

PEMBELAJARAN DARING DAN GANGGUAN KECEMASAN PADA SISWA SMA DI MASA PANDEMI COVID-19: TINJAUAN LITERATUR**Nendy Anora Nilantini, Dien Anshari**

Universitas Indonesia, Indonesia

Email: nendyanora31@gmail.com, dienanshari@gmail.com

Abstrak

Di masa pandemi COVID-19, pemerintah memberlakukan sistem pembelajaran jarak jauh (PJJ) dengan menggunakan jaringan internet. Banyak studi yang telah melaporkan gangguan kecemasan yang berkaitan dengan pelaksanaan sistem PJJ ini pada pelajar sekolah menengah atas (SMA), tetapi belum ada studi yang merangkum faktor-faktor yang berkaitan dengan gangguan kecemasan selama PJJ berlangsung. Penelitian ini bertujuan untuk mensintesis studi-studi mengenai gangguan kecemasan selama PJJ pada pelajar SMA di masa pandemi COVID-19. Penelitian ini menggunakan disain tinjauan literatur dengan mencari studi primer melalui database jurnal yang meliputi: PubMed, ScienceDirect, Google Scholar dan Garuda. Kriteria inklusi pada penelitian ini adalah artikel makalah lengkap dalam Bahasa Indonesia dan Bahasa Inggris yang melaporkan studi primer mengenai gangguan kecemasan selama PJJ pada populasi SMA, sementara kriteria eksklusinya adalah studi dengan metode penelitian literature review, systematic review dan meta-analisis. Artikel yang memenuhi kriteria selanjutnya ditelaah berdasarkan metode penelitian dan variabel dependen serta independen yang dianalisis serta hasil analisisnya. Metode analisis menggunakan tinjauan naratif dengan mengumpulkan, meringkas, menggabungkan, mengorganisir dan membandingkan bukti-bukti yang telah dikumpulkan dari studi-studi yang diteliti. Dari 11 artikel yang memenuhi kriteria dalam studi ini ditemukan 10 studi yang menggunakan disain potong lintang dan hanya 1 yang memakai disain pre- dan post-test. Semua studi mengambil data dengan menggunakan survey daring yang tautannya dikirim ke siswa SMA. Adapun pengukuran gangguan kecemasan menggunakan the Generalized Anxiety Disorder-7 Scale (GAD-7), State and Trait Anxiety Inventory (STAI) dan Kuesioner Post Pandemi School Anxiety. Dari 11 artikel yang dianalisa ditemukan kecemasan selama PJJ dapat disebabkan oleh usia, jenis kelamin, keterbatasan akses internet, faktor finansial, tantangan akademik seperti kemampuan siswa dalam mengerti dan memahami pembelajaran yang diajarkan oleh guru. Kecemasan selama PJJ terutama disebabkan oleh akses internet yang belum merata dan biaya penggunaan akses internet. Selain itu, kecemasan juga lebih rentan dialami oleh wanita, serta kelompok usia yang lebih muda. Kebijakan sekolah PJJ sebaiknya diterapkan dengan mengantisipasi gangguan kecemasan dan faktor-faktor yang berkaitan dengannya.

Kata kunci: Kecemasan, Pandemi, Pembelajaran Daring, Siswa, SMA,**Abstract**

How to cite:	Nendy Anora Nilantini, Dien Anshari (2024) Pembelajaran Daring dan Gangguan Kecemasan pada Siswa SMA di Masa Pandemi COVID-19: Tinjauan Literatur , (06) 07,
E-ISSN:	2684-883X
Published by:	Ridwan Institute

During the COVID-19 pandemic, the government implemented a distance learning system using the internet. Many studies have reported anxiety disorders associated with the implementation of this distance learning system in senior high school students, but no studies have summarized the factors associated with anxiety disorders during distance learning. This study aims to synthesize studies on anxiety disorders during PJJ in high school students during the COVID-19 pandemic. This study used a literature review design by searching for primary studies through journal databases including: PubMed, ScienceDirect, Google Scholar and Garuda. The inclusion criteria for this study were full paper articles in Indonesian and English that reported primary studies on anxiety disorders during PJJ in the high school population, while the exclusion criteria were studies with literature review, systematic review and meta-analysis research methods. Articles that met the criteria were then reviewed based on the research method and the dependent and independent variables analyzed and the results of the analysis. The analysis method used a narrative review by collecting, summarizing, combining, organizing and comparing evidence that had been collected from the studies studied. Of the 11 articles that met the criteria for this study, 10 studies used a cross-sectional design and only 1 used a pre- and post-test design. All studies collected data using online surveys that were linked to high school students. The measurement of anxiety disorders used the Generalized Anxiety Disorder-7 Scale (GAD-7), the State and Trait Anxiety Inventory (STAI) and the Post Pandemic School Anxiety Questionnaire. From the 11 articles analyzed, it was found that anxiety during PJJ can be caused by age, gender, limited internet access, financial factors, academic challenges such as students' ability to understand and comprehend the lessons taught by the teacher. Anxiety during PJJ is mainly caused by uneven internet access and the cost of using internet access. In addition, anxiety is also more prone to be experienced by women, as well as younger age groups. PJJ school policies should be implemented by anticipating anxiety disorders and related factors..

Keywords: *Anxiety, Pandemic, Online Learning, Students, High School*

PENDAHULUAN

Pandemi COVID-19 merupakan wabah yang disebabkan oleh virus SARS-CoV-2 yang dalam membuat penderita akan memiliki gejala seperti batuk, pilek, demam sampai kelelahan. Virus SARS-CoV-2 dapat bertransmisi melalui udara seperti droplet, kotoran, kontak dan sebagainya (Zhai et al., 2020). Virus yang dapat menular melalui udara ini membuat banyak negara melakukan pembatasan kontak fisik (*physical distancing*) di seluruh seluruh aktifitas keseharian.

Hal ini tentu memiliki dampak pada banyak sektor kehidupan di masyarakat, seperti ekonomi, politik sampai pendidikan. Saat pandemi berlangsung, beberapa negara lebih memilih untuk memulangkan mahasiswa Lee, Solomon, Stead, Kwon, & Ganti, (2021) ke daerah asalnya untuk mencegah penyebaran virus ini, kebijakan ini sama seperti kebijakan yang diterapkan oleh pemerintah negara Indonesia saat menghadapi krisis pandemi ini. Di sektor pendidikan, saat pandemi pemerintah menerapkan kebijakan pembelajaran dapat dilakukan melalui *video conference* menggunakan beberapa aplikasi penunjang, atau dikenal dengan pembelajaran jarak jauh (PJJ). Di Indonesia sekolah diliburkan sejak awal Maret 2020 yang mengakibatkan sekitar 60 juta siswa belajar dirumah (Selvi, 2022).

Kebanyakan PJJ dilakukan secara virtual dengan bantuan akses internet. sehingga disebut juga pembelajaran secara daring. PJJ diharapkan menjadi solusi atas kelancaran dunia pendidikan yang terdampak oleh situasi pandemi. Meskipun PJJ dianggap sebagai solusi bagi pendidikan, telah banyak pula ditemukan dampak buruk yang menyertainya. Beberapa

penelitian melihat hubungan pembelajaran daring dengan peningkatan kejadian kesehatan mental. Penelitian yang dilakukan oleh Cleven, Krell-Roesch, Nigg, & Woll, (2020) dan sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Chu & Li, (2022) menemukan bahwa duduk dalam waktu yang lama atau gaya hidup yang tidak aktif dapat meningkatkan kejadian penyakit tidak menular seperti diabetes mellitus dan obesitas, dan penyakit ini berdampak dengan masalah kesehatan mental (Cleven *et al.*, 2020; Chu and Li, 2022).

Banyak tantangan yang dihadapi siswa saat menjalani Pembelajaran Jarak Jauh (PJJ). Penelitian yang dilakukan oleh Brazil ditemukan pengalaman dan perasaan siswa saat mengikuti pembelajaran daring ditemukan, siswa yang melakukan pembelajaran secara daring merasa berkurangnya motivasi belajar dan kesulitan mempertahankan konsentrasi dalam pembelajaran. (Fawaz & Samaha, 2021). Beberapa penelitian menyebutkan bahwa ketidakpuasan siswa dalam melakukan pembelajaran secara daring rata-rata disebabkan oleh layanan internet dan ketidakcakapan dalam penggunaan teknologi (Fawaz & Samaha, 2021).

Tentunya tantangan PJJ ini berdampak terhadap hasil pembelajaran yang dilakukan oleh siswa, baik dampak terhadap prestasi dan dampak bagi kehidupan sosial. Beberapa penelitian menyebutkan bahwa siswa perempuan yang lebih muda dan tidak memiliki akses internet dan infrastruktur lainnya berisiko mengalami kecemasan yang lebih tinggi (Pelucio *et al.*, 2022). Kecemasan dan gejala depresi telah menjadi masalah kesehatan mental yang umum terjadi pada populasi selama pandemi COVID-19 (Ju *et al.*, 2020). Siswa SMA tergolong populasi yang relatif rentan mengalami kecemasan dan depresi jangka pendek dan jangka panjang selama pandemi COVID-19 (Newlove *et al.*, 2021; Singh *et al.*, 2020). Untuk lebih memahami gangguan kecemasan dalam sekolah dengan sistem PJJ, perlu diteliti faktor-faktor apa saja yang berkaitan dengan kecemasan siswa SMA untuk memaksimalkan hasil dari pembelajaran jarak jauh.

METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan disain tinjauan literatur dengan metode analisis memakai tinjauan naratif (*narrative review*). Tinjauan naratif merupakan penelitian yang bertujuan merangkum atau mensintesis apa yang telah ditulis tentang topik tertentu tetapi tidak mencari generalisasi atau pengetahuan kumulatif dari apa yang telah ditinjau (Paré & Kitsiou, 2017). Langkah pembuatan dalam penelitian ini, terdiri dari, menemukan pertanyaan penelitian dan topik yang akan dibahas. Pada penelitian ini topik yang akan dibahas faktor-faktor apa saja yang berkaitan dengan kecemasan siswa SMA yang mengikuti pembelajaran jarak jauh selama pandemi COVID-19.

Langkah kedua adalah pencarian artikel. Pencarian artikel dilakukan sepanjang Juli-Agustus 2023. Proses mencari studi primer melalui database jurnal yang meliputi: PubMed, ScienceDirect, Google Scholar dan Garuda. Kata Kunci yang digunakan antara lain : “Pandemi” OR “COVID-19” AND “daring Learning” OR “E-Learning” OR “Virtual Learning” AND “Anxiety” OR “Mental Health” AND “Senior High School”. Langkah ketiga adalah melakukan seleksi berdasarkan pada kriteria inklusi dan eksklusi. Kriteria inklusi pada penelitian ini adalah artikel makalah lengkap, baik dalam Bahasa Indonesia atau Bahasa Inggris, merupakan laporan studi primer mengenai gangguan kecemasan dalam pembelajaran jarak jauh, dan memiliki responden siswa SMA. Kriteria eksklusi dalam penelitian ini adalah artikel makalah dengan disain *literature review*, *systematic review* dan meta-analisis. Langkah selanjutnya adalah ekstraksi informasi dari artikel terpilih yang

mencakup metode penelitian (populasi, sampel, disain penelitian), variabel independen dan variabel dependen serta metode pengukurannya, hasil dan pembahasan yang relevan dengan topik yang akan ditinjau (lihat Tabel 1).

Langkah terakhir adalah menganalisis dan mensintesis data yang telah ada. Metode analisis yang digunakan adalah tinjauan naratif dengan mengumpulkan, meringkas, menggabungkan, mengorganisir dan membandingkan bukti-bukti yang telah dikumpulkan dari studi-studi yang diteliti. Dalam hal ini temuan yang didapatkan pada langkah sebelumnya akan dibahas pada bab pembahasan.

HASIL DAN PEMBAHASAN

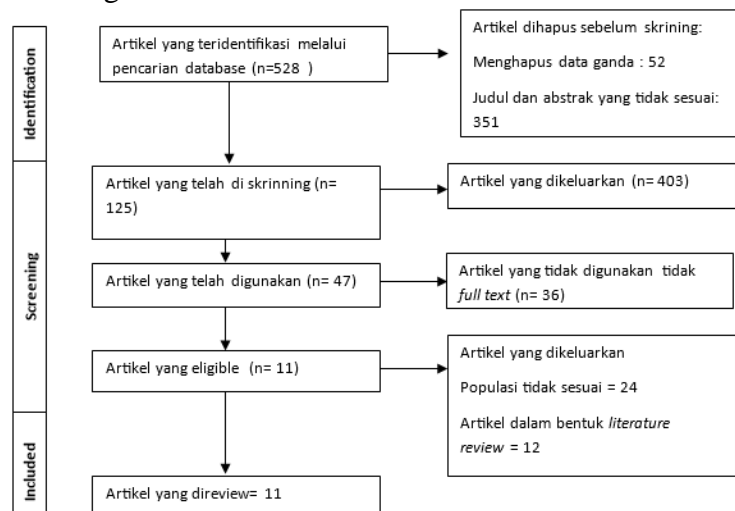
Berdasarkan hasil studi *systematic review* dan meta analisis yang dilakukan pada 2 juta orang, didapatkan prevalensi kecemasan selama pandemi COVID-19 mencapai 35,1% (Mulling et al., 2022). Berdasarkan hasil studi *systematic review* dan meta-analisis dari 53 studi longitudinal yang melibatkan lebih dari 40.000 anak dan remaja di 12 negara ini menemukan adanya peningkatan gejala depresi selama pandemi COVID-19, terutama pada individu perempuan dan mereka yang berasal dari latar belakang pendapatan yang relatif lebih tinggi. Gejala kecemasan sedikit meningkat selama pandemi, meskipun ada beberapa bukti peningkatan kecil dalam gejala kecemasan pada anak-anak dan remaja dari latar belakang pendapatan yang relatif lebih tinggi (Madigan et al., 2023)

Proses pencarian studi primer melalui database jurnal yang meliputi: PubMed, ScienceDirect, Google Scholar dan Garuda. Kata Kunci yang digunakan antara lain : “Pandemi” OR “COVID-19” AND “daring Learning” OR “E-Learning” OR “Virtual Learning” AND “Anxiety” OR “Mental Health” AND “Senior High School”. Gambaran pengambilan artikel dapat dilihat pada Prisma Flow Diagram (Gambar 1) (UNC, 2019). Pencarian studi primer berdasarkan kata kunci menemukan 528 artikel. Lalu berdasarkan identifikasi judul, abstrak, dan duplikasi ditemukan sebanyak 403 artikel yang tidak sesuai, dan menyisakan 125 artikel. Selanjutnya, dari 125 artikel, ada 78 artikel yang dikeluarkan karena tidak menyediakan artikel yang lengkap, sehingga menyisakan sebanyak 47 artikel yang lengkap. Dari 47 artikel yang lengkap, ada sebanyak 36 artikel yang tidak memenuhi kriteria dikarenakan populasi yang ditemukan banyak dilakukan pada mahasiswa, artikel dalam bentuk *literature review*, *systematic review* dan meta-analisis. Selain itu, artikel yang tidak berbahasa inggris dikeluarkan dari kriteria penelitian. Selanjutnya artikel yang telah *eligible* dilakukan deskripsi studi primer.

Berdasarkan tabel deskripsi primer, ditemukan studi primer yang digunakan pada penelitian ini sebanyak 11 artikel. Tempat penelitian dari 11 artikel yang diekstraksi, yakni berada di benua Asia sebanyak 8 artikel, benua Amerika sebanyak 1 artikel dan benua Eropa sebanyak 2 artikel. Populasi yang digunakan pada penelitian ini adalah siswa Sekolah Menengah Atas (SMA). Metode penelitian yang digunakan pada artikel yakni, *cross sectional* sebanyak 10 artikel dan *pre-post test design* ada 1 artikel. Metode pengumpulan data semua artikel menggunakan survey secara daring dan dikirim kepada siswa. Pengukuran skala kecemasan yang digunakan pada artikel yang diekstraksi yakni menggunakan *the Generalized*

Anxiety Disorder-7 Scale (GAD-7), State and Trait Anxiety Inventory (STAI) dan Kuesioner Post Pandemi School Anxiety.

Pada 11 artikel yang disintesis ditemukan bahwa terdapat faktor-faktor yang berhubungan dengan gangguan kecemasan pada siswa SMA ketika diberlakukannya pembelajaran secara daring pada masa pandemi dan hasil yang ditemukan secara statistik signifikan. Faktor yang mempengaruhi tingkat kecemasan selama pembelajaran daring dari 11 studi primer yang disintesis ditemukan beberapa alasan seperti, keterbatasan akses internet, faktor finansial seperti pembayaran terhadap paket data, lalu tantangan akademik seperti kemampuan siswa dalam mengerti dan memahami pembelajaran yang diajarkan oleh guru dan faktor lainnya adalah usia, usia lebih muda dikaitkan lebih mudah terkena kecemasan dari pada usia yang lebih matang.



Gambar 1. Prisma Flow Diagram 2020

Tabel 1. Deskripsi Studi Primer

Penulis (Tahun)	Negara	Sampel	Desain Penelitian	Teknik Pengambilan Data	Variabel	Hasil
(Michałowska, Rachubińska, & Konieczny, 2022)	Polandia	Kelompok 1 : Siswa Sekolah Menengah Atas Kelompok 2: Mahasiswa	<i>cross sectional</i>	Pengumpulan data dilakukan dengan survey secara daring berbasis <i>google form</i> . Pengumpulan data dimulai pada tanggal 05 Mei 2020- 05 Juni 2020. Instrumen penelitian yang digunakan adalah <i>State and Trait Anxiety Inventory</i>	Variabel Independen: persepsi siswa dalam menerima pembelajaran, faktor achievement siswa Variabel Dependen: Kecemasan	Hasil penelitian menunjukkan bahwa kelompok lulusan SMA, cenderung memiliki tingkat kecemasan yang lebih tinggi, focus pembelajaran lebih tinggi, tingkat kecemasan yang lebih tinggi dibandingkan kelompok mahasiswa.

Penulis (Tahun)	Negara	Sampel	Desain Penelitian	Teknik Pengambilan Data	Variabel	Hasil
				(STAI)		
(AlAzzam, Abuhammad, Abdalrahim, & Hamdan-Mansour, 2021)	Jordan	Siswa Sekolah Menengah Atas	<i>cross sectional</i>	Pengumpulan data dilakukan dengan survey secara <i>daring</i> . Instrumen penelitian yang digunakan untuk mengukur <i>anxiety</i> adalah <i>The Arabic version of the Generalized Anxiety Disorder (GAD)</i>	Variabel Independen: Faktor sosiodemografi dan pembelajaran <i>daring</i> Variabel Dependen: Kecemasan siswa selama pandemi	Hasil penelitian menunjukkan bahwa faktor yang mempengaruhi kecemasan selama pembelajaran <i>daring</i> adalah, faktor usia, jenis kelamin, dan peran pendidikan orang tua selama pembelajaran secara <i>daring</i> .
(Yin, Parikka, Ma, Kreniske, & Mellins, 2022)	Amerika Serikat	Siswa Sekolah Menengah Atas	<i>cross sectional</i>	Pengumpulan data dilakukan dengan survey secara <i>daring</i> . Instrumen penelitian yang digunakan untuk mengukur <i>anxiety</i> adalah <i>The Arabic version of the Generalized Anxiety Disorder-7 Scale (GAD-7)</i>	Variabel Independen: Faktor sosiodemografi, dan faktor yang mempengaruhi kecemasan (cara belajar, dan tingkat pendidikan) Variabel Dependen: Kecemasan selama pandemi	Hasil penelitian menunjukkan, faktor yang mempengaruhi kecemasan selama pembelajaran secara <i>daring</i> adalah, ketidakmampuan siswa untuk dapat berhubungan secara sosial, melewatkan kebersamaan dengan teman, melewatkan liburan dengan keluarga dan berolahraga bebas di ruangan terbuka.
(Baloran, 2024)	Philippines	Siswa Sekolah Menengah Atas	<i>cross sectional</i>	Pengumpulan data dilakukan dengan survey secara <i>daring</i> . Instrumen penelitian yang digunakan untuk mengukur <i>anxiety</i> diadaptasi dari penelitian Akan et al (2010), Khalid et al. (2016), dan Roy et al (2020) dan dimodifikasi agar sesuai dengan konteks penelitian ini	Variabel Independen: Pengetahuan siswa terhadap pembelajaran <i>daring</i> , sikap siswa, <i>coping strategies</i> selama COVID-19, Variabel Dependen: Kecemasan selama pandemi	Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa beberapa hal yang mempengaruhi kecemasan siswa selama pembelajaran <i>daring</i> adalah kondisi kebutuhan primer saat pandemi, keuangan yang meliputi pembayaran akses internet maupun perangkat yang digunakan selama pembelajaran dan kurangnya kebersamaan dengan teman sebaya.
(Abdelwahed, Aldoghan, Moustafa, & Soomro, 2023)	Saudi Arabia	Siswa Sekolah Menengah Atas	<i>cross sectional</i>	Pengumpulan data dilakukan dengan survey secara <i>daring</i>	Variabel Independen: faktor teknis	Hasil penelitian ini mengungkapkan faktor yang mempengaruhi

Pembelajaran Daring dan Gangguan Kecemasan pada Siswa SMA di Masa Pandemi COVID-19: Tinjauan Literatur

Penulis (Tahun)	Negara	Sampel	Desain Penelitian	Teknik Pengambilan Data	Variabel	Hasil
					pembelajaran daring, pembayaraan akses pembelajaran daring dan akses internet Variabel Dependen: Kecemasan selamaa pandemi	kecemasan selama pembelajaran daring adalah kurangnya kemampuan siswa dalam mengoprasikan perangkat dalam pembelajarann daring, masalah teknis, masalah pembiayaan aksess internet dan perbedaan akses internet di desa maupun di perkotaan yang memicu terjadinya kecemasann diantara para siswa.
(Butnaru, Niță, Anichiti, & Brînză, 2021)	Romania	Kelompok 1 : Siswa Sekolah Menengah Atas Kelompok 2: Mahasiswa	<i>cross sectional</i>	Pengumpulan data dilakukan dengan survey secara daring	Variabel Independen: faktor persepsi siswa dalam pembelajaran daring dan efektivitas pembejaran daring. Variabel Dependen: Kecemasan siswa selama pandemi	Hasil penelitian ini menjelaskan faktor yang mempengaruhi kecemasan selama pembelajaran daring adalah, kemampuan siswa dalam menggunakan infrastruktur dalam pembelajaran daring, akses pembelajaran daring yang tidak diberikan secara merata, cara guru dalam memberikan penjelasan selama kegiatan belajar mengajar berlangsung, dan akses internet yang dimiliki para siswa merupakan penyumbang faktor kecemasan selama pembelajaran secara daring.
(Peng et al., 2023)	China	Siswa Sekolah Menengah Atas	<i>cross sectional</i>	Pengumpulan data dilakukan dengan survey secara daring. Instrumen penelitian yang digunakan untuk mengukur anxiety adalah	Variabel Independen: Faktor keadaan pandemi, sosiodemografi, kegiatan sehari-hari selama pandemi,	Hasil penelitian menunjukkan bahwa faktor yang mempengaruhi kecemasan selama pembelajaran daring, disebabkan oleh jenis kelamin siswa dan ketakutan siswa

Penulis (Tahun)	Negara	Sampel	Desain Penelitian	Teknik Pengambilan Data	Variabel	Hasil
				The Arabic version of the Generalized Anxiety Disorder-7 Scale (GAD-7)	pembelajaran daring Variabel Dependen: Kecemasan siswa selama pandemi	terinfeksi COVID-19, dan pembelajaran secara daring. Prevalensi depresi, gejala kecemasan dan keinginan untuk bunuh diri yang ditemukan adalah 16,3% (95% CI: 16,0, 16,7), 10,3% (95% CI: 10,0, 10,7) dan 20,3% (95% CI: 20,0).
(Hidayah, Ramli, Kirana, Hanafi, & Yunita, 2022)	Indonesia	Siswa Sekolah Menengah Atas	<i>cross sectional</i>	Pengumpulan data dilakukan dengan survey secara daring. Instrumen penelitian yang digunakan untuk mengukur anxiety adalah Kuesioner Post Pandemi School Anxiety	Variabel Independen: Faktor kesehatan, financial dan penghargaan (achievement) terhadap pembelajaran daring Variabel Dependen: Kecemasan selama pandemi	Hasil penelitian ini menunjukkan faktor yang mempengaruhi kecemasan selama pembelajaran daring adalah (1) kecemasan kesehatan seperti takut tertular virus COVID-19, (2) kecemasan prestasi seperti kesulitan memahami materi dalam pembelajaran daring, cemas dan takut jika nilai rapot menurun, dan (3) kecemasan finansial seperti pemenuhan komponen dalam pembelajaran daring seperti pembelian laptop, smartphone bahkan paket internet.
(Tan et al., 2022)	China	Siswa Sekolah Menengah Atas	<i>cross sectional</i>	Pengumpulan data dilakukan dengan survey secara daring. Instrumen penelitian yang digunakan untuk mengukur anxiety adalah The Arabic version of the Generalized Anxiety Disorder-7 Scale (GAD-7)	Variabel Independen: Faktor sosiodemografi, dan persepsi siswa dalam pembelajaran daring Variabel Dependen: Kecemasan selama pandemi	Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa kecemasan siswa selama pembelajaran daring dipengaruhi oleh faktor, usia, kegiatan sosial yang sedikit, ekspektasi akan pengajaran daring, dan pengalaman subjektif yang buruk dari pembelajaran secara daring.
(Harefa & Sihombing, 2021)	Indonesia	Siswa SMP, SMA dan Mahasiswa	<i>cross sectional</i>	Pengumpulan data dilakukan dengan survey secara daring	Variabel Independen: Faktor sosiodemografi,	Hasil penelitian menunjukkan bahwa pembelajaran daring dianggap kurang

Pembelajaran Daring dan Gangguan Kecemasan pada Siswa SMA di Masa Pandemi COVID-19: Tinjauan Literatur

Penulis (Tahun)	Negara	Sampel	Desain Penelitian	Teknik Pengambilan Data	Variabel	Hasil
					dan persepsi siswa dalam pembelajaran daring Variabel Dependen: Kecemasan selama pandemi	efektif oleh siswa di daerah terpencil, hal ini terjadi karena jaringan komunikasi dan infrastruktur yang kurang mendukung untuk mengikuti pembelajaran daring hal ini yang menyebabkan siswa merasa cemas akan pendidikannya
(Kusumastuti & Susilowati, 2022)	Indonesia	Siswa Sekolah Menengah Atas	<i>cross sectional</i>	Pengumpulan data dilakukan dengan survey secara daring	Variabel Independen: akses internet, lingkungan belajar yang tidak kondusif, serta beban tugas selama pembelajaran daring Variabel Dependen: Kecemasan selama pandemi	Hasil pengabdian masyarakat ini menunjukkan bahwa penyebab kecemasan selama pembelajaran jarak jauh yang dialami oleh peserta didik yang paling banyak adalah tidak siap menghadapi jenjang selanjutnya, yaitu sebanyak 40 peserta didik (74%), terlambat mengikuti kelas sebanyak 31 peserta didik (57%), dan deadline tugas, yaitu sebanyak 29 peserta didik (54%). Hal tersebut menunjukkan bahwa penyuluhan kesehatan mengenai pengelolaan kecemasan selama pembelajaran jarak jauh pada remaja SMA perlu untuk dilakukan.

Berdasarkan hasil *literature review* yang telah dilakukan pada 11 artikel, instrument penelitian untuk mengukur kecemasan yang digunakan terdiri dari *State and Trait Anxiety (STAI)*, *Generalized Anxiety Disorder-7 Scale (GAD-7)* dan *Kuesioner Post Pandemi School Anxiety* dan dari hasil pengukuran tersebut ditemukan kesamaan antara studi satu dengan studi lainnya yaitu faktor-faktor yang berhubungan dengan gangguan kecemasan pada siswa SMA selama pembelajaran daring di masa pandemi COVID-19

Penelitian yang dilakukan oleh Poudel dan Subedi, 2020 yakni bentuk kesenjangan sosial lainnya yang dapat meningkatkan kecemasan selama masa pandemi adalah kurangnya

akses ke sumber daya digital seperti gadget teknologi dan konektivitas internet. Khususnya di kalangan siswa. Ketersediaan sarana teknologi informasi ini sangat penting untuk partisipasi yang efektif dalam pendidikan akademik secara daring dan menghadapi berbagai tantangan lain di era *new normal* (Kapasias et al., 2020). Peningkatan penggunaan gadget selama pandemi telah disarankan untuk menambah pengetahuan dan sosialisasi di kalangan siswa Beng, Tiatri, Lusiana, & Wangi, (2020), sementara kurangnya perangkat dan konektivitas untuk pembelajaran secara daring telah dikaitkan dengan peningkatan stres di kalangan pelajar (Baticulon et al., 2021). Siswa dengan konektivitas yang terbatas atau internet yang tidak dapat diandalkan tidak akan dapat sepenuhnya terlibat di kelas, hal ini yang dapat menjadi sumber kecemasan bagi mereka (Baticulon et al., 2021; Pastor, 2020). Temuan serupa dilaporkan oleh (Hebebcı, Bertiz, & Alan, 2020; Kado Kado & Yonten, 2020; Yilmaz Ince, Kabul, & Diler, 2020). Seperti yang juga ditunjukkan oleh Adnand, (2020) yakni pembelajaran secara daring tidak dapat memberikan hasil yang efektif di negara berkembang karena masalah teknologi dan ekonomi.

Akses internet yang buruk akan berakibat kepada akademik siswa. Hal ini juga berkorelasi terhadap kejadian kecemasan pada siswa selama pembelajaran daring dilakukan di masa pandemi. Siswa mengalami kesulitan dalam berkonsentrasi dan memahami materi pelajaran serta merasakan kecemasan dalam menghadapi ujian. Beberapa mahasiswa menyatakan bahwa mereka memiliki masalah kesehatan, dengan menyebutkan kesulitan penglihatan. Hal ini juga dilaporkan dalam penelitian lain Subedi, Nayaju, Subedi, Shah, & Shah, (2020) yang menyimpulkan bahwa 59,6% siswa mengalami masalah mata/sakit kepala selama pembelajaran daring. Selain itu, (Xhelili, Ibrahimı, Rrucı, & SHEME, 2021) melaporkan bahwa ketidaksesuaian dengan gaya belajar siswa merupakan salah satu alasan ketidakpuasan siswa terhadap sistem pembelajaran daring. Penggunaan perangkat teknologi dalam waktu yang lama menyebabkan mereka kelelahan dan kesulitan dalam memahami materi pelajaran. Pengalaman siswa akan lebih positif jika bagian daring yang lebih pendek, diintegrasikan ke dalam kelas tatap muka dalam ukuran yang lebih kecil.

Faktor lainnya yang berhubungan dengan kecemasan selama pembelajaran daring adalah usia. Hal ini serupa dengan penelitian yang dilakukan oleh Flint et al., (2010) yang menemukan bahwa kecemasan jarang terjadi pada usia yang lebih tua, kecemasan sering dikaitkan dengan orang yang berusia lebih muda. Hipotesis ini mendukung teori tentang perubahan fungsi neurotransmitter otak berbanding usia. Penelitian yang dilakukan oleh Flint et al., (2010) menemukan bahwa bertambahnya usia berhubungan dengan berkurangnya gejala kecemasan umum, gangguan panik, agoraphobia, fobia sosial dan gangguan obsesif kompulsif (OCD).

Adapun implikasi dari akibat adanya pandemik COVID-19, salah satu pencegahan yang dilakukan di Indonesia sendiri adalah menerapkan kebijakan *social distancing* (*pembatasan sosial*) selama pandemik COVID-19 yang dilakukan dengan cara membatasi kegiatan bepergian termasuk bekerja, sekolah, bepergian. Dan kegiatan pembelajaran offline mulai dilakukan kembali ketika penyebaran COVID sudah mulai menurun dengan tetap menerapkan penggunaan protokol kesehatan yang ketat (memakai masker, mencuci tangan sebelum masuk

kelas, mulai menerapkan sistem pembelajaran *hybrid* dengan membatasi jumlah siswa yang masuk ke sekolah)

KESIMPULAN

Sekolah dengan sistem PJJ berhubungan dengan meningkatnya kejadian kecemasan pada siswa SMA di masa pandemi COVID-19 terutama karena akses internet yang kurang menjangkau daerah terpencil dan biaya yang dibutuhkan untuk penggunaan akses internet. Selain itu, kejadian kecemasan lebih rentan dirasakan pada siswa perempuan SMA dan pada siswa dengan usia lebih muda..

BIBLIOGRAFI

- Abdelwahed, Nadia A. Abdelmegeed, Aldoghan, Mohammed A., Moustafa, Mohamed A., & Soomro, Bahadur Ali. (2023). Factors affecting online learning, stress and anxiety during the COVID-19 pandemic in Saudi Arabia. *International Journal of Human Rights in Healthcare*, 16(5), 437–453.
- AlAzzam, Manar, Abuhammad, Sawsan, Abdalrahim, Asem, & Hamdan-Mansour, Ayman M. (2021). Predictors of depression and anxiety among senior high school students during COVID-19 pandemic: The context of home quarantine and online education. *The Journal of School Nursing*, 37(4), 241–248.
- Baloran, Erick T. (2024). Knowledge, attitudes, anxiety, and coping strategies of students during COVID-19 pandemic. In *Loss and Trauma in the COVID-19 Era* (pp. 134–141). Routledge.
- Baticulon, Ronnie E., Sy, Jinno Jenkin, Alberto, Nicole Rose I., Baron, Maria Beatriz C., Mabulay, Robert Earl C., Rizada, Lloyd Gabriel T., Tiu, Christl Jan S., Clarion, Charlie A., & Reyes, John Carlo B. (2021). Barriers to online learning in the time of COVID-19: A national survey of medical students in the Philippines. *Medical Science Educator*, 31, 615–626.
- Beng, Jap Tji, Tiatri, Sri, Lusiana, Fenny, & Wangi, Vivien H. (2020). Intensity of gadgets usage for achieving prime social and cognitive health of adolescents during the COVID-19 pandemic. *The 2nd Tarumanagara International Conference on the Applications of Social Sciences and Humanities (TICASH 2020)*, 735–741. Atlantis Press.
- Butnaru, Gina Ionela, Niță, Valentin, Anichiti, Alexandru, & Brînză, Geanina. (2021). The effectiveness of online education during covid 19 pandemic—a comparative analysis between the perceptions of academic students and high school students from romania. *Sustainability*, 13(9), 5311.
- Chu, Yu Hsiu, & Li, Yao Chuen. (2022). The Impact of Online Learning on Physical and Mental Health in University Students during the COVID-19 Pandemic. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 19(5). <https://doi.org/10.3390/ijerph19052966>
- Cleven, Laura, Krell-Roesch, Janina, Nigg, Claudio R., & Woll, Alexander. (2020). The association between physical activity with incident obesity, coronary heart disease, diabetes and hypertension in adults: A systematic review of longitudinal studies published after 2012. *BMC Public Health*, 20(1), 1–15. <https://doi.org/10.1186/s12889-020-08715-4>
- Fawaz, Mirna, & Samaha, Ali. (2021). E-learning: Depression, anxiety, and stress symptomatology among Lebanese university students during COVID-19 quarantine. *Nursing Forum*, 56(1), 52–57. <https://doi.org/10.1111/nuf.12521>

- Flint, Alastair J., Peasley-Miklus, Catherine, Papademetriou, Eros, Meyers, Barnett S., Mulsant, Benoit H., Rothschild, Anthony J., Whyte, Ellen M., & Group, STOP PD Study. (2010). Effect of age on the frequency of anxiety disorders in major depression with psychotic features. *The American Journal of Geriatric Psychiatry*, 18(5), 404–412.
- Harefa, Senida, & Sihombing, Grace Lamudur Arta. (2021). Students' perception of online learning amidst the Covid-19 pandemic: A study of junior, senior high school and college students in a remote area. *F1000Research*, 10.
- Hebebcı, Mustafa Tevfik, Bertiz, Yasemin, & Alan, Selahattin. (2020). Investigation of views of students and teachers on distance education practices during the Coronavirus (COVID-19) Pandemic. *International Journal of Technology in Education and Science*, 4(4), 267–282.
- Hidayah, Nur, Ramli, M., Kirana, Kartika Candra, Hanafi, Husni, & Yunita, Mila. (2022). School anxiety identification after online learning post COVID-19. *2022 2nd International Conference on Information Technology and Education (ICIT&E)*, 112–116. IEEE.
- Kado Kado, Nim Dem, & Yonten, Sonam. (2020). EFFECTIVENESS OF GOOGLE CLASSROOM AS AN ONLINE LEARNING MANAGEMENT SYSTEM IN THE WAKE OF COVID-19 IN BHUTAN: STUDENTS' PERCEPTIONS. *Educational Practices during the COVID-19 Viral Outbreak: International Perspectives*, 121.
- Kapasias, Nanigopal, Paul, Pintu, Roy, Avijit, Saha, Jay, Zaveri, Ankita, Mallick, Rahul, Barman, Bikash, Das, Prabir, & Chouhan, Pradip. (2020). Impact of lockdown on learning status of undergraduate and postgraduate students during COVID-19 pandemic in West Bengal, India. *Children and Youth Services Review*, 116, 105194.
- Kusumastuti, Nurry Ayuningtyas, & Susilowati, Yuni. (2022). Management Of Anxiety During Distance Learning Throughout Covid-19 Pandemic In Senior High School. *JCES (Journal of Character Education Society)*, 5(1), 96–105.
- Lee, Jenny, Solomon, Matthew, Stead, Tej, Kwon, Bryan, & Ganti, Latha. (2021). Impact of COVID-19 on the mental health of US college students. *BMC Psychology*, 9(1), 95.
- Madigan, Sheri, Racine, Nicole, Vaillancourt, Tracy, Korczak, Daphne J., Hewitt, Jackson M. A., Pador, Paolo, Park, Joanne L., McArthur, Brae Anne, Holy, Celeste, & Neville, Ross D. (2023). Changes in Depression and Anxiety among Children and Adolescents from before to during the COVID-19 Pandemic: A Systematic Review and Meta-analysis. *JAMA Pediatrics*, 177(6), 567–581. <https://doi.org/10.1001/jamapediatrics.2023.0846>
- Michałowska, Sylwia, Rachubińska, Karolina, & Konieczny, Krystian. (2022). Anxiety, stress coping styles and hope for success among graduate students and high school graduates during the COVID-19 Pandemic: the moderating role of remote learning. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 19(15), 9692.
- Mulling, Eliete Stark, Leal, Larissa, Weymar, Marina Krause, Alt, Ricardo, Caputo, Eduardo L., & Feter, Natan. (2022). Prevalence of anxiety during the COVID-19 pandemic: A systematic review and meta-analysis of over 2 million people. *Journal of Affective Disorders*, (September), 272–282.
- Paré, Guy, & Kitsiou, Spyros. (2017). Methods for literature reviews. In *Handbook of eHealth evaluation: An evidence-based approach [Internet]*. University of Victoria.
- Pastor, Cherish Kay Landicho. (2020). Sentiment analysis on synchronous online delivery of instruction due to extreme community quarantine in the Philippines caused by COVID-19 pandemic. *Asian Journal of Multidisciplinary Studies*, 3(1), 1–6.
- Peng, Xiaodan, Liang, Shunwei, Liu, Lili, Cai, Chengcheng, Chen, Jianbin, Huang, Andi,

- Wang, Xiayong, & Zhao, Jingbo. (2023). Prevalence and associated factors of depression, anxiety and suicidality among Chinese high school E-learning students during the COVID-19 lockdown. *Current Psychology*, 42(34), 30653–30664.
- Selvi, Issaura Dwi. (2022). Online learning and child abuse: the COVID-19 pandemic impact on work and school from home in Indonesia. *Heliyon*, 8(1).
- Subedi, Suraksha, Nayaju, Suvash, Subedi, Sweta, Shah, Sanjeev Kumar, & Shah, Jennifer Mathias. (2020). Impact of E-learning during COVID-19 pandemic among nursing students and teachers of Nepal. *International Journal of Science and Healthcare Research*, 5(3), 68–76.
- Tan, Yejun, Wu, Zhijian, Qu, Xiangnan, Liu, Yuzhuo, Peng, Lele, Ge, Yan, Li, Shu, Du, Jinfeng, Tang, Qi, & Wang, Jia. (2022). Influencing factors of international students' anxiety under online learning during the COVID-19 pandemic: A Cross-Sectional Study of 1,090 Chinese international students. *Frontiers in Psychology*, 13, 860289.
- Xhelili, Paola, Ibrahim, Eliana, Rruci, Erinda, & Sheme, Kristina. (2021). Adaptation and perception of online learning during COVID-19 pandemic by Albanian university students. *International Journal on Studies in Education (IJonSE)*, 3(2).
- Yilmaz Ince, Ebru, Kabul, Ahmet, & Diler, İbrahim. (2020). Distance education in higher education in the COVID-19 pandemic process: A case of Isparta Applied Sciences University. *International Journal of Technology in Education and Science*, 4(4), 345–351.
- Yin, Olivia, Parikka, Nadia, Ma, Amy, Kreniske, Philip, & Mellins, Claude A. (2022). Persistent anxiety among high school students: Survey results from the second year of the COVID pandemic. *PLoS One*, 17(9), e0275292.
- Zhai, Pan, Ding, Yanbing, Wu, Xia, Long, Junke, Zhong, Yanjun, & Li, Yiming. (2020). The epidemiology, diagnosis and treatment of COVID-19. *International Journal of Antimicrobial Agents*, 55(5), 105955.

Copyright holder:

Nendy Anora Nilantini, Dien Anshari (2024)

First publication right:

[Syntax Idea](#)

This article is licensed under:

