

## **DAMPAK PSIKOLOGIS AKIBAT SISTEM PEMBELAJARAN ONLINE DAN PENANGANANNYA DI SEKOLAH KRISTEN KANAAN SEMARANG**

**Nicky Adi Adrian<sup>1</sup>, Karnawati<sup>2</sup>, Nixon Dixon<sup>3</sup>**  
STT Baptis Indonesia  
nickyadi@stbi.ac.id

### ***Abstract***

*The psychological condition of students really needs to be considered, because it involves the achievement of a learning goal that is carried out in class. The online learning system that was running some time ago, in several studies showed a significant impact in terms of providing facilities and infrastructure, especially communication tools, internet networks, and also individual assistance. Thus it is necessary to study the psychological impact of students in these conditions. The purpose of this research is to look at the psychological impact due to the online learning system and the form of treatment carried out by schools. Researchers used qualitative research methods with direct observation data collection techniques, distributing questionnaires, and interviews. The research population was all seventeen students of Kanaan Christian School Semarang. The results of the study found that there was a psychological impact due to online learning in the form of learning concentration problems, stress problems, and learning motivation problems. While the form of handling from schools is by lending communication tools, providing internet quota, changing learning methods to attract student focus, and private counseling by class teachers and religion teachers.*

*Keywords: Psychological impact, online learning system, psychological treatment.*

### **Abstrak**

Kondisi psikologis peserta didik sangat perlu diperhatikan, karena menyangkut tercapainya sebuah tujuan pembelajaran yang dilakukan di kelas. Sistem pembelajaran online yang berjalan beberapa waktu lalu, dalam beberapa penelitian menunjukkan adanya dampak yang signifikan dalam hal penyediaan sarana dan prasarana, terutama alat komunikasi, jaringan internet, dan juga pendampingan secara individual. Dengan demikian perlu dikaji dampak psikologis peserta didik dalam kondisi tersebut. Tujuan penelitian ini adalah melihat dampak psikologis akibat sistem pembelajaran online dan bentuk penanganan yang dilakukan oleh sekolah. Peneliti menggunakan metode penelitian kualitatif dengan teknik pengumpulan data pengamatan langsung, menyebar kuisioner, serta wawancara. Populasi penelitian adalah seluruh peserta didik Sekolah Kristen Kanaan Semarang yang berjumlah tujuh belas peserta didik. Hasil penelitian ditemukan adanya dampak psikologis akibat pembelajaran online berupa masalah konsentrasi belajar, masalah stress, dan masalah motivasi belajar. Sedang bentuk penanganan dari sekolah adalah dengan meminjamkan alat komunikasi, menyediakan kuota internet, mengubah metode pembelajaran untuk menarik peserta didik fokus, dan konseling pribadi oleh guru kelas dan guru agama.

Kata kunci : Dampak psikologis, sistem pembelajaran online, penanganan psikologis.

## PENDAHULUAN

Pendidikan merupakan sebuah upaya memberi bantuan pada peserta didik dalam rangka pengembangan karakter dan kepribadian yang mengarah pada peradaban manusia yang lebih baik. Melihat pentingnya pendidikan bagi kemajuan bangsa, maka pemerintah menetapkan sebuah sistem pendidikan nasional untuk memastikan bahwa semua lapisan masyarakat dapat menerima pendidikan. Pasca Covid-19 di Indonesia masyarakat mendapatkan tantangan baru untuk memperoleh pendidikan, dampak ini masih terasa sampai akhir tahun 2021. Solusi yang bisa dipakai untuk tetap menjalankan pendidikan di masa ini adalah dengan pembelajaran jarak jauh secara *online*.

Pada dasarnya tidak ada perbedaan antara pembelajaran secara tatap muka maupun secara online, karena pembelajaran yang efektif haruslah menjalankan enam hal, yaitu: (1) mempersiapkan alat-alat yang dibutuhkan oleh peserta didik; (2) membantu mengendalikan suasana belajar yang kondusif bagi peserta didik; (3) menjaga komunikasi antar peserta didik agar tetap berlangsung; (4) membiasakan peserta didik untuk berlatih mengukur kemampuan, mengerjakan beban pekerjaan yang diberikan sehingga peserta didik mampu menggunakan teori yang telah didapatkan; (5) mengadakan evaluasi terhadap kemampuan peserta didik; (6) menyiapkan tempat belajar yang aman dan nyaman.

Sekolah Kristen Kanaan Semarang termasuk salah satu sekolah yang melakukan pembelajaran secara online pada semua jenjang dan semua mata pelajaran termasuk dalam penerapan hal-hal rohani peserta didik seperti penerapan nilai-nilai Kristen dalam setiap mata pelajaran, doa pagi peserta didik, dan kebaktian peserta didik. Sekolah Kristen Kanaan Semarang melaksanakan pembelajaran secara online dengan memberikan penjelasan materi yang dilaksanakan melalui video atau catatan dalam bentuk file dan latihan soal melalui aplikasi Kanaan Integrated Support System (KISS), Zoom Meeting, dan WhatsApp Messenger. Aplikasi Kanaan Integrated

Support System (KISS) merupakan aplikasi yang dibuat sendiri oleh Sekolah Kristen Kanaan agar peserta didik, guru, dan orang tua bisa mengerti tugas-tugas yang diberikan guru pada hari itu. Bukan hanya itu, aplikasi ini juga membantu orang

---

tua memperhatikan nilai anaknya, dan bisa menjadi media untuk mengirimkan tugastugas yang diberikan oleh guru.

Dalam sistem pembelajaran online, peserta didik tidak hanya mendengarkan materi yang disampaikan guru, tetapi juga secara aktif memperhatikan, melakukan, dan mendemonstrasikan. Bahan ajar juga dapat dibuat dalam berbagai bentuk agar lebih menarik dan dinamis, yang dapat menginspirasi peserta didik untuk lebih memahami proses pembelajaran. Sistem pembelajaran online menyebabkan komunikasi antara guru dan peserta didik tetap berlangsung selama proses belajar di rumah, hal ini merupakan hal yang positif untuk menanggapi peraturan pemerintah yaitu harus diberlakukan *social distancing*.

Walaupun ada jalan keluar untuk masalah Covid-19, tetap saja pembelajaran secara online bukanlah menjadi hal yang mudah untuk dilakukan, baik dari pendidik maupun peserta didik dan orang tua. Begitu juga yang terjadi di Sekolah Kristen Kanaan Semarang ketika melaksanakan pembelajaran secara online. Timbul masalahmasalah selama pembelajaran online berlangsung, yang tentu menghambat berjalannya proses pembelajaran dan tercapainya visi dan misi sekolah. Masalah tersebut antara lain: tidak adanya perangkat digital yang memadai seperti smartphone atau laptop sehingga sulit untuk bisa mengikuti pembelajaran yang dilakukan secara online, tidak adanya jaringan internet yang memadai membuat pembelajaran tidak dapat diikuti secara penuh dan membuat peserta didik mendengarkan penjelasan secara tidak lengkap, lingkungan belajar yang tidak mendukung dikarenakan berisik, tidak ada fasilitas meja dan kursi, tidak ada pendamping, bahkan sering disuruh oleh orang tua untuk melakukan hal yang lain ketika sedang mengikuti pembelajaran online, pecah fokus ke hal lain seperti gadget, dan orang lain di rumah yang melakukan kegiatan, sampai tidak ada teman belajar.

Hal ini menjelaskan bahwa sistem pembelajaran online masih kurang efektif untuk digunakan karena masih ditemukan beberapa hambatan dalam pelaksanaannya. Proses pembelajaran harus beradaptasi dengan mengandalkan teknologi internet untuk dapat memenuhi kebutuhan peserta didik. Selain itu dalam pelaksanaan pembelajaran, peserta didik tidak hanya mengandalkan peran guru, tetapi membutuhkan peran orang tua untuk mendampingi selama melakukan kegiatan pembelajaran di rumah, terutama dalam pendidikan yang berkaitan dengan

---

kerohanian peserta didik di sekolah Kristen, seperti pendidikan agama, kegiatan doa pagi peserta didik, dan kebaktian peserta didik. Namun melihat hambatan-hambatan yang terjadi dapat disimpulkan bahwa peserta didik mengalami kesulitan dalam memenuhi kebutuhan pendidikan lewat sistem pembelajaran online.

Sistem pembelajaran online digunakan pada saat pandemi memang sangat efektif karena melihat tidak ada cara lain yang dapat digunakan dalam masa pandemi ini, namun kurang efektifnya sistem pembelajaran online justru berdampak pada psikologis peserta didik, dampak ini tentunya menghambat tercapainya visi dan misi yang ditetapkan oleh Sekolah Kristen Kanaan, yang menciptakan individu berkarakter Kristus. Oleh karena itu dengan beberapa latar belakang permasalahan yang timbul ini maka peneliti ingin meneliti apa saja dampak negatif dari sistem pembelajaran online terhadap psikologis peserta didik dan bagaimana cara penanganan yang dilakukan oleh Sekolah Kristen Kanaan Semarang.

#### **METODE PENELITIAN**

Metode penelitian yang digunakan adalah penelitian kualitatif. Penelitian ini diarahkan untuk memperoleh kenyataan-kenyataan yang berkaitan dengan dampak negatif yang timbul pada psikologis peserta didik akibat sistem pembelajaran online dan penanganan apa saja yang dilakukan untuk mengatasi permasalahan psikologis akibat sistem pembelajaran online di Sekolah Kristen Kanaan Semarang. Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh peserta didik SD Kristen Kanaan Semarang dengan jumlah 17 anak. Teknik pengumpulan data yang digunakan adalah dengan pengamatan langsung, membagi kuisisioner dan wawancara semiterstruktur. Kuisisioner dibagikan kepada peserta didik melalui Google Form untuk memahami masalahmasalah psikologis yang muncul akibat sistem pembelajaran online. Sedangkan wawancara semiterstruktur digunakan untuk memperoleh data dari kepala sekolah untuk mengetahui bentuk penanganan yang sekolah lakukan dalam menghadapi masalah psikologis peserta didik akibat sistem pembelajaran online. Hasil pengamatan, kuisisioner dan wawancara yang sudah terkumpul kemudian dioleh melalui tiga tahapan yaitu diskripsi data, analisis data, dan interpretasi data.

---

## **HASIL DAN PEMBAHASAN**

### **Hasil**

Psikologi adalah ilmu yang mempelajari banyak hal tentang jiwa, baik itu gejalanya, proses terjadinya, ataupun latar belakang terjadinya hal tersebut (Parnawi, 2021). Oleh karena itu psikologi dikatakan sebagai disiplin ilmu yang berhubungan dengan segala hal tentang kehidupan manusia (Gunarsa & Gunarsa, 2008, p. 28). Psikologis seorang juga dapat mendeskripsikan karakter yang muncul pada dirinya (Hartaik, 2014, p. 55). Pada dasarnya jiwa manusia berkembang sesuai dengan perkembangan jasmani, oleh karena itu psikologis dapat digolongkan berdasarkan usia individu (Mustadi & Dkk, 2020, p. 68).

Dalam dunia pendidikan, psikologi memegang peran yang sangat penting untuk mengetahui kondisi peserta didik (Mudjiran, 2021, p. 7). Pendidik memiliki tanggung jawab untuk mengenal kondisi peserta didik, karena pengenalan akan kondisi peserta didik berkaitan erat dengan tercapainya tujuan pembelajaran (Lidi, 2021). Dalam Injil Yohanes 10:11-18 Yesus berbicara mengenai diri-Nya sebagai seorang gembala yang baik, gembala yang baik mengenal domba-domba-Nya begitu juga dengan domba-domba yang mengenal gembalanya. Hal ini menjelaskan tentang seorang pemimpin yang baik haruslah mengenal murid-muridnya artinya memahami kondisi setiap murid, dan juga dikenal oleh murid-muridnya artinya dapat menunjukkan pribadi yang menjadi contoh teladan yang baik (Sumiwi., Rachmani Endang, 2019).

Awal sistem pembelajaran online (Pembelajaran Jarak Jauh) dilakukan pada abad ke-18 menggunakan surat, selanjutnya menggunakan bantuan teknologi (Belawati, 2019, p. 6). Sistem ini hadir sebagai dampak dari perkembangan ilmu teknologi yang membuat informasi dapat disampaikan dengan lebih cepat bahkan semakin lama perkembangan ilmu teknologi membuat manusia mendapatkan informasi kurang dari satu detik walaupun dalam jarak yang jauh (Pujilestari, 2020). Kemajuan ilmu teknologi didukung dengan besarnya usaha penyebaran alat komunikasi ke banyak daerah di Indonesia, baik di perkotaan maupun ke daerahdaerah yang sulit dijangkau, hal ini menunjang sistem pembelajaran online dapat dilaksanakan di hampir seluruh Indonesia (Taufik, 2019). Dengan adanya sistem pembelajaran online, peserta didik dapat belajar dimanapun dan kapanpun ketika mereka terhubung dengan Internet, hal ini merupakan hal yang

---

menguntungkan bagi peserta didik untuk mempercepat perkembangan dalam pendidikan yang dialami oleh peserta didik (Muna & Larasati, 2021). Adanya sistem pembelajaran online juga didukung oleh beberapa *platform*, seperti *Google Classroom*, *Google Meet*, *Whatsapp Group*, *Zoom Meet*, dan platform lainnya untuk menunjang dan mempermudah proses belajar.

Lewat *platform-platform* ini maka hubungan jarak jauh antar peserta didik, maupun guru dengan peserta didik akan tetap berjalan, karena selain dapat digunakan untuk proses belajar, *platform* seperti *Google Classroom* dapat membantu peserta didik dalam mengumpulkan tugas-tugas, bahkan *Google Classroom* akan mendapatkan notifikasi untuk mengingatkan peserta didik berkaitan dengan tugastugas yang akan segera dikumpulkan, peserta didik akan menerima notifikasi juga jika ada pengumuman yang disampaikan oleh guru. disamping itu dalam platform seperti *Google Classroom* peserta didik dapat mengakses materi-materi berupa *voice note*, *video*, *power point*, dan sebagainya yang diberikan oleh guru untuk dibuka kembali ketika ingin mempelajari ulang materi yang disampaikan (Hakim & dkk, 2021).

Dampak Psikologis Akibat Sistem Pembelajaran Online, Konsentrasi adalah memusatkan pikiran hanya pada apa yang sedang dipelajari (Kkbi.kemendikbud, 2021). Konsentrasi merupakan salah satu dari aspek psikologis yang sulit dilihat secara lansung, namun akan lebih mudah dilihat ketika individu sedang melakukan proses belajar. Hal ini terjadi dikarenakan aktivitas yang sedang dilakukan oleh individu belum tentu sejalan dengan apa yang sedang mereka pikirkan (Isnawati, 2020, p. 80). Konsentrasi sangat berpengaruh terhadap mutu belajar peserta didik supaya dapat fokus dalam pelajaran, dan mempermudah peserta didik untuk menerima dan menangkap materi (Surya, 2011, p. 110). Konsentrasi belajar peserta didik ketika pembelajaran online ditentukan dari dua faktor, yakni internal dan eksternal.

Faktor internal berkaitan dengan kondisi dalam diri peserta didik (Cahya Setiani et al., 2014, p. 40) keadaan tersebut berkaitan dengan emosional yaitu timbul perasaan kurang nyaman karena sesuatu yang mengakibatkan timbul rasa kuatir, sedih, benci, takut, kesal, sakit hati, perasaan-perasaan ini akan menghabiskan fokus dan perhatian peserta didik dari pelajaran (Surya, 2007). Faktor internal ini akan mudah muncul ketika pembelajaran *online*, karena masalah-masalah yang dihadapi

peserta didik seperti tidak adanya perangkat digital dan sinyal yang kurang mendukung berjalannya pembelajaran, hal ini tentu akan menguras emosi peserta didik, atau ketika peserta didik tidak dapat masuk kelas tepat waktu, tidak dapat mengerjakan tugas-tugas tertentu karena tidak terkendala sinyal ketika guru menjelaskan materi tersebut, dan tidak dapat mengumpulkan tugas tepat waktu. Sedangkan faktor eksternal berhubungan dengan keadaan lingkungan tempat dilaksanakannya pembelajaran yang tidak mendukung, seperti suara gaduh, orang-orang sekitar yang lalu lalang, ada oknum-konum yang mengganggu baik ketika memperhatikan materi maupun ketika mengerjakan tugas (Cahya Setiani et al., 2014). Hal ini juga akan peserta didik jumpai ketika melaksanakan pembelajaran *online*.

Ciri peserta didik yang sedang berkonsentrasi dalam pelajaran berhubungan dengan tingkah laku belajar yang dibagi menjadi tingkah laku kognitif, afektif, dan psikomotorik. Tingkah laku belajar dapat dijadikan untuk melihat adanya konsentrasi belajar dalam diri peserta didik, ciri-cirinya yaitu: tingkah laku kognitif, dapat diketahui ketika peserta didik dapat menggunakan pengetahuannya ketika berhadapan dengan pertanyaan-pertanyaan yang berhubungan dengan materi pelajaran, serta mampu menerima isi materi sehingga menghasilkan pengetahuan dari informasi yang didapatkan, tingkah laku afektif, dapat dilihat dari adanya timbal balik atas apa yang diterima sebagai reaksi atas informasi yang didapat, serta mengeluarkan suatu pemikiran hasil pertimbangan sendiri, tingkah laku psikomotorik, dapat dilihat dari kesesuaian petunjuk yang diberikan oleh guru dengan gerakan anggota tubuh peserta didik (Prabandini Mulyana et al., 2013).

Sejumlah 53,3% peserta didik melakukan pembelajaran dengan dua cara, dirumah dan di sekolah, sedangkan 46,7% melakukan pembelajaran sepenuhnya di rumah. Penyebab anak melakukan pembelajaran sebagian di rumah dan sebagian di sekolah adalah pembelajaran di rumah membuat peserta didik tidak fokus (23,1%), dan tidak ada jaringan internet yang memadai (15,4%). Berikut prosesntasi kesulitan yang dialami oleh peserta didik yang melakukan pembelajaran dari rumah yaitu: tidak fokus (7,7%), tidak ada perangkat digital yang memadai (15,4%), tidak ada jaringan internet yang memadai (7,7%). Masalah yang dihadapi lebih dari setengah partisipan menunjukkan kurang efektifnya sistem pembelajaran online.

Sejumlah 60% menganggap suasana belajar di rumah sudah mendukung, sedangkan 40% peserta didik lainnya merasa tidak mendukung hal ini disebabkan

karena berisik (23,1%), tidak ada pendampingan yang maksimal (7,7%), tidak ada fasilitas (meja, kursi, cahaya, dll) (7,7%), diminta melakukan hal lain oleh orang tua atau anggota keluarga (menyapu, membeli sesuatu, dll) (7,7%), dan tidak fokus (23,1%), aktivitas anggota keluarga di rumah yang mengganggu (15,4%). Dari sini dapat kembali ditemukan bahwa masalah konsentrasi belajar terlihat jelas terjadi kepada peserta didik selama melakukan pembelajaran online

Permasalahan mengenai stress berhubungan dengan permasalahan psikologis (Sumakul & Ruata, 2020). Stres merupakan pola reaksi serta adaptasi terhadap ancaman dan tantangan, baik dari faktor internal maupun faktor eksternal individu (Musradinur, 2016). Stres individu didasarkan oleh hal-hal yang berpengaruh pada kemampuan adaptasi diri sendiri, contohnya usia, kepribadian, pengetahuan, cara belajar, keadaan fisik, dan lingkungan (Fauziyyah et al., 2021). Peserta didik harus beradaptasi dengan sistem pembelajaran online, hal ini yang didorong oleh pendidik. Disisi lain peserta didik mengalami banyak kekhawatiran yang menimbulkan masalah stress muncul. Proses penyesuaian individu berkaitan erat dengan perasaan stress serta mempengaruhi cara individu untuk menghadapi perasaan-perasaan negatif yang muncul dalam menghadapi tantangan (Zaini, 2019).

Masalah Stress dapat dilihat dari tingkah laku peserta didik, yaitu tidak menghadiri jam sekolah atau tidak menghadiri jam pelajaran tertentu, cemas menghadapi tes, melakukan kecurangan dalam mengerjakan tugas, tidak menghiraukan materi, tidak menguasai kompetensi, merasa tidak tenang ketika belajar, takut berkomunikasi dengan guru, sulit fokus ketika belajar, keinginan untuk berganti jam pelajaran, takut pada materi yang sulit, tidak suka ketika ada penambahan jam pelajaran, timbul rasa kuatir pada pelajaran tertentu, kepanikan ketika mengerjakan tugas yang banyak atau sulit.(Nurmalasari et al., 2016) Masalah stress dapat dilihat juga dari emosi dan perasaan yang muncul dalam diri peserta didik, hal ini ditandai dengan keadaan mudah marah, murung, ketakutan, panik, ceroboh, banyak mengeluh, mudah menangis, merasa tidak mampu, merasa tidak dipedulikan, sering terlalu kritis terhadap diri sendiri dan orang lain, tidak aktif, mudah terbawa perasaan (Kurnia Rahmawati, 2015).

Berdasarkan penelitian sejumlah 86,7% mengatakan jam pelajaran sudah cukup, tidak membebani peserta didik, dan tugas yang diberikan guru dapat dilaksanakan dengan baik, sedangkan 13,3% merasa jam pelajaran terlalu banyak,



dan tugas dari guru sangat membebani. Dari data ini didapatkan bahwa penetapan jam pelajaran dan tugas yang disediakan sekolah dapat diterima oleh mayoritas peserta didik, karena hanya dua peserta didik yang merasa bahwa jam pelajaran dan tugas terlalu banyak.

Cara peserta didik melakukan belajar di rumah adalah dengan mengerjakan tugas dari guru (66,7%), menggunakan buku pelajaran (40%), berinteraksi dengan guru secara online (46,7%), menggunakan aplikasi belajar daring seperti, Rumah Belajar, Ruang Guru, Zenius, dll (13,3%), Membuat proyek (26,7%), dan belajar dari sumber belajar digital (*e-book, Youtube, Google, dll*) (20%). Data ini menjelaskan bahwa walaupun pembelajaran dilakukan di rumah namun metode mengajar yang dilakukan masih bervariasi dan tidak monoton atau tidak sebatas hanya memberikan materi dan tugas saja, selain itu guru juga memberi akses lebih untuk berinteraksi secara online dengan peserta didik.

Interaksi guru dengan peserta didik berjalan dengan baik dirasakan oleh 80% peserta didik sedangkan 20% lainnya mengalami kesulitan ketika berinteraksi dengan guru. Interaksi guru dengan peserta didik dilakukan melalui menggunakan kelas online dari guru (*Google Calsroom, kelas maya rumah belajar, quipper school*) (40%), menggunakan media sosial (*WhatsApp, Line, Facebook, dll*) (33,3%), menggunakan video conference dari Guru (*Zoom, Google Meet, Skype, WhatsApp Video Call, dll*) (66,7%), dan menggunakan telpon/ SMS (20%). Dari sini juga dapat ditemukan bahwa interaksi yang dilakukan antar peserta didik dan guru masih dapat berjalan pada mayoritas peserta didik namun walaupun demikian masih ada tiga peserta didik yang mengalami kesulitan dalam berinteraksi dengan guru

Selanjutnya 46,7% peserta didik mudah menjadi marah karena hal sepele ketika belajar di rumah, sedangkan 53,3% lainnya tidak mengalami hal yang serupa. 46,7% peserta didik cenderung bereaksi berlebihan terhadap situasi buruk selama belajar di rumah dan 53,3% lainnya tidak mengalami hal yang serupa. 20% peserta didik merasa sulit untuk merasa santai selama belajar di rumah dan 80% lainnya merasa mudah untuk bersantai selama belajar di rumah. 53,3% peserta didik mudah merasa kesal selama belajar di rumah sedangkan 46,7% lainnya tidak merasakan hal yang serupa. 46,7% peserta didik merasa tidak sabaran ketika mengalami penundaan selama belajar di rumah sedangkan 53,3% lainnya tidak mengalami hal yang serupa. 33,3% peserta didik merasa mudah tersinggung selama belajar di rumah sedangkan

66,7% lainnya tidak mengalami hal yang serupa. 20% peserta didik merasa sulit untuk beristirahat selama belajar di rumah sedangkan 80% lainnya tidak merasakan hal yang serupa. 40% peserta didik merasa mudah sekali gelisah selama belajar di rumah sedangkan 60% lainnya tidak merasakan hal yang serupa. 33,3% peserta didik merasa cemas selama belajar di rumah sedangkan 66,7% lainnya tidak merasakan hal yang serupa. Dari data yang didapatkan dapat disimpulkan bahwa lebih dari setengah partisipan mengalami masalah stress selama belajar di rumah. Masalah stress yang dialami peserta didik bukan didasarkan pada waktu belajar dan tugas yang banyak karena data mencatatkan bahwa mayoritas peserta didik masih dapat beristirahat, dan bersantai selama melakukan pembelajaran dari rumah namun masalah stress yang dialami oleh peserta didik disebabkan karena peserta didik belum dapat membiasakan diri dengan sistem pembelajaran online. Hal ini dibuktikan dengan timbulnya emosi negatif pada diri peserta didik, yaitu mudah marah, bereaksi berlebihan, mudah tersinggung, tidak sabaran, mudah gelisah, dan mudah cemas selama melaksanakan sistem pembelajaran *online*.

Motivasi adalah upaya untuk mempersiapkan diri sendiri supaya memiliki keinginan untuk mengerjakan suatu hal, walaupun pekerjaan tersebut tidak disukai (Winata, 2021). Motivasi merupakan syarat mutlak bagi seseorang untuk belajar, karena motivasi memegang pengaruh 46,4% kepada peserta didik dalam proses belajar (Urbayatun, 2018, p. 11).

Motivasi belajar dapat dilihat ketika timbul reaksi pada peserta didik, reaksi tersebut berupa tingkah laku yang dapat dilihat. Tekun mengerjakan tugas adalah indikator untuk melihat motivasi belajar peserta didik, karena dengan tekun mengerjakan tugas dapat dilihat bahwa seorang individu memiliki keinginan yang besar untuk menyelesaikan tugasnya, serta konsisten untuk menyelesaikan tugasnya. Di Indonesia umum bagi peserta didik untuk memiliki pekerjaan Rumah yang harus dikerjakan. Guru bertanggung jawab untuk memperhatikan ketekunan dan ketepatan tugas-tugas yang telah diselesaikan oleh peserta didik (Saeful Rahmat, 2018, pp. 145– 146).

Ulet menghadapi kesulitan menandakan bahwa peserta didik pantang menyerah ketika berhadapan dengan suatu hal yang sulit. Kesulitan yang dimaksudkan dapat berupa materi pembelajaran, maupun tugas-tugas sekolah. Sebagai makhluk sosial, peserta didik memiliki caranya masing-masing dalam

menunjukkan minat terhadap masalah. Peserta didik yang memiliki motivasi akan turut serta membantu guru dalam menyelesaikan masalah-masalah dalam belajar. sikap inilah yang dapat dilihat oleh guru dalam menilai motivasi belajar peserta didik (Gunawan zebua, 2020, pp. 48–49).

Peserta didik yang lebih senang ketika mengerjakan sesuatu sendiri menandakan sikap kemandirian. Sikap mandiri sangat dibutuhkan selama melakukan pembelajaran online, ditambah jika orang tua tidak dapat menemani peserta didik selama pembelajaran berlangsung. kemandirian akan membuat peserta didik mampu untuk mewujudkan hasil belajar yang maksimal, ditambah peserta didik yang kemandirian akan lebih mudah untuk mengerjakan tugas-tugas yang ada. Bosan mengerjakan tugas tidak selalu menandakan adanya hal negatif pada peserta didik, karena mudah merasa bosan ketika tugas-tugas yang diberikan bersifat mekanis dan berjalan berulang-ulang menandakan adanya motivasi pada peserta didik (Iqbal harissudin, 2019, pp. 43–44).

Sejumlah 86,7% peserta didik merasa bahwa hal-hal yang dipelajari selama belajar online berguna bagi dirinya sedangkan 13,3% lainnya merasa bahwa apa yang dipelajari selama belajar online tidak berguna bagi dirinya. 53,3% peserta didik merasa kurang tertarik untuk belajar selama belajar di rumah dan 46,7% lainnya tertarik untuk belajar selama belajar di rumah. 86,7% peserta didik merasa harus bekerja keras untuk mendapat nilai yang bagus selama belajar di rumah sedangkan 13,3% lainnya tidak merasa harus bekerja keras untuk mendapat nilai yang bagus selama belajar di rumah. 46,7% peserta didik merasa materi pembelajaran yang disampaikan terlalu sulit selama belajar di rumah, sedangkan 53,3% lainnya tidak merasakan hal yang serupa. 80% peserta didik merasa pembelajaran di rumah memberikan banyak manfaat bagi dirinya, sedangkan 20% lainnya merasa bahwa pembelajaran di rumah tidak memberikan banyak manfaat bagi dirinya. 86,7% peserta didik mencoba untuk menentukan standar nilai yang sempurna sedangkan 13,3% lainnya tidak mencoba untuk menentukan standar nilai yang sempurna. 66,7% peserta didik merasa bahwa isi pelajaran sesuai dengan harapan selama belajar di rumah sedangkan 33,3% lainnya merasa bahwa isi pelajaran tidak sesuai dengan harapan selama belajar di rumah. 40% peserta didik merasa bahwa guru sangat mempengaruhi kualitas belajar sehingga peserta didik merasa ingin sekali belajar selama belajar di rumah sedangkan 60% lainnya merasa bahwa guru tidak

mempengaruhi kualitas belajar sehingga peserta didik tidak merasa ingin belajar selama belajar di rumah. 86,7% peserta didik merasa ingin tahu isi dari pelajaran selama belajar di rumah sedangkan 13,3% lainnya tidak merasa ingin tahu isi dari pelajaran selama belajar di rumah. 86,7% peserta didik merasa bahwa tugas yang diberikan cukup mendukung selama belajar di rumah sedangkan 13,3% lainnya merasa bahwa tugas yang diberikan tidak cukup mendukung selama belajar di rumah.

Data diatas menunjukkan bahwa peserta didik sadar dan membutuhkan materi pelajaran karena berguna bagi dirinya namun disamping itu lebih dari setengah partisipan kurang tertarik untuk belajar selama belajar di rumah, artinya peserta didik sadar bahwa materi yang disampaikan guru adalah penting namun motivasi untuk mau memahami materi belajar selama belajar di rumah sangat rendah hal ini dikarenakan peserta didik merasa bahwa materi yang didapatkan tidak sesuai dengan harapan, dan guru tidak mempengaruhi kualitas belajar peserta didik.

### **Pembahasan**

Masalah konsentrasi belajar yang terjadi kepada peserta didik selama melakukan belajar dirumah telah disadari oleh pihak sekolah. Sekolah menyadari bahwa peserta didik mendapatkan kesulitan dalam hal alat komunikasi, jaringan internet, kondisi lingkungan belajar dirumah, yang mengakibatkan sulitnya fokus selama belajar di rumah. Untuk peserta didik yang memiliki kendala dalam alat komunikasi sekolah memberikan bentuk penanganan dengan meminjamkan alat komunikasi berupa Smartphone supaya peserta didik dapat melakukan proses belajar dirumah, sedangkan untuk jaringan internet setiap peserta didik sudah mendapatkan bantuan dari pemerintah berupa paket internet untuk pelajar, namun sekolah mendapatkan info bahwa tidak semua peserta didik mendapatkan jaringan yang baik, dikarenakan kondisi lokasi yang memang sulit mendapatkan sinyal internet yang baik. Dalam menangani hal ini sekolah juga memberikan bentuk upaya berupa pemberian paket internet khusus dengan mencoba berbagai provider yang cocok, dan dalam kasus yang terjadi pada peserta didik memang semua provider tidak ada yang cocok, maka sekolah mengundang peserta didik secara khusus untuk melakukan pembelajaran secara tatap muka tentunya dengan catatan bahwa peserta didik sedang berada dalam keadaan yang sehat.

Selanjutnya untuk mengatasi masalah konsentrasi belajar karena kondisi lingkungan belajar sekolah dalam hal ini guru-guru dibekali dengan teknik khusus untuk menarik kembali fokus peserta didik ketika peserta didik dilihat sudah hilang fokus dalam proses belajar di rumah. Teknik ini dilakukan dengan memberikan satu pertanyaan kepada peserta didik yang diketahui hilang fokus, namun pertanyaan yang diberikan merupakan pertanyaan yang pasti dapat dijawab oleh peserta didik tersebut. Hal ini digunakan agar peserta didik tidak mengalami stress karena pertanyaan yang tidak bisa ia jawab tetapi justru memberikan bentuk pengalihan fokus kembali kepada guru, selain itu juga guru memberikan akses yang lebih terbuka kepada peserta didik supaya dapat bertanya kapanpun selama belajar di rumah dalam mengatasi tidak adanya pembimbingan yang maksimal selama belajar di rumah.

Sekolah membuat sebuah bentuk penanganan dengan memberikan undangan bagi peserta didik yang kesulitan dalam memberikan kesempatan yang lebih baik untuk peserta didik dalam menerima seluruh materi pelajaran, walaupun di satu sisi sekolah tetap membatasi dengan aturan-aturan yang ada untuk mencegah adanya peserta didik yang sedang sakit untuk datang ke sekolah untuk melakukan sistem pembelajaran tatap muka.

Masalah Stress yang dialami peserta didik selama belajar di rumah juga telah disadari oleh sekolah. Untuk mengatasi permasalahan ini sekolah mengupayakan diadakan program konseling pribadi kepada peserta didik yang mengalami masalah stress. Program konseling ini diberikan kepada guru wali kelas atau guru agama, dengan alasan agar lebih mudah untuk melakukan komunikasi, karena peserta didik sudah mengenal guru tersebut, namun walaupun demikian pihak sekolah mengatakan bahwa program ini belum berjalan dengan maksimal. Sampai penelitian ini diadakan pihak sekolah masih mengatur dan menyusun program ini agar berjalan dengan maksimal.

Masalah motivasi belajar yang dialami oleh peserta didik juga telah disadari oleh pihak sekolah. Sekolah dalam hal ini mengambil upaya untuk melakukan pendekatan yang lebih kepada setiap peserta didik, dengan lebih memahami kondisi setiap peserta didik, memaksimalkan komunikasi dengan peserta didik untuk membantu peserta didik yang tertinggal pelajaran, atau kesulitan dalam mengerjakan tugas sekolah, pendekatan dengan cara ini bertujuan untuk menarik keinginan peserta didik untuk mau lebih memahami isi materi dan juga lebih memberikan waktu kepada

---

peserta didik dalam mengerti isi materi, karena dengan ini peserta didik akan merasa diterima, dibantu dan dibimbing walaupun secara online.

## **SIMPULAN DAN SARAN**

### **Simpulan**

Berdasarkan hasil penelitian dapat disimpulkan: *Pertama*, terdapat dampak terhadap psikologis peserta didik akibat sistem pembelajaran online di Sekolah Kristen Kanaan Semarang, yaitu masalah konsentrasi belajar ditandai dengan sulitnya fokus ketika melaksanakan pembelajaran di rumah akibat alat komunikasi yang kurang memadai, jaringan internet yang tidak memadai, kondisi lingkungan belajar yang kurang memadai selama belajar di rumah, masalah stress, ditandai dengan munculnya emosi negatif pada diri peserta didik yakni mudah marah, mudah gelisah, mudah tersinggung., Dikarenakan kemampuan adaptasi yang buruk dalam menghadapi sistem pembelajaran online dan masalah motivasi belajar ditandai dengan kurangnya keinginan untuk belajar selama belajar di rumah, dikarenakan guru yang tidak memotivasi peserta didik, materi yang tidak sesuai harapan peserta didik. *Kedua*, terdapat bentuk penanganan yang dilakukan oleh sekolah dalam menangani masalah psikologis akibat sistem pembelajaran online. Bentuk penanganan yang dilakukan sekolah untuk mengatasi masalah konsentrasi belajar adalah, meminjamkan alat komunikasi, menyediakan kuota internet untuk peserta didik, memberikan teknik khusus dengan memberi pertanyaan yang dapat dijawab oleh peserta didik untuk menarik kembali fokus peserta didik dan dengan memberikan akses komunikasi yang lebih untuk peserta didik. Bentuk penanganan untuk masalah stress adalah dengan konseling pribadi yang dilakukan oleh guru walikelas atau guru agama kepada peserta didik yang mengalami stress. Bentuk penanganan untuk menangani masalah motivasi belajar adalah dengan melakukan pendekatan kepada setiap peserta didik dengan cara lebih memahami peserta didik, melakukan komunikasi yang baik kepada setiap peserta didik.

### **Saran**

Pada Berdasarkan hasil penelitian dan kesimpulan yang telah dibuat, maka peneliti memberikan saran kepada Sekolah Kristen Kanaan, sebagai berikut : 1) Bagi guru, hendaknya dapat meningkatkan kemampuan mengajar dengan belajar menggunakan metode-metode yang cocok untuk digunakan dalam sistem

pembelajaran online, atau menggunakan berbagai macam variasi mengajar kreatif untuk menarik motivasi belajar peserta didik. 2) Bagi guru kristen, diharapkan kepada guru guru kristen untuk dapat mengikuti pelatihan-pelatihan konseling pribadi untuk dapat menangani masalah-masalah emosi pada peserta didik seperti stress. 3) Bagi sekolah. diharapkan lebih meningkatkan bentuk penanganan dalam mengatasi masalah stress peserta didik, diharapkan kepada sekolah juga dapat meminta bantuan tim kerohanian sekolah yaitu pendeta sekolah atau orang yang lebih berkopeten untuk memberikan pelatihan kepada guru walikelas dan guru agama supaya dengan ini guru memiliki kesiapan untuk melakukan konseling pribadi kepada peserta didik-peserta didik yang mengalami stress selama belajar di rumah. 4) Bagi peneliti lain. diharapkan dapat meneruskan dan mengembangkan penelitian ini supaya ditemukan penanganan yang lebih baik dalam mengatasi permasalahan yang ada.

#### **DAFTAR RUJUKAN**

- Baharuddin. (2010). *Pendidikan & Psikologi perkembangan*. AR-RUZZ Media.
- Belawati, T. (2019). *Pembelajaran Online*. Universitas terbuka.
- Cahya Setiani, A., Setyowani, N., & Kurniawan, K. (2014). Meningkatkan konsentrasi belajar melalui layanan bimbingan kelompok. *Indonesian Journal of Guidance and Counseling: Theory and Application*, 3(1), 40. <https://doi.org/https://doi.org/10.15294/ijgc.v3i1.3751>
- Fauziyyah, Ri., Citra Awinda, R., & Besral. (2021). Dampak pembelajaran jarak jauh terhadap singkat Stres dan kecemasan mahasiswa selama pandemi COVID-19. *Jurnal Bikfokes*, 1(2), 118–119. <https://doi.org/http://dx.doi.org/10.51181/bikfokes.v1i2.4656>
- Gunarsa, S. D., & Gunarsa, Y. S. D. (2008). Psikologi perkembangan anak dan remaja. In S. R. B. G. Mulia (Ed.), *Psikologi Perkembangan Anak dan Remaja*. PT BPK Gunung Mulia.
- Gunawan zebua, T. (2020). *Studi litelatur problem based learning untuk masalah motivasi bagi siswa dalam belajar matematika*. Guepedia.
- Hakim, R. T. Y. Al, & dkk. (2021). Pembelajaran online di tengah masa Covid-19 (Tantangan yang mendewasakan). *UAD Press*.
- Hartaik, Y. (2014). Implementasi pendidikan karakter di kantin kejujuran. Gunung Samudera.

- Hartini, N., & Dian Ariana, A. (n.d.). *Psikologi Konseling (Perkembangan dan Penerapan Konseling dalam Psikologi)*. Airlangga University Press.
- Iqbal harissudin, M. (2019). *Secuil esensi berfikir kreatif & motivasi belajar siswa*. PT. Panca Terra Firma.
- Isnawati, R. (2020). *Cara kreatif dalam proses belajar (konsentrasi belajar pada anak gejala gangguan pemusatan perhatian (ADD))*. Jakad Media Publishing.
- Kkbi.kemendikbud. (2021). *Kamus Besar Bahasa Indonesia*. <https://kbbi.web.id/trauma#fitur>
- Kurnia Rahmawati, W. (2015). Keefektifan peer support untuk meningkatkan self discipline Siswa SMP. *Jurnal Konseling Indonesia*, 2(1), 15–21.
- Lidi, Y. (2021). *Merdeka belajar dalam praktek pengajaran*. Yayasan Lembaga Gumun Indonesia (YLG I).
- Mudjiran. (2021). *Psikologi Pendidikan : Penerapan prinsip prinsip psikologi dalam pelajaran*. Kencana.
- Muna, M. S., & Larasati, S. P. D. (2021). Dinamika pembelajaran online di era Covid-19 terhadap perkembangan kreativitas anak. *Jurnal Ilmu Pendidikan*, 4(4), 2392.
- Musradinur. (2016). Stress dan cara mengatasinya dalam perspektif psikologi. *Jurnal Edukasi*, 2(2), 7. <https://doi.org/http://dx.doi.org/10.22373/je.v2i2.815>
- Mustadi, A., & Dkk. (2020). *Landasan Pendidikan Sekolah Dasar*. UNY Press.
- Nurmalasari, Y., Riska Yustiana, Y., & Ilfiandra. (2016). Efektifitas restrukturisasi kognitif dalam menangani satres akademik siswa. *Jurnal Penelitian Bimbingan Konseling*, 1(1), 82. <https://doi.org/http://dx.doi.org/10.30870/jpbk.v1i1.1897>
- Parnawi, A. (2021). *Psikologi Perkembangan*. Deepublish Publisher.
- Prabandini Mulyana, O., Anugerah Izzati, U., & Rahmasari, D. (2013). Penerapan relaksasi atensi untuk meningkatkan konsentrasi belajar pada siswa SMK. *Jurnal Psikologi Teori Dan Terapan*, 3(2), 106. <https://doi.org/https://doi.org/10.26740/jptt.v3n2.p103-112>
- Pujilestari, Y. (2020). Dampak positif pembelajaran online dalam sistem pendidikan indonesia pasca pandemi Covid-19, 4(1), 49–56. <http://journal.uinjkt.ac.id/index.php/adalah/article/view/15394/7199> Saeful
- Rahmat, P. (2018). *Psikologi pendidikan*. PT. Bumi Aksara.
- Sumakul, Y., & Ruata, S. (2020). Kesejahteraan psikologis dalam masa pandemi



---

Covid-19. *Jurnal Psikologi Human Light*, 1(1), 1–7.

<https://doi.org/https://doi.org/10.51667/jph.v1i1.302>

Sumiwi., Rachmani Endang, A. (2019). Gembala sidang yang baik menurut Yohanes 10:1-18. *Jurnal Teologi Dan Kepemimpinan Kristen*, 4(2), 74–93.

Surya, H. (2007). *Percaya diri itu penting (peran orang tua dalam menumbuhkan percaya diri anak)*. PT. Elex Media Komputindo.

Surya, H. (2009). *Menjadi manusia pembelajar*. PT Elex Media Komputindo.

Surya, H. (2011). *Strategi jitu mencapai kesuksesan belajar*. PT Elex Media Komputindo.

Taufik, A. (2019). Perspektif tentang perkembangan sistem pembelajaran jarak jauh di Kabupaten Kutai Kartanegara Kalimantan Timur. *Jurnal Pendidikan: Riset Dan Konseptual*, 3(2), 89.

Zaini, M. (2019). *Asuhan Keperawatan Jiwa (Masalah psikososial di pelayanan klinis dan komunitas)*. Deepublish Publisher.