

DUKUNGAN SOSIAL, RESILIENSI DENGAN PEMBELAJARAN TATAP MUKA

Amanda Pasca Rini

Fakultas Psikologi Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya
Jl. Semolowaru No. 45 Surabaya
amanda@untag-sby.ac.id

Edy Purwanto

Fakultas Psikologi Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya
Jl. Semolowaru No. 45 Surabaya
edypur_s2@untag-sby.ac.id

Firdaus Ananda

Fakultas Psikologi Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya
Jl. Semolowaru No. 45 Surabaya
firdausananda_S2@untag-sby.ac.id

Abstract

Anxiety in students who take part in face-to-face learning needs attention because if left unchecked it can cause students to lose their academic potential. This study intends to determine the relationship between social support, resilience with face-to-face learning anxiety, the subjects in this study amounted to 633 students spread across 9 private schools in the city of Surabaya. The research data were taken using the social support scale ($\alpha=0.930$), resilience ($\alpha=0.878$), and anxiety ($\alpha=0.960$). The results of data analysis using multiple regression showed that social support and resilience harmed anxiety simultaneously. Partially both variables also have a significant negative effect on anxiety. The results of this study implicate the importance of social support from the family environment and the importance of student resilience to be able to adapt when undergoing face-to-face learning so that anxiety does not occur so that

- -32- -

Amanda Pasca Rini
Edy Purwanto
Firdaus Ananda

academic performance decreases during face-to-face learning amid the covid-19 pandemic.

Keywords: Social Support; Resilience; Worry; Face-to-face Learning

Abstrak

Kecemasan pada peserta didik yang mengikuti pembelajaran tatap muka perlu mendapatkan perhatian sebab jika dibiarkan dapat menyebabkan peserta didik kehilangan potensi akademiknya. Penelitian ini bermaksud untuk mengetahui hubungan antara dukungan sosial, resiliensi dengan kecemasan pembelajaran tatap muka, subjek pada penelitian ini berjumlah 633 peserta didik tersebar di 9 sekolah swasta di kota Surabaya. Data penelitian diambil menggunakan skala dukungan sosial ($\alpha=0,930$), resiliensi ($\alpha=0,878$), dan kecemasan ($\alpha=0,960$). Hasil analisis data menggunakan regresi ganda menunjukkan secara simultan dukungan sosial dan resiliensi memiliki pengaruh negatif terhadap kecemasan. Secara parsial kedua variabel juga memiliki pengaruh negatif yang signifikan terhadap kecemasan. Hasil penelitian ini memberikan implikasi pentingnya dukungan sosial dari lingkungan keluarga dan pentingnya resiliensi peserta didik untuk mampu beradaptasi ketika menjalani pembelajaran tatap muka agar tidak terjadi kecemasan sehingga menurunkan perfforma akademik selama pembelajaran tatap mukadi tengah pandemi covid-19.

Kata Kunci: *Dukungan Sosial; Resiliensi; Kecemasan; Pembelajaran Tatap Muka*

PENDAHULUAN

Pandemi Covid-19 secara tidak langsung berdampak negatif terhadap perkembangan dunia pendidikan. Untuk mengatasi kesenjangan akademik, pemerintah telah membuat kebijakan untuk membuka kembali sekolah tatap muka. Hal ini tak lepas dari tujuan untuk meningkatkan kualitas pendidikan yang tertinggal akibat pandemi Covid-19.

Berdasarkan data dari Kementerian Pendidikan, Kebudayaan, Riset, dan Teknologi (Kemendikbudristek), sebanyak 1.303 sekolah ditetapkan sebagai klaster Covid-19 selama selama uji coba pembelajaran tatap muka terbatas. Hal itu terungkap dalam data survei yang dipublikasikan pada Kamis, 23 September 2021, oleh Kementerian Pendidikan, Kebudayaan, Riset, dan Teknologi. Berdasarkan data statistik Covid-19, Jawa Timur menjadi provinsi yang paling banyak melaporkan temuan klaster Covid-19 di sekolah selama periode Pembelajaran Tatap Muka (PTM). Ada 165 sekolah atau 2,77% sekolah di Jawa Timur yang ditetapkan sebagai klaster Covid-19. Jawa Barat provinsi kedua dengan temuan klaster Covid-19 di sekolah tersebut

sekitar 149 sekolah atau 2,25 persen. Provinsi Jawa Tengah penemuan klaster sekitar 131 hingga 3,70%. Provinsi Nusa Tenggara Timur (NTT) sebanyak 104 sekolah atau 6,08%. Provinsi Sumatera Utara dan Provinsi Sumatera Barat yang mencatat jumlah klaster di sekolah masing-masing 52 atau 2,43% dan 51 atau 3,88% (Putra, 2021). Berita tersebut tentu akan berdampak pada kecemasan peserta didik untuk mengikuti pembelajaran tatap muka (PTM).

Menurut penelitian Petzold et al., (2020), menjelaskan bahwa 50 persen subjek di Jerman berpartisipasi dalam penelitian tentang kecemasan dan tekanan psikologis akibat pandemi COVID-19. Sementara itu, Dawel et al., (2020) mengemukakan penelitiannya terhadap orang dewasa di Australia, yang menunjukkan bahwa pandemi Covid-19 berdampak pada masalah keuangan, khususnya masalah sosial. Menurut temuan kedua penelitian tersebut, faktor psikologis dan sosial terkait erat dengan kecemasan terhadap pandemi Covid-19.

Sarason (dalam Agung, 2019) menjelaskan faktor yang menyebabkan kecemasan antara lain (1) keyakinan diri, (2) dukungan sosial, (3) modelling. Selain itu,

Sari (2006) menyatakan faktor-faktor yang mempengaruhi kecemasan diantaranya (1) dukungan sosial, (2) pengalaman yang tidak menyenangkan, (3) keadaan pribadi individu dan (4) tingkat pendidikan.

Hal yang sama dari pendapat tersebut, salah satu faktor yang kuat mempengaruhi kecemasan adalah dukungan sosial. Individu pada usia remaja awal khususnya yang sedang menempuh Sekolah Menengah Pertama, terlebih dimasa pandemi Covid-19 sangat membutuhkan dukungan sosial. Individu yang masuk dalam kelompok remaja awal, mereka dapat memperoleh dukungan sosial dari berbagai sumber, seperti keluarga, tetangga, kerabat terdekat dan teman sebayanya. Menurut Taylor (Fadhilah, 2016), dukungan sosial membantu mengurangi penderitaan psikologis, seperti kecemasan dan depresi, selama masa stres. Sependapat dengan Taylor Cobb Smet (1994) menyatakan bahwa dukungan sosial adalah perasaan diperhatikan dan dicintai ketika orang menerima kenyamanan, perhatian, kekaguman, atau bantuan dari orang lain.

Peserta didik yang menjalani pembelajaran tatap muka harus mampu beradaptasi dengan kebiasaan baru, dimulai memakai mas-

ker, mencuci tangan, cek suhu, menjaga jarak dengan teman sebangku dan dilarang meminjam peralatan teman hal tersebut tidak lain untuk menjaga peserta didik terinfeksi virus Covid-19. Kondisi tersebut tentu membuat psikis anak akan mengalami guncangan yang membuatnya membutuhkan ketahanan (daya tangguh) atau biasa disebut dengan *resilien* lebih untuk menghadapi tantangan kedepan dengan kondisi metode pembelajaran yang baru ini.

Nisa dan Muis (2016) berpendapat resiliensi didefinisikan sebagai kemampuan individu untuk menghadapi dan mengatasi tantangan hidup secara adaptif. Dalam keadaan sulit dimasa pandemi Covid-19, individu harus bisa merubah metode belajar yang mereka lakukan selama hampir dua tahun sekaligus beradaptasi dengan metode pembelajaran tatap muka. Sementara itu, Van Breda (Novianty, 2015) menyatakan bahwa kemampuan mengatasi hambatan secara konstruktif sambil beradaptasi dengan keadaan yang menantang adalah penting agar mampu *survive* di masa pandemi Covid-19. Sehingga dapat disimpulkan jika resiliensi sebagai kemampuan individu untuk menghadapi sebuah ujian serta mampu untuk bangkit kembali dari keterpurukan.

Berdasarkan uraian diatas maka perumusan masalah dari penelitian ini adalah (1) apakah dukungan sosial dan resiliensi secara simultan memiliki pengaruh terhadap kecemasan peserta didik yang mengikuti pembelajaran tatap muka? (2) Apakah dukungan sosial secara parsial memiliki pengaruh negatif terhadap kecemasan peserta didik yang mengikuti pembelajaran tatap muka? (3) Apakah resiliensi secara parsial memiliki pengaruh negatif kecemasan peserta didik yang mengikuti pembelajaran tatap muka.

METODE PENELITIAN

Desain Penelitian

Pendekatan pada penelitian ini adalah pendekatan korelasional. Desain ini dipilih sejalan dengan tujuan penelitian yaitu untuk meng-uji pengaruh antara dukungan sosial dan resiliensi secara simultan memiliki pengaruh negatif terhadap kecemasan peserta didik yang mengikuti pembelajaran tatap muka. Variabel dalam penelitian ini terdiri dari dua variable independen yaitu dukungan sosial (X1) dan resiliensi (X2) serta satu variable dependent yaitu kecemasan (Y).

Partisipan

Partisipan dalam penelitian ini sebanyak 633 subyek yang diambil secara random sampling dari sembilan sekolah swasta yang ada di Surabaya. Sebaran partisipan berdasarkan usia adalah sebagai berikut: (1) usia 12 tahun sebanyak 95 subyek; (2) usia 13 tahun sebanyak 190 subyek; (3) usia 14 tahun sebanyak 221 subyek; (4) usia 14 tahun sebanyak 127 subyek. Adapun sebaran berdasarkan jenis kelamin adalah sebagai berikut: 226 laki-laki; 407 perempuan. Sebaran partisipan berdasarkan tempat penelitian adalah sebagai berikut: (1) SMP Khadijah Surabaya; (2) SMP 17 Agustus 1945 Surabaya, (3) SMP Dr. Soetomo Surabaya, (4) SMP Giki 2 Surabaya, (5) SMP Giki 3 Surabaya, (6) SMP Kristen YBPK 1 Surabaya, (7) SMP Taman Pelajar Surabaya, (8) SMP Barunawati Surabaya dan (9) Sekolah Menengah Pertama Pawiyatan Surabaya.

Instrumen

Alat ukur yang digunakan pada penelitian ini berupa Skala Kecemasan, Skala Dukungan Sosial, dan Skala Resiliensi. Peneliti menyusun kecemasan berdasarkan hipotesis Holmes (1991), yang membagi empat

bagian, yaitu: Kecemasan Psikologis, yang meliputi kecemasan, ketegangan, panik, dan teror serta gejala sua-sana hati (psikologis) lainnya. Kecemasan dapat memanifestasikan dirinya dalam bentuk kekhawatiran, kecemasan, ketakutan, ketegangan, kegelisahan, dan rasa tidak aman pada diri seseorang yang khawatir. Item pertanyaan tentang Kecemasan disusun sendiri oleh peneliti berdasarkan teori Holmes (1991) yang membagi empat aspek yaitu: (1) Kecemasan Psikologis, yang meliputi kecemasan, ketegangan, panik. (2) Kecemasan motorik ditandai dengan gejala fisik seperti tangan gemetar, bicara gagap, dan sikap tergesa-gesa. (3) Gangguan kecemasan yang disebabkan oleh kecemasan somatik (reaksi fisik atau biologis) dibagi menjadi dua kategori. Yang pertama adalah gejala langsung, yang meliputi mudah berkeringat, sesak napas, detak jantung cepat, tekanan darah tinggi, pusing, dan ketegangan otot. (4) Kecemasan pada pikiran Seseorang (kognitif) yang khawatir akan terus mengkhawatirkan berbagai kesulitan yang mungkin timbul, membuatnya sulit untuk berkonsentrasi atau mengambil keputusan, serta menjadi bingung dan pelupa. Contoh item skala yang digunakan seperti "Saya merasa tegang dalam meng-

hadapi pembelajaran tatap muka di saat pandemi. Sebelum digunakan skala ini diuji cobakan kepada 40 peserta didik di satu sekolah swasta selain sembilan sekolah swasta yang menjadi tempat penelitian. Hasil analisis validitas konstruk terdiri dari 40 aitem, menghasilkan 14 aitem yang gugur dan 26 aitem yang sah dengan koefisien diskriminasi aitem bergerak dari 0,491 sampai dengan 0,836 dan reliabilitas Alpha Cronbach sebesar 0,960.

Skala Dukungan Sosial disusun sendiri oleh peneliti berdasarkan teori Sarafino (2011) yang membagi dukungan sosial ke dalam empat aspek: dukungan emosional, dukungan penghargaan, dukungan instrumental, dan dukungan informatif. Contoh item skala yang digunakan seperti "Keluarga memberikan solusi ketika saya menghadapi masalah". Sebelum digunakan skala ini diuji cobakan kepada 40 peserta didik di satu sekolah swasta selain sembilan sekolah swasta yang menjadi tempat penelitian. Hasil analisis validitas konstruk terdiri dari 44 aitem, menghasilkan 21 aitem yang gugur dan 23 aitem yang sah dengan koefisien diskriminasi aitem bergerak dari 0,321 sampai dengan 0,795 dan reliabilitas Alpha Cronbach sebesar 0,930.

Skala Resiliensi disusun sendiri oleh peneliti berdasar pada teori Connor dan Davidson (2003) yang mencakup lima lima aspek yaitu: (1) *Personal competence; high standard and tenacity* yaitu individu yang ulet; dan memiliki standar yang tinggi. Contoh item: Saya memiliki tekad yang kuat untuk mencapai cita-cita. (2) *Trust in one's instincts; tolerance of negative affect; strengthening effect of stress* yaitu percaya pada naluri, toleran pada hal buruk dan mampu mengatasi akibat dari stres. Contoh aitem: Saya tetap berpikir jernih walaupun dalam situasi yang menegangkan. (3) *Positive acceptance of change and secure relationships* yaitu Individu menunjukkan kemampuan untuk menerima masalah secara positif sehingga tidak memengaruhi kehidupan sosial individu dengan orang lain. Contoh item: Saya mampu beradaptasi dengan lingkungan yang mudah berubah (4) *Control and factor* yaitu Individu memiliki kontrol terhadap dirinya sendiri dalam mencapai tujuan serta memiliki kemampuan untuk meminta dan mendapatkan dukungan sosial dari orang lain ketika mengalami suatu masalah. Contoh aitem: Saya melakukan berbagai cara untuk mengatasi kesulitan belajar. (5) *Spiritual influences* yaitu individu percaya kepada Tuhan dan individu percaya pada takdir.

Contoh aitem: Saya percaya sesuatu terjadi karena kehendak Tuhan. Sebelum digunakan skala ini diuji cobakan kepada 40 peserta didik di satu sekolah swasta selain sembilan sekolah swasta yang menjadi tempat penelitian. Hasil analisis validitas konstruk terdiri terdiri dari 34 aitem, menghasilkan 11 aitem yang gugur dan 23 aitem yang sah dengan koefisien diskriminasi aitem bergerak dari 0,364 sampai dengan 0,671 dan reliabilitas Alpha Cronbach sebesar 0,878.

Prosedur Penelitian

Penelitian memulai penelitian dari bulan Agustus sampai dengan Desember 2021. Tahapan penelitian yaitu: (1) Menentukan fokus penelitian, melakukan studi pendahuluan, membuat perumusan masalah, menyusun kerangka berfikir, menentukan teori, menyusun instrument penelitian dengan *expert judgment*, melakukan uji coba alat ukur berlanjut dengan melakukan uji diskriminasi, uji realibilitas dan uji asumsi dengan bantuan program *JASP versi 0.16 For Windows*.

Teknik Analisis Data

Peneliti menggunakan analisis deskriptif untuk menjelaskan kate-

gorisasi skor partisipan pada setiap variabel dan menggunakan analisis regresi ganda untuk menguji hipotesis penelitian. Semua proses analisis data menggunakan bantuan program *JASP versi 0.16 For Windows*. Analisa ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara dukungan social, resiliensi dengan kecemasan pada peserta didik yang mengikuti pembelajaran tatap muka.

Hasil

Hasil penghitungan rerata Tabel 1 kecemasan partisipan peneliti berada pada katagori sedang dengan total subyek 465 dengan prosentase 73,5 % dan berada pada katagori tinggi dengan total subyek 95 dengan prosentase 15 % dan pada kategori rendah dengan total subyek 73 dengan prosentase 11,5 %. Artinya secara umum skor kecemasan pada partisipan ter-golong sedang. Penghitungan pada variabel dukungan sosial diperoleh rerata mayoritas dukungan sosial partisipan peneliti berada pada katagori tinggi dengan total subyek 375 dengan prosentase 58,5 % dan berada pada katagori sedang dengan total subyek 255 dengan prosentase 40,3% dan pada kate-gori rendah dengan

total subyek 8 dengan prosentase 1,3 %. Artinya secara umum skor dukungan sosial pada partisipan tergolong tinggi.

Berdasarkan Tabel 3 mayoritas resiliensi partisipan peneliti berada pada katagori tinggi dengan total subyek 360 dengan prosentase 56,9 % dan berada pada katagori sedang dengan total subyek 272 dengan prosentase 43% dan pada kategori rendah dengan total subyek 1 dengan prosentase 0,2 %. Berda-sarkan table 4 mayoritas Hasil in-ventarisasi data responden menu-rut pekerjaan orang tua khususnya ibu, orang tua dalam penelitian ini secara keseluruhan adalah 633 subyek, dengan rincian 415 ibu menjadi ibu rumah tangga dengan prosentase 85,8%, 95 ibu bekerja sebagai wiraswasta dengan prosen-tase 20,2%, 32 ibu bekerja sebagai pedagang dengan prosentase 10,0%, 23 ibu bekerja sebagai tenaga pendidik dengan prosentase 4,9%, 4 ibu bekerja sebagai dokter dengan prosentase 1,3%, 1 ibu bekerja sebagai pengacara dengan prosentase 0,6%, 3 ibu bekerja sebagai Aparatur Sipil Negara (ASN) dengan prosentase 0,5%, sedangkan 14.2% atau sebesar 90 orang tua yang bekerja disektor lain.

Analisis Deskriptif

Tabel 1

Kategori Variabel Kecemasan

Kategori	Rentang	Frekuensi	Persentase
Rendah	26-60,5	73	11,5%
Sedang	61-95,5	465	73,5%
Tinggi	96-130	95	15%
Total		633	100%

Tabel 2

Data Deskriptif Dukungan Sosial

Kategori	Rentang	Frekuensi	Persentase
Rendah	23-53	8	1,3%
Sedang	54-84	255	40,3%
Tinggi	85-115	375	58,5%
Total		633	100%

Tabel 3

Data Deskriptif Resiliensi

Kategori	Rentang	Frekuensi	Persentase
Rendah	23-53	1	0,2%
Sedang	54-84	272	43%
Tinggi	85-115	360	56,9%
Total		633	100%

Tabel 4

Data responden berdasarkan Pekerjaan Ibu

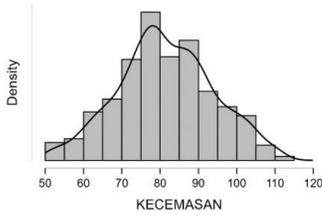
	Frequency	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid ASN	3	.5	.5
Pengacara	1	.2	.6
Dokter	4	.6	1.3
(Dosen, Guru)	23	3.6	4.9
Pedagang	32	5.1	10.0
Wiraswasta	65	10.3	20.2
Ibu Rumah Tangga	415	65.6	85.8
lainnya	90	14.2	100.0
Total	633	100.0	

Uji Asumsi

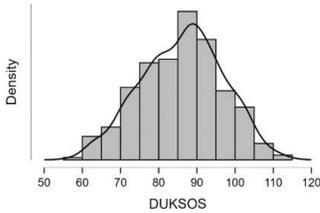
Sebelum melakukan uji hipotesis peneliti terlebih dahulu melakukan beberapa uji asumsi yaitu: (1) uji normalitas; (2) uji linearitas; (3) uji multikoleniaritas; (4) uji heteroskedastisitas. Field (2009) untuk melihat normalitas data pada sampel dengan kategori ukuran besar dapat dilihat pada nilai Skewness dan Kurtosis serta Grafik Histogram. Data dapat dikategorikan sebagai data berdistribusi normal apabila nilai Skewness dan Kurtosis berada diantara -1,96 sampai dengan 1,96 serta sebaran data membentuk sebuah lonceng yang terbalik yang terdapat pada grafik histogram, Hal ini menunjukkan bahwa data dalam penelitian ini terdistribusi secara teratur atau normal untuk setiap variabel.

Tabel 5

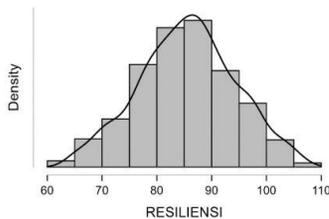
	Kecemasan	Duksos	Resiliensi
Skewness	0,019	-0,124	-
Std. Error of Skewness	0,097	0,097	0,097
Kurtosis	-0.307	-0.445	-0.340
Std. Error of Kurtosis	0.194	0.194	0.194



Gambar.1
Grafik Histogram Kecemasan



Gambar. 2
Grafik Histogram Dukungan Sosial



Gambar. 3
Grafik Histogram Resiliensi

Uji linieritas hubungan ini dilakukan dengan tujuan untuk mengetahui linieritas hubungan antara variabel Dukungan Sosial dan Resiliensi (bebas) dengan Kecemasan (terikat) pada peserta didik yang menjalani pembelajaran tatap muka. Jika *deviation from linierity* mempunyai taraf signifikansi $p \geq 0,05$ maka korelasi Dukungan Sosial dan Resiliensi

(X) dengan Kecemasan (Y) pada peserta didik yang menjalani pembelajaran tatap muka di Surabaya dinyatakan linier.

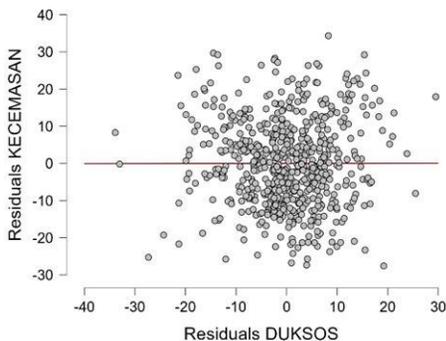
Berdasarkan hasil uji linieritas antar variabel menggunakan *Compare Means* didapatkan hasil koefisien *Deviation from Linierity* se-besar $F = 1,127$ dengan signifikansi $= 0.178 > 0,05$ artinya terdapat hubungan yang linier antara variabel Dukungan Sosial dan variabel Resiliensi dengan variabel Kecemasan.

Uji asumsi klasik selanjutnya adalah uji multikolinieritas. Pada tabel 5 dapat dilihat hasil uji multikolinieritas variabel dukungan sosial diperoleh nilai tolerance sebesar $0.654 > 0,10$ dan nilai VIF sebesar $1.528 < 10.00$. Sedangkan pada variabel resiliensi diperoleh nilai tolerance sebesar $0.654 > 0,10$ dengan nilai VIF sebesar $1.528 < 10.00$. Dapat disimpulkan tidak terjadi multikolinieritas antara variabel bebas dalam penelitian ini

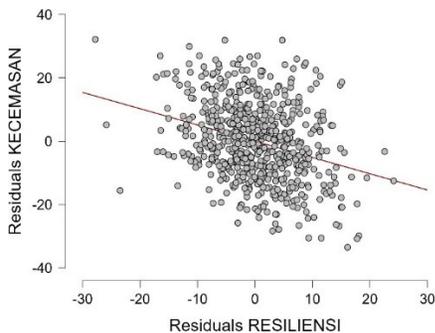
Tabel 6
Uji Multikolinieritas

Mo	Unstandar- dized	Collinearity Statistics			p	Tolera nce	VI F
		Stand ard	Standardi zed	t			
H ₀	(Intercept	81.52	0.497	164.188	<.0		
)		0			01		
H ₁	(Intercept	125.3	4.719		26.5	<.0	
)		25			56	01	
	DUKSO	0.002	0.054	0.001	0.02	0.97	0.654 1.5
	S				8	7	28
	RESILIE	-	0.065	-0.363	-	<.0	0.654 1.5
	NSI	0.513			7.89	01	28
							9

Uji Heterokedasitas bertujuan untuk menguji apakah dalam model regresi terjadi ketidaksamaan varians. Adapun hasil uji statistic Heterokedasitas yang diperoleh dalam penelitian ini adalah sebagai berikut



Gambar 4 Uji Penyimpangan Heteroskedastisitas Antara Variabel Duksos (X1) dengan Variabel Kecemasan (Y)



Gambar 5 Uji Penyimpangan Heteroskedastisitas Antara Variabel Resiliensi (X2) dengan Variabel Kecemasan (Y)

Berdasarkan grafik scatterplot menunjukkan bahwa terdapat pola

yang jelas serta titik yang menyebar di atas dan di bawah angka 0 pada sumbu Y. Jadi dapat disimpulkan bahwa tidak terjadi heteroskedastisitas pada model regresi.

Hasil Uji Hipotesis Penelitian

Hasil uji hipotesis penelitian menggunakan regresi ganda dengan bantuan program *JASP versi 0.16 for Windows* diperoleh Koefisien korelasi linear berganda adalah angka indeks yang digunakan untuk mengukur keeratan hubungan antara dua variabel. Sedangkan koefisien determinasi memiliki fungsi untuk menjelaskan sejauh mana kemampuan variabel independen (Dukungan Sosial dan Resiliensi) terhadap variabel dependen (Kecemasan). Hasil analisis Regresi diperoleh nilai koefisien korelasi ($r_{x_1x_2y}$) = 0,131 pada taraf signifikansi (p) = 0,000 ; ($p < 0,01$), artinya Dukungan sosial dan Resiliensi secara bersama-sama memberikan sumbangan efektif variabel dependent ke variabel independent sebesar 13.1%, sedangkan sisanya dipengaruhi oleh variabel lain yang tidak diteliti pada penelitian ini.

Tabel 7
Analisis Regresi Berganda Variabel
Prediktor terhadap Kecemasan
Model Summary - Kecemasan

Model	R	R ²	Durbin-Watson				Statistic	p
			Adjusted R ²	RMS E	Autocorrelation	Statistic		
H0	0.00	0.00	0.000	12.49	-0.018	2.036	0.653	
H1	0.36	0.13	0.128	11.66	0.012	1.975	0.758	

Hasil analisis korelasi diperoleh nilai koefisien korelasi variabel dukungan sosial dengan kecemasan sebesar -0,212 dengan sig. = 0,001 (p < 0,05). Maknanya, dukungan sosial memiliki hubungan negatif yang signifikan dengan kecemasan. Hasil tersebut membuktikan bahwa hipotesis yang menyatakan dukungan sosial berkorelasi negatif dengan kecemasan peserta didik yang mengikuti pembelajaran tatap muka.

Tabel 8
Analisis korelasi terhadap variabel
dukungan sosial dengan kecemasan

Pearson's Correlation		Pearson's r	p
KECEMAS - DUKS			
AN	OS	0.*	001
		2	1
		1	
		2	

*p < .05, **p < .01, ***p < .001

Hasil analisis korelasi diperoleh nilai koefisien korelasi variabel resiliensi dengan ke-

cemasan sebesar -0,362 dengan sig. = 0,001 (p < 0,05). Maknanya, resi-liensi memiliki hubungan negatif yang signifikan dengan kecemasan. Hasil tersebut membuktikan bahwa hipotesis yang menyatakan resi-liensi berkorelasi negatif dengan kecemasan peserta didik yang mengikuti pembelajaran tatap muka.

Tabel 9
Analisis korelasi terhadap variabel
dukungan sosial dengan kecemasan

Pearson's Correlations		Pearson's r	p
KECEMAS - RESILIE			
AN	NSI	0*	001
		.	1
		3	
		6	
		2	

*p < .05, **p < .01, ***p < .001

Pembahasan

Berdasarkan data deskriptif, dukungan sosial dan resiliensi memiliki kategori rata-rata pada kategori sedang. Hal ini menunjukkan bahwa subyek penelitian sudah memiliki konsep diri yang baik, dukungan sosial dari lingkungan keluarga yang cukup sehingga secara tidak langsung membuat kecemasan yang rendah. Namun sebesar 15% subyek masih memiliki kecemasan yang tinggi. Ketiga

hipotesis yang diajukan juga diterima. Artinya resiliensi yang dimiliki peserta didik dan dukungan sosial yang didapat selama pembelajaran tatap muka dapat menurunkan tingkat kecemasan yang dirasakan selama pembelajaran tatap muka.

Hasil penelitian ini menunjukkan jika peserta didik dalam penelitian ini mampu memahami kondisi dirinya secara fisik, psikis, moral dan sosial, sehingga memiliki konsep diri yang positif dan mampu menurunkan kecemasan. Seperti diketahui bahwa kecemasan peserta didik yang mengikuti pembelajaran tatap muka memiliki kategori di bawah rata-rata, dari 633 subyek yang diteliti terdapat 95 remaja dengan kategori sangat rendah yang memiliki nilai presentasi sebesar 23%, 73 subyek dengan kategori sangat rendah yang memiliki nilai presentasi sebesar 11.5% dan 465 remaja dengan kategori cukup yang memiliki nilai presentasi sebesar 73.5%. Secara keseluruhan hasil penelitian ini menunjukkan bahwa peserta didik memiliki resiliensi yang rata-rata tinggi sehingga akan lebih siap dalam mengikuti pembelajaran tatap muka serta didukung oleh keluarga dan teman-teman maka peserta didik akan memiliki percaya diri bahwa dengan bakat

yang dimiliki bisa membuat dirinya sukses, hal tersebut dapat menurunkan kecemasan.

Kecemasan merupakan komponen penting yang mempengaruhi dinamika pendidikan, pembelajaran, perhatian, konsentrasi dan performa akademik (Schunk, 2014). Kecemasan merupakan reaksi normal terhadap situasi yang menekan individu ketika dihadapkan suatu permasalahan. Kecemasan dapat muncul pada setiap individu saat sedang dihadapkan pada kondisi atau keadaan yang tidak menyenangkan sehingga keadaan tersebut menyebabkan keresahan terhadap individu. Kecemasan akan berakibat pada menurunnya prestasi belajar peserta didik.

Mengacu pada hipotesis kedua, temuan pada penelitian yang dilakukan pada peserta didik di sembilan sekolah swasta di Surabaya menunjukkan bahwa dukungan orang tua yang diberikan pada peserta didik yang mengikuti pembelajaran tatap muka tersebut mampu dirasakan dan membuat peserta didik menjadi pemicu semangat menjalani pembelajaran walaupun di tengah pandemic covid-19. Dukungan emosional, dukungan instrumental, dukungan penghargaan, dan dukungan pendidikan adalah semua jenis-jenis bantuan

sosial (Sarason, 1985). Temuan pada penelitian ini sejalan dengan penelitian terdahulu yang dilakukan oleh Uktia & Fani (2017) Peserta didik dengan tingkat dukungan sosial tinggi, lebih cenderung memiliki tingkat kecemasan akademik yang rendah, begitu juga sebaliknya jika individu kurang mendapatkan dukungan sosial akan meningkatkan kecemasan akademik. Penelitian lainnya dilakukan oleh Etiafani & Listiara, (2015) pada penelitian tersebut ditemukan jika menunjukkan adanya hubungan negatif yang signifikan antara self-regulated learning dengan kecemasan akademis. Temuan lain juga menunjukkan adanya hubungan negatif dan signifikan antara *School Well-Being* dan Kecemasan Akademik Pada Mahasiswa (Azyz et al., 2019).

Pada hipotesis yang ketiga dapat dijelaskan bahwa adaptasi kebiasaan baru di tengah pembelajaran tatap muka di masa pandemi covid-19 harus mampu dilalui peserta didik yang menempuh pendidikan hal tersebut tidak lain untuk mendapat nilai akademik yang memuaskan sesuai dengan capaian belajar. dengan adanya berbagai dampak-dampak negatif tersebut, maka perlu adanya upaya preventif untuk mencegah tingginya tingkat kecemasan peserta didik dengan mengetahui

faktor-faktor yang mempengaruhi. Salah satu faktor yang menentukan kecemasan adalah dukungan sosial dan resiliensi. dukungan sosial dan kemampuan beradaptasi di masa individu memainkan peran penting dalam mengurangi kecemasan. Menurut Zimet dan Mitchell (Missasi & Izzati, 2019), dukungan sosial adalah interpretasi seseorang terhadap keberadaan sumber dukungan yang berfungsi sebagai penyangga terhadap gejala dan terjadinya stres. Hal ini sesuai dengan definisi Taylor (Septiani dan Fitria, 2016) tentang dukungan sosial sebagai bantuan informasi dari orang lain yang dicintai dan memberikan perhatian, rasa hormat, dan nilai, yang merupakan bagian dari jaringan komunikasi dan memiliki kewajiban bersama.

Peserta didik yang menuntut ilmu secara tatap muka di sekolah pada saat pandemi tentu membutuhkan daya juang yang berbeda dengan kondisi sebelum pandemic Covid-19. Kemampuan untuk beradaptasi dengan kebiasaan baru dalam situasi yang sulit mengam-barkan jika individu memiliki resilien yang baik menurut Reivich dan Shatte dalam (Poerwanto dan Prihastiwati, 2017). Resiliensi dibutuhkan setiap

individu untuk mampu beradaptasi guna tetap teguh dalam situasi yang sulit. Resiliensi sebagai proses yang dinamis dimana individu mampu beradaptasi secara positif dalam keadaan yang tertekan Luthar dkk (Schoon 2006). Menurut Al Siebert (2005), resiliensi adalah kemampuan untuk mengatasi perubahan hidup dengan baik, menjaga kesehatan dalam kondisi stres, bangkit dari keterpurukan, mengatasi kesulitan, mengubah cara hidup seseorang ketika cara lama tidak lagi sesuai dengan keadaan saat ini, dan menghadapi masalah. Individu dianggap tangguh, menurut Holaday, ketika mereka dapat dengan cepat kembali membaik terhadap peristiwa kehidupan yang tidak menyenangkan (Tampi et al., 2013).

Kesimpulan

Temuan penelitian ini menunjukkan jika dukungan sosial dan resiliensi secara simultan mampu menurunkan kecemasan pada peserta didik yang mengikuti pembelajaran tatap muka, namun jika dilihat secara parsial dukungan social memiliki peranan yang lebih kuat dibandingkan dengan resiliensi.

Secara teoritis, penelitian ini

dapat memberikan sumbangan pada pengkayaan penelitian yang berkaitan dengan kecemasan yang terjadi pada dunia pendidikan. Secara praktis, memberikan saran kepada peserta didik untuk lebih semangat dalam menuntut ilmu terlebih hamper dua tahun peserta didik mengalami kemunduran terhadap prestasi akademiknya. Untuk peneliti selanjutnya pengembangan penelitian dapat dilakukan pada populasi peserta didik jenjang pendidikan dasar hingga perguruan tinggi, populasi minoritas seperti pada peserta didik dan mahasiswa berkebutuhan khusus dan mengalami keterbatasan ekonomi.

DAFTAR PUSTAKA

- Agung, S. (2019). *Hubungan Antara Dukungan Sosial dan Kecemasan Dalam Menghadapi Ujian Nasional Pada Siswa Menengah Pertama*.
- Azyz, A. N. M., Huda, M. Q., & Atmasari, L. (2019). School Well-Being dan Kecemasan Akademik pada Mahasiswa. *Happiness*, 3(1), 19–31.
- Dawel, A., Shou, Y., Smithson, M., Cherbuin, N., Banfield, M., Calear, A. L., Farrer, L. M., Gray, D., Gulliver, A., Housen, T., McCallum, S. M.,

- Morse, A. R., Murray, K., Newman, E., Rodney Harris, R. M., & Batterham, P. J. (2020). The Effect of COVID-19 on Mental Health and Wellbeing in a Representative Sample of Australian Adults. *Frontiers in Psychiatry, 11*(October), 1–8. <https://doi.org/10.3389/fpsy.2020.579985>
- Etiafani, J., & Listiara, A. (2015). Self-Regulated Learning Dan Kecemasan Akademik Pada Siswa Smk. *Empati, 4*(4), 144–149.
- Fadhilah, F. F. (2016). *Hubungan Antara Dukungan Sosial Sebaya dan Gaya Pengasuhan Ustadzah Dengan Kepatuhan Terhadap Peraturan Pada Santrivati Mts Pondok Pesantren Modern Islam Assalam Sukoharjo*. 1–64. <http://lib.unnes.ac.id/28692/1/1511412084.pdf>
- Field, A. (2009). Discovering statistics using SPSS ISM (London, England) Introducing statistical methods series. In *Sage* (Vol. 2nd, Issue Third Edition).
- Missasi, V., & Izzati, I. D. C. (2019). Faktor – Faktor yang Mempengaruhi Resiliensi. *Prosiding Seminar Nasional Magister Psikologi Universitas Ahmad Dahlan, 2019*, 433–441.
- Nisa, M. K., & Muis, T. (2016). Studi tentang daya tangguh (resiliensi) anak di panti asuhan sidoarjo. *Jurnal BK Unesa, 6*(3), 40–44.
- Novianty, A. (2015). Penyesuaian Dusun Jangka Panjang Ditinjau dari Resiliensi Komunitas Pasca Gempa. *Jurnal Psikologi, 38*(1), 30 – 39–39. <https://doi.org/10.22146/jpsi.7662>
- Petzold, M. B., Bendau, A., Plag, J., Pyrkosch, L., Mascarell Maricic, L., Betzler, F., Rogoll, J., Große, J., & Ströhle, A. (2020). Risk, resilience, psychological distress, and anxiety at the beginning of the COVID-19 pandemic in Germany. *Brain and Behavior, 10*(9), 1–10. <https://doi.org/10.1002/brb3.1745>
- Poerwanto, A., & Prihastiwi, W. J. (2017). Analisis Prediktor Resiliensi Akademik Siswa Sekolah Menengah Pertama di Kota Surabaya. *Psikosains, 12*(1), 45–57. <http://ir.obihiro.ac.jp/dspace/handle/10322/3933>
- Sarason, I. G. S. B. R. (1985). Loneliness Research: Basic Concepts and Findings. *Social Support: Theory, Research and*

Applications, 269–286.
https://doi.org/10.1007/978-94-009-5115-0_15

- Septiani dan fitria. (2016). Hubungan Antara Resiliensi Dengan Stres Pada Mahasiswa Sekolah Tinggi Kedinasan. *Jurnal Penelitian Psikologi*, 07(02), 59–76.
- Tampi, B., Kumaat, L., & Masi, G. (2013). Hubungan Sikap Dukungan Sosial Dengan Tingkat Resiliensi Stres Penyintas Banjir Di Kelurahan Taas Kecamatan Tikala Kota Manado. *Jurnal Keperawatan UNSRAT*, 1(1), 111025.
- Uktia, F., & Fani, I. (2017). Hubungan Antara Religiusitas Dengan Kecemasan Akademik Pada Siswa Madrasah Aliyah Negeri. *Psikis: Jurnal Psikologi Islami*, 2(2).