

ORIGINAL ARTIKEL**HUBUNGAN TINGKAT STRESS PADA MASA STUDY FROM HOME PANDEMI COVID -19 DENGAN HASIL PRESTASI BELAJAR SISWA***Stress Level Relationship During The Study From Home Pandemic COVID -19 With Learning Achievements*Hubertus Agung Pambudi^{1*}, Aldo Septa Chandra Pratama², Kandar³^{1,3} Program Studi Ilmu Keperawatan, STIKes St.Elisabeth, Semarang, Jawa Tengah, Indonesia² Mahasiswa S1 Ilmu Keperawatan, STIKes St.Elisabeth, Semarang, Indonesia*Korespondensi: hagungpambudi@gmail.com**INFO ARTIKEL**

Riwayat Artikel:
Diterima: 27 Mei 2022
Disetujui: 25 Juni 2022

Kata Kunci:
Belajar
Prestasi
Stres

ABSTRAK

Latar Belakang: Pembelajaran *online* merupakan suatu kegiatan belajar yang membutuhkan jaringan internet dengan konektivitas, aksesibilitas dan fleksibilitas. Prestasi belajar dapat dipengaruhi oleh beberapa faktor, faktor internal dan faktor eksternal. Faktor internal adalah faktor yang datang dari siswa itu sendiri seperti faktor jasmani (kesehatan), faktor psikologis (perhatian, minat, bakat, dan motivasi), serta faktor kelelahan. Faktor eksternal adalah faktor yang datang dari luar diri siswa, contohnya seperti faktor lingkungan dan sekolah, pada sisi lain faktor sekolah atau metode pembelajaran berpengaruh pada prestasi akademis seorang siswa.

Tujuan: Penelitian untuk membuktikan adanya hubungan tingkat stress pada masa study from home dengan hasil prestasi belajar siswa kelas VII SMP Setiabudhi Semarang. **Metode:** Desain penelitian kuantitatif cross sectional. Sampel penelitian 121 responden dengan menggunakan metode non probability sampling dengan teknik total sampling. Data diperoleh dengan menggunakan kuesioner *Educational Stres Scale Adolescent*, uji validitas menggunakan r-pearson dengan nilai koefisien validitas $\geq 0,3$ Koefisien alpha untuk setiap faktor berkisar dari 0,66-0,75, uji reliabilitas menggunakan metode coefficient-alpha (Cronbach's alpha) dengan koefisien alfa sebesar 0,81 ($\geq 0,7$), dan hasil prestasi siswa, Data dianalisis menggunakan uji Chi - Square. **Hasil:** Uji Chi - Square menunjukkan hubungan yang signifikan dengan nilai p value 0,003 yang artinya ($p < 0,05$). **Kesimpulan:** Terdapat hubungan tingkat stress pada masa *study from home* dengan hasil prestasi belajar siswa kelas VIII SMP Setiabudhi Semarang.

ARTICLE INFO*Article history:**Received:* 27 Mei 2022*Accepted:* 25 Juni 2022*Key Words:**Learning**Achievement**Stress*

ABSTRACT

Background: Online learning is a learning activity that requires an internet network with connectivity, accessibility and flexibility. Learning achievement can be influenced by several factors, internal factors and external factors. Internal factors are factors that come from the students themselves such as physical factors (health), psychological factors (attention, interest, talent, and motivation), and fatigue factors. While external factors are factors that come from outside the student, for example, such as environmental and school factors, on the other hand school factors or learning methods affect a student's academic achievement.

Objective: The purpose of this research is to prove that there is a relationship between stress levels during the study from home period with the learning achievement of seventh grade students of SMP Setiabudhi Semarang. **Method:** The design of this research is quantitative cross sectional. The research sample was 121 respondents using a non-probability sampling method with a total sampling technique. Data were obtained using the Educational Stress Scale Adolescent questionnaire, Validity test using r-Pearson with a validity coefficient value of 0.3 The alpha coefficient for each factor ranges from 0.66-0.75, the reliability test uses the alpha-coefficient method (cronbach's alpha) with an alpha coefficient of 0.81 ($\geq 0,7$), and student achievement results. Data were analyzed using the Chi-Square test. **Result:** Test results chi-square show value p value 0.003 ($p < 0.05$), which means that there is a relationship between stress levels during the study from home period with the results of student achievement in class VIII SMP Setiabudhi Semarang. **Conclusion:** There is a relationship between stress levels during the Study From Home period with the results of student achievement in class VIII SMP Setiabudhi Semarang.

LATAR BELAKANG

Kasus COVID-19 muncul dan menyerang pertama kali kedalam tubuh manusia di provinsi Wuhan, China. Tenaga medis awalnya menduganya dengan penyakit pneumunia dikarenakan gejala umumnya seperti flu, batuk, demam, lelah, letih, sesak nafas serta adanya penurunan nafsu makan pada orang yang terpapar. Namun setelah dilakukan pemeriksaan lebih lanjut virus ini dapat berkembang dengan cepat hingga menyebabkan terjadinya infeksi pada organ, kondisi tersebut biasanya terjadi pada pasien yang sebelumnya memiliki riwayat kesehatan yang kurang baik (Widiyani, 2020). Organisasi Kesehatan Duniatelah mengumumkan dan menetapkan COVID-19 ini sebagai pandemi pada tanggal 11 Maret 2020. Status pandemi tersebut menandakan bahwa penyebaran COVID-19 berlangsung sangat cepat hingga hampir tidak ada negara di dunia yang dapat memastikan terhindar dari virus COVID-19. Dalam waktu kurang dari 3 bulan, COVID-19 telah menginfeksi lebih dari 126.000 orang di 123 negara, dari Asia, Eropa, AS, hingga Afrika Selatan (Putri, 2020). Peningkatan jumlah kasus COVID-19 di Indonesia terjadi dalam waktu yang singkat, update terakhir dari Satgas penanganan COVID-19 di Indonesia pada 7 Desember 2020 kasus positif 581.550 sembuh 4729.202 dan korban jiwa atau meninggal sebanyak 17.867 (Gugus Tugas Percepatan Penanganan COVID-19, 2020). Data COVID-19 di Semarang pada tanggal 7 Desember 2020 kasus positif sebanyak 15.576 jiwa, sembuh 10.432 jiwa dan korban meninggal sebanyak 887 jiwa (Pemerintah Kota Semarang, 2020).

Indonesia membutuhkan penanganan serta kebijakan dari pemerintah untuk menghambat dan mengurangi peningkatan kasus virus COVID-19 di Indonesia, dikarenakan virus ini dapat dengan mudah menyerang dan menginfeksi siapaun tanpa memandang usia, virus ini dapat menular dengan mudah dengan cara kontak dengan penderita. Hingga saat ini belum ditemukan obat ataupun vaksin untuk menangani kasus ini. Munculnya alasan inilah pemerintah memutuskan untuk menerapkan isolasi total (Kementerian Hukum Dan Hak Asasi Manusia Republik Indonesia, 2020). Pembatasan kegiatan atau pemisahan seseorang yang terpapar penyakit menular yang sebagaimana ditetapkan dalam peraturan perundang-undangan meskipun belum menunjukkan gejala guna mencegah kemungkinan terjadinya penyebaran ke orang disekitar kita (Kementerian Hukum Dan Hak Asasi Manusia Republik Indonesia, 2018). Perserikatan Bangsa Bangsa (PBB) menyatakan bahwa salah satu sektor yang terdampak adanya wabah ini adalah sektor pendidikan. Kementrian Pendidikan dan Kebudayaan Pemerintah telah melarang sekolah maupun perguruan tinggi untuk melaksanakan pembelajaran tatap muka dan memerintahkan untuk menyelenggarakan pembelajaran secara *online* (Kemdikbud, 2020). Pembelajaran tatap muka yang mengumpulkan banyak siswa di dalam kelas ditinjau ulang pelaksanaannya. Pembelajaran harus diselenggarakan dengan skenario yang mampu mencegah berhubungan secara fisik antara siswa dengan pengajar maupun siswa dengan siswa, Pembelajaran dituntut untuk dapat dilakukan secara *online* (Firman & Rahayu, 2020).

Pembelajaran *online* merupakan suatu kegiatan belajar yang membutuhkan jaringan internet dengan konektivitas, aksesibilitas dan fleksibilitas. Berbagai media juga dapat digunakan untuk mendukung pelaksanaan pembelajaran secara online.

Misalnya kelas-kelas virtual menggunakan layanan *Google Classroom*, *WhatsApp* (Purwanto et al., 2020). Penelitian telah membuktikan bahwa banyak pelajar yang menggunakan laptop dan smartphone dalam pembelajaran. Kemampuan laptop dan telepon pintar untuk mengakses internet memungkinkan pelajar untuk mengikuti kegiatan belajar mengajar yang dilaksanakan dalam bentuk konferensi video maupun yang dilaksanakan dalam kelas-kelas *online* menggunakan layanan aplikasi - aplikasi. pembelajaran yang tersedia secara *online* (Widhirahmadi, 2013). Kebijakan pemerintah mengenai pembelajaran secara *online* tentunya membuat siswa merasa stres untuk menjalani aktivitas yang tidak seperti biasanya, belum lagi ditambah banyaknya tugas yang harus di kerjakan oleh siswa saat dirumah. Orang tua mengharapkan anaknya mampu memperoleh prestasi belajar yang baik. Prestasi belajar semakin terasa penting karena memiliki beberapa fungsi utama seperti prestasi belajar sebagai indikator kualitas dan kuantitas pengetahuan yang sudah dipahami dan dikuasai oleh siswa, prestasi belajar sebagai bahan informasi dalam inovasi pendidikan dikarenakan prestasi belajar tersebut bisa mendorong siswa untuk meningkatkan mutu pendidikan, dan prestasi belajar juga dijadikan sebagai indikator daya serap yang baik (kecerdasan) bagi para siswa (Arifin & Latifah, 2013).

Prestasi belajar merupakan hasil yang didapatkan siswa usai mengikuti suatu latihan pembelajaran atau pendidikan yang hasilnya bisa ditentukan dengan pemberian tes pada akhir pendidikan. Dengan demikian dapat dikatakan jika prestasi belajar siswa merupakan tolak ukur dari suatu keberhasilan proses pembelajaran yang sudah dilakukan oleh siswa (Hamalik, 2013). Prestasi belajar dapat dipengaruhi oleh beberapa faktor, yaitu faktor internal dan faktor eksternal. Faktor internal adalah faktor yang datang dari siswa itu sendiri seperti faktor jasmani (kesehatan), faktor psikologis (perhatian, minat, bakat, dan motivasi), serta faktor kelelahan. Sedangkan faktor eksternal adalah faktor yang datang dari luar diri siswa, contohnya seperti faktor lingkungan dan sekolah, pada sisi lain faktor sekolah atau metode pembelajaran berpengaruh pada prestasi akademis seorang siswa (Hamalik, 2013). Kecerdasan intelektual bukanlah satu-satunya faktor yang mempengaruhi hasil prestasi seseorang, namun ada faktor internal lainnya yang bisa mempengaruhi hasil prestasi belajar seorang siswa, salah satunya adalah faktor stress.

Seseorang yang mengalami stress akan menjadi sulit untuk berkonsentrasi penuh, rasa sulit untuk berkonsentrasi tersebut dapat menurunkan kualitas belajar seorang siswa yang berdampak pada penurunan hasil prestasi. Stress dapat muncul ketika harapan siswa terhadap pencapaian prestasi meningkat dan kemampuan siswa untuk mencapainya, sehingga kondisi tersebut dapat memicu respon dalam diri seorang siswa baik secara fisik maupun psikologis (Barseli, Ahmad, & Ifdil, 2018). Penelitian tentang pembelajaran *online* terhadap stress akademik mahasiswa selama pandemi COVID-19 menemukan terdapat pengaruh yang signifikan penggunaan metode pembelajaran *online* terhadap stress mahasiswa (Andiarna & Kusumawati, 2020).

Data yang diperoleh di SMP Setiabudhi Semarang terdapat 121 siswa kelas VIII yang telah melaksanakan metode Study From Home atau belajar *online* yang

dimulai dari bulan Juli 2019. Berdasarkan hasil wawancara dengan 8 siswa kelas VIII yang telah melakukan study from home, siswa merasa terbebani dengan banyaknya tugas selama melakukan metode pembelajaran secara *online*, karena merasa terbebani dan merasa rumit dengan adanya kebijakan study from home atau belajar secara *online* akhirnya menimbulkan rasa stress. Siswa mengatakan bahwa, selama study from home membuat mereka sulit untuk memahami penjelasan dari guru, sulit konsentrasi saat belajar dan pelajaran menjadi lebih sulit sehingga saat ujian sering remedial dan nilai mereka juga banyak yang turun, seperti nilai matematika, Bahasa Inggris, IPA dan IPS. Siswa yang mengeluh rumit dan merasa stress dengan adanya kebijakan yang dikeluarkan oleh pemerintah mengenai Study From Home atau belajar secara *online*.

TUJUAN

Tujuan penelitian ini adalah mengetahui hubungan Tingkat Stress Pada Masa Study From Home Dengan Hasil Prestasi Belajar Siswa Kelas VIII SMP Setiabudhi Semarang.

METODE

Penelitian ini merupakan penelitian kuantitatif dengan deskriptif analitik yang menggunakan pendekatan *cross-sectional*. Variabel dependen dan independen diidentifikasi pada satu satuan waktu (Nursalam, 2016). Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh siswa siswi kelas VIII SMP Setiabudhi sebanyak 121 orang. Teknik pengambilan sampel yang digunakan dalam penelitian ini adalah *total sampling*. Kriteria inklusi pada penelitian ini yaitu siswa dan siswi kelas VIII SMP Setiabudhi yang menjalani *study from home*; bersedia menjadi responden penelitian dengan menandatangani lembar *informed consent*. Sedangkan kriteria eksklusinya adalah siswa dan siswi yang sakit atau dirawat di rumah sakit; siswa dan siswi yang terpapar COVID-19; siswa dan siswi menjalani isolasi mandiri. Penelitian dilakukan di SMP Setiabudhi Semarang pada tanggal 21-25 Agustus 2021.

Penelitian ini menggunakan Kuesioner *Educational Stress Scale Adolescent* (ESSA) yang merupakan kuesioner untuk menilai tingkat stress belajar pada remaja. Uji validitas menggunakan *r-pearson* dengan nilai koefisien validitas $\geq 0,3$. Koefisien alpha untuk setiap faktor berkisar dari 0,66-0,75, dan sebagian besar berada di atas kriteria untuk tingkat keandalan yang dapat diterima. Hasil uji reliabilitas menggunakan metode *coefficient-alpha* (Cronbach's alpha) dengan koefisien alfa sebesar 0,81 ($\geq 0,7$) (Maulana, Dewi, & M. N, 2020; Sodiq, Maharani, Nisa, Satria, & Faizah, 2020). Rentang penilaian terhadap hasil atau nilai yang telah dicapai siswa siswi kelas VIII SMP Setiabudhi Semarang yang menyangkut ranah kognitif, afektif, dan psikomotorik yang telah dinyatakan dalam hasil akhir atau raport semester 1 kelas 8 Tahun 2021. Kuesioner ESSA dijawab oleh responden dengan memberikan memilih pilihan jawaban yang berupa skala likert Sangat setuju SS =5 Setuju (S)=4 Netral (N)= 3 Tidak setuju (TS)= 2 Sangat tidak setuju (STS)= 1 pada google form yang telah dibagikan. Akhir kesimpulan skor pada kuesioner ESSA dengan menjumlahkan secara keseluruhan jawaban pada setiap item pertanyaan dengan skor

≤ 32 stress belajar rendah, 33 - 64 dinyatakan stress belajar sedang, ≥ 65 stress belajar tinggi. Penilaian prestasi belajar siswa dilakukan dengan menggunakan lembar catatan nilai akhir semester. Pada skoring hasil prestasi yaitu dengan cara menjumlahkan semua nilai responden pada saat masa *study from home* setelah itu dirata-ratakan dan hasil akan dikategorikan dengan 0-59=kurang, 60-70=cukup, 75-89=baik, 90-100=sangat baik (Maulana et al., 2020).

Analisis univariat adalah analisis yang menggunakan dua variabel yaitu variabel bebas dan variabel terikat. Dilakukan dengan tujuan menggambarkan tiap variabel yang diteliti secara terpisah dengan cara membuat tabel distribusi frekuensi dari masing-masing karakteristik responden berupa jenis kelamin, usia, kepemilikan *handphone*. Analisis bivariat adalah analisis yang digunakan untuk mengetahui hubungan antara variabel bebas dengan variabel terikat dengan menggunakan uji statistik. Analisis bivariat menggunakan uji *Spearman-Rho*. Penyajian data dalam bentuk tabel.

HASIL

Adapun gambaran distribusi responden sebagai berikut :

Tabel 1. Karakteristik Responden (n=121)

Karakteristik Responden	f(%)
Jenis Kelamin	
Laki-Laki	53(43,8)
Perempuan	68(56,2)
Usia	
13 tahun	49(40,5)
14 tahun	72(59,5)
Kepemilikan Handphone	
Milik sendiri	112(92,6)
Orang tua	9(7,4)
Jaringan Data	
Kuota Internet	57(47)
Wifi	64(53)

Berdasarkan tabel 1 tentang karakteristik berdasarkan jenis kelamin responden yang paling banyak adalah perempuan sebanyak 68 responden (56,2 %). Karakteristik usia responden yang paling banyak adalah usia 14 tahun sebanyak 72 responden lansia muda (59,5 %). Kepemilikan handphone responden yang paling banyak adalah milik sendiri sebanyak 112 responden (92,6 %).

Tabel 2. Hubungan Tingkat Stress Terhadap Hasil Belajar Siswa (n=121)

Prestasi Belajar	Tingkat Stress			Total f(%)	P-value
	Ringan f(%)	Sedang f(%)	Tinggi f(%)		
Kurang	6(5)	12(9,9)	22(18,2)	40(33,1)	0,003
Cukup	7(5,8)	8(6,6)	20(16,5)	35(28,9)	
Baik	10(8,3)	10(8,3)	2(1,7)	22(18,2)	
Sangat baik	10(8,3)	7(5,8)	7(5,8)	24(19,8)	

Berdasarkan tabel 2 menunjukkan responden dengan hasil prestasi kurang dengan tingkat stress tinggi berjumlah 22 responden (18,2%), kemudian siswa dengan hasil prestasi cukup dengan tingkat stress tinggi berjumlah 20 responden (16,5%), kemudian siswa dengan hasil prestasi baik dengan tingkat stress ringan berjumlah 10 responden (8,3%), kemudian siswa dengan hasil prestasi sangat baik dengan tingkat stress ringan berjumlah 10 responden (8,3%). Berdasarkan hasil uji *Chi Square* didapatkan nilai *p-value* = 0,003 ($p < 0,05$), sehingga dapat disimpulkan berarti terdapat hubungan tingkat stress pada masa *study from home* dengan hasil prestasi belajar siswa kelas VIII SMP Setiabudhi Semarang.

PEMBAHASAN

Hasil dalam penelitian ini, menunjukkan bahwa mayoritas siswa kelas VIII SMP Setiabudhi Semarang mayoritas perempuan dibandingkan dengan laki-laki. Berdasarkan penelitian sebelumnya ditemukan jenis kelamin memberikan pengaruh sebesar 1,9% terhadap stres akademik. Siswa laki-laki memiliki kecenderungan untuk lebih mudah mengalami stres psikologis dibandingkan dengan siswi perempuan atau individu yang berjenis kelamin perempuan. Hal ini karena adanya patomekanisme hormon testosteron yang dapat dikonversi dan menghasilkan zat kimia yang dinamakan dengan kortisol yang akan mempengaruhi lobus frontal pada otak manusia dan menyebabkan stres (Maryama, 2015). Penelitian lain menunjukkan bahwa jenis kelamin perempuan mengalami stres berat sebanyak 2,2 kali dibandingkan dengan jenis kelamin laki-laki. Hal ini dapat disebabkan karena laki-laki lebih aktif dan eksploratif dibandingkan perempuan, sehingga perempuan cenderung lebih mudah cemas dan lebih sensitive (Kountul, Kolibu, & Korompis, 2018).

Usia 12 sampai 15 tahun termasuk usia remaja awal. Remaja awal memiliki pengendalian diri yang belum sempurna, sehingga diusia remaja awal rentan terkena tekanan. Usia remaja awal merupakan salah satu dari kategori usia remaja, sedangkan usia remaja adalah masa transisi dari anak-anak menuju kedewasaan (Saputro, 2018). Rata-rata stress pada usia 13 tahun dan 12 tahun yaitu sedang. Kecemasan atau stress sering terjadi pada laki-laki bila tumbuh kembang belum tiba yaitu sebelum umur 13,5 tahun (Soetjiningsih, 2013).

Pada era pandemi, *smartphone* menjadi salah satu sarana sebagai media pembelajaran yang cocok bagi siswa dalam belajar yang berdasarkan belajar jarak jauh. Media pembelajaran secara umum berdasarkan teori yang telah dipaparkan adalah alat bantu dalam proses belajar dan mengajar. Segala sesuatu yang dapat

dipergunakan untuk merangsang pikiran, perasaan, perhatian dan kemampuan atau keterampilan pembelajaran melalui kegiatan komunikasi dan sehingga dapat mendorong terjadinya proses belajar dapat dikatakan sebagai media pembelajaran. Media digunakan sebagai sumber belajar yang dapat memberikan pemahaman yang nyata bagi peserta didik, jenis media yang banyak digunakan dalam kegiatan pembelajaran adalah jenis multimedia (Maknuni, 2020). Sebuah penelitian menemukan 72% responden mahasiswa mengalami stres akademik (Kusnayat, Hifzul Muiz, Sumarni, Salim Mansyur, & Yuliati Zaqiah, 2020).

Stres mempunyai arti sendiri bagi setiap orang, dimana hampir semua orang mengalami satu tingkat stres yang rumit dan kompetitif namun tidak selalu mendukung. Secara teknis, stres merupakan respon tubuh yang tidak spesifik terhadap setiap kebutuhan tubuh yang terganggu, akan berdampak secara total pada individu yaitu terhadap fisik, psikologis, intelektual, sosial dan spiritual (Adrian, Putri, & Suri, 2021). Stres akademik mengacu pada suatu kondisi psikologis yang tidak menyenangkan, serta terjadi karena harapan dalam akademik seseorang yang berasal dari orang tua, guru/dosen, teman sebaya dan anggota keluarga lainnya. Tidak hanya harapan, tetapi juga berasal dari tekanan dari orang tua untuk prestasi akademik (Sarita & Sonia, 2015). Penelitian menemukan, kecemasan siswa dapat memberikan pengaruh negative pada prestasi belajarnya (Pratiwi & Manurung, 2019). Kecemasan menjadi salah satu faktor yang berpengaruh terhadap hasil belajar siswa (Suswitha, Arindari, Aini, & Astuti, 2022). Namun, perasaan cemas yang dirasakan siswa bukanlah sebuah kelainan kejiwaan tetapi merupakan sebuah akibat dari sebuah proses adaptasi dengan kondisi yang baru (Chodijah, Nurjannah, Yuliyanti, & Kamba, 2020). Kecemasan siswa pada saat pembelajaran *online* selama pandemi COVID-19 adalah beban tugas yang lebih banyak, situasi lingkungan sekitar saat mengikuti pembelajaran, konsentrasi, dan waktu belajar siswa (Ilahi, Rachma, Janastri, & Karyani, 2021). Siswa dapat merasakan kecemasan sendiri, dimana individu merasa ketakutan ataupun perasaan tidak nyaman, tidak percaya diri, konsentrasi belajar menurun yang dapat mempengaruhi prestasi belajar (Rusip & Boy, 2020).

KESIMPULAN

Terdapat korelasi antara tingkat stress mahasiswa dengan prestasi belajar selama melakukan perkuliahan dari rumah. Orang tua memiliki peran penting dalam mengawasi dan memotivasi anak untuk menjadi lebih baik tanpa ada tekanan dalam pencapaian belajar selama masa pembelajaran dari rumah. Penelitian ini dilakukan selama masa pandemi COVID-19 sehingga terdapat keterbatasan seperti peneliti tidak bisa melihat secara langsung proses pengisian kuisioner dan proses pengumpulan data tidak sesuai dengan waktu yang sudah ditentukan oleh peneliti karena menggunakan *google form*.

DAFTAR PUSTAKA

Adrian, F. A., Putri, V. S., & Suri, M. (2021). Hubungan Belajar Online di Masa Pandemi Covid 19 dengan Tingkat Stress Mahasiswa S1 Keperawatan STIKes

- Baiturrahim Jambi. *Jurnal Akademika Baiturrahim Jambi*, 10(1), 66. <https://doi.org/10.36565/jab.v10i1.276>
- Andiarna, F., & Kusumawati, E. (2020). Pengaruh Pembelajaran Daring terhadap Stres Akademik Mahasiswa Selama Pandemi Covid-19. *Jurnal Psikologi*, 16(2), 139. <https://doi.org/10.24014/jp.v16i2.10395>
- Arifin, Z., & Latifah, P. (2013). *Evaluasi Pembelajaran : Prinsip, Teknik, Prosedur* (5th ed.). Bandung: Remaja Rosdakarya.
- Barseli, M., Ahmad, R., & Ifdil, I. (2018). Hubungan stres akademik siswa dengan hasil belajar. *Jurnal EDUCATIO: Jurnal Pendidikan Indonesia*, 4(1), 40. <https://doi.org/10.29210/120182136>
- Chodijah, M., Nurjannah, D. S., Yuliyanti, A. Y., & Kamba, M. (2020). SEFT Sebagai Terapi Mengatasi Kecemasan Menghadapi Covid-19. In *Karya Tulis Ilmiah LPPM UIN Sunan Gunung Djati Bandung*. Bandung. Retrieved from <http://digilib.uinsgd.ac.id/id/eprint/30760>
- Firman, F., & Rahayu, S. (2020). Pembelajaran Online di Tengah Pandemi Covid-19. *Indonesian Journal of Educational Science (IJES)*, 2(2), 81-89. <https://doi.org/10.31605/ijes.v2i2.659>
- Gugus Tugas Percepatan Penanganan COVID-19. (2020). Infografis COVID-19 (24 Juni 2020). Retrieved June 21, 2021, from Berita Terkini website: <https://covid19.go.id/p/berita>
- Hamalik, O. (2013). *Proses Belajar Mengajar*. Jakarta: Bumi Aksara.
- Ilahi, A. D. W., Rachma, V., Janastri, W., & Karyani, U. (2021). The Level of Anxiety of Students during the Covid-19 Pandemic. *Proceeding of Inter-Islamic University Conference on Psychology*, 1(1), 1-6. Sidoarjo: Universitas Muhammadiyah Sidoarjo.
- Kemdikbud. (2020). *Surat Ederan Nomor 1 Tahun 2020 Tentang Pencegahan Penyebaran COVID-19 Di Perguruan Tinggi, Kementrian Pendidikan Dan Kebudayaan*. Jakarta.
- Kementerian Hukum Dan Hak Asasi Manusia Republik Indonesia. Undang Undang Nomor 6 tahun 2018 tentang Keekarantinaan Wilayah. , Pub. L. No. 6/2018, Database Peraturan RI (2018). Indonesia: Kementerian Hukum Dan Hak Asasi Manusia Republik Indonesia.
- Kementerian Hukum Dan Hak Asasi Manusia Republik Indonesia. Peraturan Pemerintah Republik Indonesia Nomor 21 Tahun 2020 Tentnag Pembatasan Sosial Berskala Besar Dalam Rangka Percepatan Penanganan Corona Virus Disease 2019 (COVID-2019). , Pub. L. No. 21/2020, Database Peraturan RI (2020). Indonesia: Kementerian Hukum Dan Hak Asasi Manusia Republik Indonesia.
- Kountul, Y. P., Kolibu, F. K., & Korompis, G. E. C. (2018). Hubungan Jenis Kelamin dan Pengaruh Teman Sebaya dengan Tingkat Stres Mahasiswa Fakultas Kesehatan Masyarakat Universitas Sam Ratulangi Manado. *Kesmas*, 7(5), 1-7.
- Kusnayat, A., Hifzul Muiz, M., Sumarni, N., Salim Mansyur, A., & Yuliati Zaqiah, Q. (2020). Pengaruh Teknologi Pembelajaran Kuliah Online Di Era Covid-19 Dan Dampaknya Terhadap Mental Mahasiswa. *EduTeach: Jurnal Edukasi Dan*

Teknologi Pembelajaran, 1(2), 153-165.

- Maknuni, J. (2020). Pengaruh Media Belajar Smartphone Terhadap Belajar Siswa Di Era Pandemi Covid-19 (The Influence of Smartphone Learning Media on Student Learning in The Era Pandemi Covid-19). *Indonesian Education Administration and Leadership Journal (IDEAL)*, 02(02), 94-106.
- Maryama, H. (2015). Pengaruh Kekuatan Karakter Dan Gender Terhadap Stres Akademik Mahasiswa UIN Jakarta yang Kuliah Sambil Bekerja. Universitas Islam Negeri Jakarta.
- Maulana, M. A., Dewi, E. I., & M. N, K. R. (2020). Hubungan Antara Tingkat Stres Belajar Dengan Kecanduan Game Online Pada Remaja Di Smk Negeri 2 Jember. *Jurnal Ners Indonesia*, 11(1), 1. <https://doi.org/10.31258/jni.11.1.1-15>
- Nursalam. (2016). *Metode Penelitian Ilmu Keperawatan*. Jakarta: Salemba Medika.
- Pemerintah Kota Semarang. (2020). Dashboard Data Covid Kota Semarang. Retrieved Juni 5, 2021, from Siagacorona website: https://siagacorona.semarangkota.go.id/maps-pendatang/data_wilayah.php
- Pratiwi, D., & Manurung, S. (2019). the Correlation Between Students' Anxiety and Students' Achievement in Learning English. *Cahaya Pendidikan*, 5(1), 10-21. <https://doi.org/10.33373/chypend.v5i1.1762>
- Purwanto, A., Pramono, R., Asbari, M., Santoso, P. B., Wijayanti, L. M., Choi, C. H., & Putri, R. S. (2020). Studi Eksploratif Dampak Pandemi COVID-19 Terhadap Proses Pembelajaran Online di Sekolah Dasar. *EduPsyCouns: Journal of Education, Psychology and Counseling*, 2(1), 1-12.
- Putri, G. S. (2020, March 12). WHO Resmi Sebut Virus Corona Covid-19 sebagai Pandemi Global Halaman all - Kompas.com. Retrieved August 5, 2022, from Kompas.com website: <https://www.kompas.com/sains/read/2020/03/12/083129823/who-resmi-sebut-virus-corona-covid-19-sebagai-pandemi-global?page=all>
- Rusip, G., & Boy, E. (2020). Edukasi Olah Raga Di Rumah Saja Sebagai Upaya Memelihara Kebugaran Fisik Dan Kesehatan Mental Di Masa Pandemi Covid 19 Bagi Mahasiswa Fakultas Kedokteran. *Jurnal Implementa Husada*, 1(2), 152. <https://doi.org/10.30596/jih.v1i2.5035>
- Saputro, K. Z. (2018). Memahami Ciri dan Tugas Perkembangan Masa Remaja. *Aplikasia: Jurnal Aplikasi Ilmu-Ilmu Agama*, 17(1), 25. <https://doi.org/10.14421/aplikasia.v17i1.1362>
- Sarita, & Sonia. (2015). Academic Stress among Students: Role and Responsibilities of Parents. *International Journal of Applied Research*, 1(10), 385-388.
- Sodiq, F., Maharani, W., Nisa, I. M., Satria, E. R. P. B., & Faizah, R. (2020). Uji Validitas dan Reliabilitas University Stress Scale. *Urecol*, 136-140.
- Soetjiningsih. (2013). *Tumbuh Kembang Remaja dan Permasalahannya*. Jakarta: Sagung Seto.
- Suswitha, D., Arindari, D. R., Aini, L., & Astuti, L. (2022). Hubungan Tingkat Kecemasan Terhadap Hasil Belajar Mahasiswa Stik Siti Khadijah Palembang Di Masa Pandemi Covid-19. *Jurnal Ilmu Kedokteran Dan Kesehatan*, 8(4), 457-465. <https://doi.org/10.33024/jikk.v8i4.5230>

- Widhirahmadi, A. (2013). Pengaruh Kondisi Lingkungan Keluarga Dan Motivasi Belajar Terhadap Prestasi Belajar Pada Siswa Kelas Vii Smp Negeri 5 Kebumen Tahun Pelajaran 2012/2013. *OIKONOMIA - Jurnal Pendidikan Ekonomi*, 3(1), 1-7.
- Widiyani, R. (2020, March 18). Latar Belakang Virus Corona, Perkembangan hingga Isu Terkini. Retrieved August 5, 2022, from DetikNews website: <https://news.detik.com/berita/d-4943950/latar-belakang-virus-corona-perkembangan-hingga-isu-terkini>

