapi tantangan akademik.

Melihat rendahnya resiliensi yang ada di sekolah, peran bimbingan dan konseling sangat diperlukan untuk membantu siswa mencapai salah satu tugas perkembangan berdasarkan SKKPD yang terkait aspek pengembangan diri. Guru bimbingan dan konseling atau biasa disebut guru BK dapat membantu siswa untuk memiliki resiliensi yang baik untuk mengurangi tingkat stres akademik siswa. Guru BK dapat membantu pencapaian perkembangan dalam mengurangi tingkat stres akademik dengan cara peningkatan resiliensi. Guru BK perlu memberikan pemahaman kepada siswa tentang bagaimana cara untuk menghindari stres akademik. Guru BK dapat menjelaskan kepada siswa untuk dapat mengelola tugas dengan baik, kemudian belajar yang tekun agar mendapatkan nilai yang maksimal. Dengan begitu tingkat stres akademik siswa akan berkurang dan tingkat resiliensi siswa akan meningkat.

Berdasarkan observasi di SMA Negeri 12 Medan yang dilakukan selama program Pengenalan Lapangan Persekolahan, peneliti melihat banyak siswa yang masih mengalami banyak tekanan akibat dari banyaknya tugas yang diberikan oleh guru. Bahkan, ada beberapa siswa yang kurang memahami pelajaran yang diberikan oleh guru karena tuntutan kelas online sebelumnya. Beberapa siswa juga kurang memiliki kontrol yang baik dilihat dari kemampuan mereka yang kurang dalam mengelola tuntutannya, sampai mereka merasakan kelelahan, pusing, sakit kepala, mudah kelelahan dan kurang tidur. Akibatnya seluruh aspek kegiatan selama proses pembelajaran menjadi tidak optimal.

Kasus lain yang peneliti dapatkan di sekolah adalah siswa mengalami kecemasan, gelisah. Selain itu, terdapat siswa yang tidak bisa mengontrol emosinya dengan baik, jika mendapatkan suatu permasalahan siswa cenderung menyelesaikan masalah tersebut dengan emosional yang diperlihatkan kepada siswa lainnya. Hal tersebut merupakan suatu peristiwa yang peneliti temukan ketika melaksanakan observasi dengan guru bimbingan dan konseling. Hal tersebut membuat siswa menjadi stresor akademik.

METODE

Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan desain penelitian korelasional. Penelitian korelasi merupakan uji statistik untuk menentukan kecenderungan atau pola untuk dua (atau lebih) variabel atau dua kumpulan data agar bervariasi secara konsisten (Creswell & Creswell, 2018:53). Penggunaan metode korelasional ini bertujuan untuk mengetahui korelasi antar dua variabel dan seberapa besar korelasi tersebut. Penelitian korelasional dalam praktiknya perlu melalui langkah-langkah yang dijelaskan oleh Yusuf (2017:65) sebagai berikut: (1) merumuskan permasalahan; (2) mencari literasi untuk mengetahui dasar teori dan penelitian terdahulu; (3) melakukan identifikasi terhadap variabel penelitian; (4) menentukan sampel, instrumen atau alat untuk memperoleh data dan teknik analisis data yang sesuai dengan penelitian; (5) melakukan pengumpulan data; (6) mengolah dan menginterpretasi data; (7) menyusun laporan penelitian.

Penelitian ini tidak melakukan perlakuan terhadap variabel-variabel penelitian melainkan mengkaji berdasarkan fakta-fakta yang terjadi. Hubungan antara satu variabel dengan beberapa variabel dinyatakan dengan besarnya koefisien korelasi dan keberartian (signifikan) secara statistik. Penelitian ini dilaksanakan di SMA N 12 Medan pada kelas XI IPS yang berlokasi di JL. CEMPAKA NO. 75 MEDAN. Kec. Medan Helvetia, Kota Medan, Provinsi Sumatera Utara. Kode Pos: 20124. Penelitian ini dilakukan selama dua bulan pada semester genap tahun ajaran 2022 yang dimulai dari bulan Maret sampai dengan bulan Mei 2022.

Uji normalitas merupakan sebuah uji yang dilakukan dengan tujuan akan menilai sebaran data pada sebuah kelompok data maupun variabel, apakah data tersebut terdistribusi normal atau tidak. Pada penelitian ini menggunakan signifikan 5% atau 0,05. Maka jika nilai hasil lebih besar dari signifikan 0,05 maka data berdistribusi normal. Uji linearitas dilakukan untuk melihat apakah data berkorelasi secara linear, data yang berkorelasi linear merupakan syarat data dapat dianalisis menggunakan analisis linear berganda. Uji linearitas pada penelitian ini menggunakan bantuan *software* SPSS20 dengan melihat signifikan pada *output* SPSS20. Jika nilai signifikan lebih besar dari 0,06 maka kesimpulannya adalah terdapat hubungan linear variabel.

Sesuai dengan tujuan dari penelitian ini adalah ingin mengetahui hubungan resiliensi dengan stres akademik XI IPS SMA N 12 Medan maka penelitian menggunakan tehknik analisi product moment dengan bantuan SPSS20 *for windows*.

Untuk mengidentifikasi tinggi rendahnya koefisien korelasi atau memberikan interpretasi koefisien korelasi digunakan tabel kriteria pedoman untuk koefisien korelasi sesuai dengan yang ada dalam buku (Sugiyono, 2008, h. 257).

HASIL DAN PEMBAHASAN

Penelitian ini dilaksanakan di SMA N 12 Medan yang berlokasi di Jl. Cempaka No. 75 Helvetia Tengah, Kecamatan Medan Helvetia, Kabupaten Kota Medan, Provinsi Sumatera Utara. Kode Pos: 20124.

Uji linearitas pada penelitian ini menggunakan uji linearitas garis regresi pada *SPSS20 Microsoft for windows*. Dasar pengambilan keputusan linearitas adalah jika $\text{sig} > 0,05$ maka variabel memiliki hubungan yang linear. Sebaliknya jika $\text{sig} < 0,05$ maka tidak terdapat hubungan yang linear. Hasil uji linear dapat dilihat pada tabel 4.5 dibawah ini:

Tabel 1. Uji Linearitas Resiliensi dan Stres Akademik

ANOVA Table							
			Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.
Resiliensi dan Stres Akademik	Between Groups	(Combined)	14852.617	22	675.119	3.128	,063
		Linearity	5993.965	1	5993.965	27.773	,001
		Deviation from Linearity	8858.651	21	421.841	1.955	,184
	Within Groups		1510.750	7	215.821		
	Total		16363.367	29			

Hasil uji linearitas *Diviation From Linearity* diperoleh $0,184 > 0,05$. Karena nilai signifikan lebih besar daripada 0,05 maka dengan demikian dapat disimpulkan bahwa ada hubungan yang linear antara resiliensi (X) dengan stres akademik (Y) dalam penelitian ini.

Tabel 2. Uji Regresi Linear Variabel X dan Variabel Y

ANOVA ^a						
Model		Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.
1	Regression	5993.965	1	5993.965	16.185	.000 ^b
	Residual	10369.401	28	370.336		
	Total	16363.366	29			

Dari tabel 2 di atas diketahui bahwa nilai F hitung = 16.185 dengan tingkat signifikansi sebesar $0,000 < 0,05$, maka ada pengaruh variabel resiliensi (X) dengan variabel stres akademik (Y).

Tabel 3. Uji Nilai Korelasi Variabel X dan Variabel Y

Model Summary ^b				
Model	R	R Square	Adjusted R Square	Std. Error of the Estimate
1	.605 ^a	,366	,344	19.244

Tabel 3 di atas menjelaskan besarnya nilai korelasi/hubungan (R) yaitu sebesar 0.605. Dari *output* tersebut koefisien determinasi (R Square) sebesar 0,366, yang mengandung pengertian bahwa pengaruh variabel bebas (resiliensi) terhadap variabel terikat (stres akademik) adalah sebesar 36.6%.

Penelitian ini bertujuan untuk menguji “korelasi antara resiliensi siswa dengan stres akademik di SMA Negeri 12 Medan”. Berdasarkan data penelitian yang dianalisis maka dilakukan pembahasan tentang hasil penelitian sebagai berikut:

Hasil korelasi antara resiliensi dengan stres akademik sebesar -.605 yang dimana korelasi tersebut bersifat negatif. Jika hasil korelasi negatif menandakan bahwa semakin tinggi tingkat resiliensi maka akan semakin rendah tingkat stres akademik yang dialami siswa. Dari hasil tabel distribusi kategorisasi dapat diketahui bahwa besar tingkat resiliensi siswa kelas XI IPS SMA N 12 Medan berada pada kategori cukup. Hal ini diketahui dari data penelitian yang menunjukkan bahwa resiliensi siswa berada pada kategori cukup dengan persentase sebesar 83.3% dengan jumlah siswa sebanyak 25 siswa dari 30 siswa. Selanjutnya, resiliensi siswa berada pada kategori baik berada pada persentase 6.70% dengan jumlah siswa sebanyak 2 siswa dari 30 siswa dan resiliensi siswa yang berada pada kategori rendah dengan persentase sebesar 10% dengan jumlah siswa sebanyak 3 siswa dari 30 siswa. Dari penjelasan di atas dapat disimpulkan bahwa resiliensi siswa berada pada kategori cukup sebesar 83.3%.

Sedangkan variabel terikat dalam penelitian ini yaitu stres akademik siswa SMA N 12 Medan menunjukkan bahwa stres akademik siswa berada pada kategori baik sebesar 16.70% dengan jumlah siswa sebanyak 5 dari 30 siswa, selanjutnya resiliensi siswa dengan kategori cukup berada pada persentase 63.3% dengan jumlah siswa sebanyak 19 dari 30 siswa dan resiliensi siswa dengan kategori rendah berada pada persentase 20% dengan jumlah siswa sebanyak 6 dari 30 siswa. Dari penjelasan di atas dapat disimpulkan bahwa stres akademik siswa SMA Negeri 12 Medan berada pada kategori cukup dengan persentase sebesar 63.3%.

Newman (2005), menyatakan bahwa resiliensi merupakan kemampuan seseorang untuk beradaptasi saat menghadapi tragedi, trauma, kesulitan, serta stressor dalam hidup yang bersifat signifikan. Hal ini menekankan pada kemampuan seseorang untuk mampu menghadapi stress dan tekanan yang dialaminya secara efektif, mengatasi masalah sehari-hari, bangkit kembali dari kekecewaan, kesulitan dan trauma, mengembangkan tujuan yang jelas dan realistis, berinteraksi dengan nyaman dengan orang-orang disekitarnya dan mampu menghargai diri sendiri dan orang lain (Brooks, R and Goldstein, S, 2001:81).

Berdasarkan pemaparan hasil penelitian di atas peneliti menyimpulkan bahwa siswa kelas XI SMA N 12 Medan tahun ajaran 2021/2022 memiliki hubungan resiliensi dengan tingkat korelasi yang kuat sebesar -.605.

SIMPULAN

Setelah menganalisis serta membahas hasil penelitian sebagaimana yang ada pada bab empat, maka ditarik kesimpulan, interpretasi hasil uji korelasi memperlihatkan adanya hubungan antara kedua variabel. Korelasi antara resiliensi dengan stres akademik menghasilkan nilai -.605 yang berarti memiliki nilai hubungan dengan level korelasi kuat karena berada antara nilai 0,60 – 0,799. Nilai signifikansi berada dalam rentang angka 0,000 yang berarti $< 0,05$ dimana terdapat hubungan korelasi negatif antara resiliensi dengan stres akademik sebesar -.605 dalam penelitian ini.

Rata-rata siswa kelas XI di SMA N 12 Medan memiliki tingkat resiliensi dengan kategori baik dengan persentase sebesar 6.70% selanjutnya tingkat resiliensi dengan kategori cukup sebesar 83.3%. Kemudian sebanyak 10% dengan kategori rendah dimiliki oleh siswa SMA N 12 Medan dengan tingkat resiliensi rendah. Rata-rata siswa kelas XI di SMA N 12 Medan memiliki tingkat stres akademik dengan kategori baik sebesar 16.70% kemudian tingkat stres akademik dengan kategori

cukup sebesar 63.3%. Kemudian dengan kategori rendah sebesar 20% dengan tingkat stres akademik yang dialami siswa kelas XI IPS SMA N 12 Medan.

Dapat diartikan bahwa korelasi negatif yang dihasilkan akan ditunjukkan dengan semakin tingginya tingkat resiliensi siswa, maka semakin rendah tingkat stres akademiknya. Begitu pula sebaliknya, semakin rendah tingkat resiliensi siswa, maka semakin tinggi tingkat stres akademik siswa. Maka dapat peneliti simpulkan adanya hubungan negatif antara resiliensi dengan stres akademik pada siswa kelas XI di SMA N 12 Medan.

REFERENSI

- Atqia, Wirani, Bahrul Latif, and Iain Pekalongan. 2021. "Efektifitas Media Whatsapp Group Dalam Pembelajaran Pendidikan Agama Islam (Pai) Di Sma Kabupaten Batang Pada Masa Pandemi Covid-19." *Edification* 4.
- Barseli, Mufadhal, Riska Ahmad, and Ifdil Ifdil. 2018. "Hubungan Stres Akademik Siswa Dengan Hasil Belajar." *Jurnal EDUCATIO: Jurnal Pendidikan Indonesia* 4(1): 40.
- Barseli, Mufadhal, Ifdil Ifdil, and Linda Fitria. 2020. "Stress Akademik Akibat Covid-19." *JPGI (Jurnal Penelitian Guru Indonesia)* 5(2): 95.
- Barseli, Mufadhal, Ifdil Ifdil, and Nikmarijal Nikmarijal. 2017. "Konsep Stres Akademik Siswa." *Jurnal Konseling dan Pendidikan* 5(3): 143–48.
- Budiyati, Gani Apriningtyas, and Eka Oktavianto. 2020. "Stres Dan Resiliensi Remaja Di Masa Pandemi Covid-19 (Stress and Adolescent Resilience during the Covid-19 Pandemic)." *Husada Mahakam : Jurnal Kesehatan* 10(2): 11–18.
- Deswanda, R. (2019). *Faktor-Faktro Yang Mempengaruhi Resiliensi Remaja Yayasan Sosial Di Jakarta Selatan* (Skripsi). Jakarta: Universitas Islam Negeri Syarif Hidayatullah.
- Hendrayati, H. & Budhi Pamungkas. 2013. "Implementasi Model Hybrid Learning Pada Proses Pembelajaran Mata Kuliah Statistika Ii Di Prodi Manajemen Fpeb Upi." *Jurnal Penelitian Pendidikan* 13(2).
- Koroh, Yunita Anggerina, and Megah Andriany. 2020. "Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Resiliensi Warga Binaan Pemasarakatan Pria: Studi Literatur." *Holistic Nursing and Health Science* 3(1): 64–74.
- Maesaroh, S., E. Sunarti, and I. Muflikhati. 2019. "Ancaman, Faktor Protektif, Dan Resiliensi Remaja Di Kota Bogor." *Jurnal Ilmu Keluarga dan Konsumen* 12(1): 63–74.
- Makhin, M. 2021. "MUDIR (Jurnal Manajemen Pendidikan) HYBRID LEARNING: MODEL PEMBELAJARAN PADA MASA PANDEMI DI SD NEGERI BUNGURASIH WARU SIDOARJO." *MUDIR : Jurnal Manajemen Pendidikan* 3(2). <http://ejournal.insud.ac.id/index.php/mpi/index>.
- Meiranti, Etika, and Anwar Sutoyo. 2021. "Hubungan Antara Kecerdasan Spiritual Dengan Resiliensi Akademik Siswa SMK Di Semarang Utara." *Indonesian Journal of Counseling and Development* 2(2): 119–30.
- Missasi, Vallahatullah, and Indah Dwi Cahya Izzati. 2019. "Faktor – Faktor Yang Mempengaruhi Resiliensi." *Prosiding Seminar Nasional Magister Psikologi Universitas Ahmad Dahlan* (2009): 433–41.
- Nafrin, Irinna Aulia, and Hudaidah Hudaidah. 2021. "Perkembangan Pendidikan Indonesia Di Masa Pandemi Covid-19." *Edukatif: Jurnal Ilmu Pendidikan* 3(2): 456–62.
- Rahayu, Esti W, and Miftah E A Djabbar. 2019. "Peran Resiliensi Terhadap Stres Akademik Siswa SMA." *Naskah Prosiding Temilnas XI IPPI* (September): 20–21. https://scholar.google.com/scholar?hl=id&as_sdt=0%2C5&q=Peran+Resiliensi+Terhadap+Stres+Akademik+Siswa&btnG=.
- Rahayu, Reka Adesty, Sulisworo Kusdiyati, and Ihsana Sabriani Borualogo. 2021. "Pengaruh Stress Akademik Terhadap Resiliensi Pada Remaja Di Masa Pandemi COVID-19." *Prosiding*

- Psikologi* 0(0): 398–403. <http://karyailmiah.unisba.ac.id/index.php/psikologi/article/view/28372>.
- Ramdhani, T, I G P Suharta, and I G P Sudiarta. 2020. “Pengaruh Model Pembelajaran Hybrid Learning Berbantuan Schoology Untuk Meningkatkan Prestasi Belajar Matematika Siswa Kelas Xi Sman 2 Singaraja.” *Jurnal Pendidikan Matematika Undiksha* 11(2): 62–68.
- Rigina Sonia, Permata, Hellena Deli, and Program Studi Ilmu Keperawatan. 2021. “Hubungan Resiliensi Akademik Dengan Tingkat Stres Dalam Mengerjakan Skripsi Pada Mahasiswa Keperawatan Tingkat Akhir Universitas Riau.” *JOM Fkp* 8(2): 37–45.
- ROFINGAH, SITI. 2021. “Upaya Meningkatkan Hasil Belajar Siswa Pada Mata Pelajaran Matematika Dengan Pembelajaran Tatap Muka Terbatas Melalui Metode Blended Learning Pada Masa Pandemi Covid-19.” *EDUCATOR: Jurnal Inovasi Tenaga Pendidik dan Kependidikan* 1(2): 168–73.
- Septiana, Nila Zaimatus. 2021. “Hubungan Antara Stres Akademik Dan Resiliensi Akademik Siswa Sekolah Dasar Di Masa Pandemi Covid-19.” *SITTAH: Journal of Primary Education* 2(1): 49–64.
- Septiani & Fitria. 2016. “Hubungan Antara Resiliensi Dengan Stres Pada Mahasiswa Sekolah Tinggi Kedinasan.” *Jurnal Penelitian Psikologi* 07(02): 59–76.
- Siregar, Ayu Mora Lestari. 2020. “Gambaran Stres Akademik Siswa Kelas X SMA Negeri 1 Tebing Tinggi.” *Skripsi*: 74.
- Siregar, L. (2020). *Gambaran Stres Akademik Siswa Kelas X SMA Negeri 1 Tebing Tinggi* (Skripsi). Medan: Sumatera Utara
- Supriatna, Ucup. 2021. “Flipped Classroom: Metode Pembelajaran Tatap Muka Terbatas Pada Masa Pandemi Covid-19.” *Ideas: Jurnal Pendidikan, Sosial, dan Budaya* 7(3): 57.
- Teni, and Agus Yudiyanto. 2021. “Pengaruh Motivasi Belajar Terhadap Hasil Belajar Siswa Kelas VII SMP Negeri 2 Kedokan Bunder Kabupaten Indramayu.” *Jurnal Pendidikan Indonesia* 2(1): 105–17.
- Yuliani, Silvia, Efri Widiarti, and Sheizi Prista Sari. 2018. “Resiliensi Remaja Dalam Menghadapi Perilaku Bullying.” *Jurnal Keperawatan BSI* 6(1): 77–86.