

BAB II

TINJAUAN PUSTAKA

A. Tinjauan Pustaka Penelitian

1. Stres

a. Definisi

Kata "stres" berasal dari kata Latin "stingere," yang berarti "keras" (stricus). Frasa ini telah berkembang sejalan dengan pertumbuhan studi yang sedang berlangsung tentang ketegangan, stres, stres, dan stres. Stres disebut sebagai penderitaan, kesusahan, kesulitan, atau penderitaan di abad ke-17. Ungkapan itu digunakan untuk menggambarkan lebih banyak kekuatan, tekanan, ketegangan, atau upaya yang diarahkan pada hal-hal dan orang-orang di abad ke-18, "khususnya kemampuan mental manusia" (Saam et al., 2014).

Menurut (Potter, 2009) stres sebagai setiap keadaan di mana tuntutan umum memaksa seseorang untuk mengambil tindakan. Selain itu, stres merupakan respon fisik dan psikologis terhadap ekspektasi lingkungan seseorang, menurut (Saam et al., 2014). Definisi lain dari stres sebagai metode dimana orang menentukan apakah suatu pengalaman menimbulkan ancaman atau berbahaya dan kemudian bereaksi terhadapnya pada tingkat fisiologis, emosional, kognitif, dan perilaku. Suatu peristiwa yang membuat stres mungkin

menyenangkan (seperti mengatur pernikahan) atau buruk (misalnya kematian sebuah keluarga).

Menurut beberapa definisi yang diberikan di atas, stres adalah reaksi emosional dan fisik terhadap tuntutan dalam kehidupan seseorang.

Ketidakmampuan untuk mengubah perilaku atau penampilan melalui berbagai kegiatan, seperti menulis, membaca, mengamati, mendengarkan, atau meniru, sebagai akibat dari tekanan atau ketidaksesuaian antara tuntutan yang dibuat dari mereka dan kemampuan mereka, menyebabkan siswa mengalami stres, yang terwujud secara fisik maupun psikis (Aryani, 2016).

Ketegangan yang dialami seseorang Ada dua jenis tekanan pada siswa: (1) tekanan akademik (dari profesor, kursus, metodologi pengajaran, menghadapi ujian/diskusi di kelas), dan (2) tekanan sosial (dari teman sebaya). Kesejahteraan fisik dan psikologis siswa kemudian akan terpengaruh oleh stres mereka, yang akan mengganggu proses belajar.

Stres akademik pada siswa tidak terbatas di Indonesia, menurut studi oleh (Zhao, 2019) dan (Fitri & Amalia, 2021). Penelitian Zhao Wang mengungkapkan bahwa mahasiswa Tiongkok menunjukkan lebih banyak kecemasan selama

epidemi COVID-19. Perubahan kurikulum, lingkungan, dan iklim Stres akademik disebabkan oleh pembelajaran baru. Mahasiswa mengalami tantangan di masa pandemi COVID-19, seperti tidak ada internet, paket internet habis, tugas yang harus diselesaikan dengan benar, dan pekerjaan yang menumpuk. ada sejumlah prasyarat akademis yang membuat anak-anak berada di bawah tekanan akademis untuk memenuhinya. Tergantung pada bagaimana individu bereaksi terhadapnya, apa pun dapat dikategorikan sebagai stres atau tidak.

b. Gejala Stres

Gejala stres dapat dilihat pada karakteristik fisik, emosional, intelektual, dan interpersonal seseorang. Detak jantung yang lebih cepat, sesak napas, sakit kepala, tidur terganggu, stres pada otot tertentu, berkeringat, kehilangan nafsu makan, lesu, dan sering gemetar adalah contoh gejala fisik. Kecemasan, kegelisahan, melankolis, perubahan suasana hati, ketidaksabaran, kecemasan, dan harga diri rendah adalah contoh gejala emosional. Kesulitan fokus, lupa, memiliki ide-ide yang tidak teratur, sering melamun, kesulitan membuat keputusan, dan memiliki motivasi dan prestasi belajar yang rendah adalah semua tanda intelektual. Ciri-ciri kepribadian termasuk egois, cepat menunjuk orang lain, merasa seolah-

olah orang yang dicintai telah meninggal, dan sedih.

Orang yang stres belajar akan menunjukkan karakteristik khas, seperti:

- 1) Menjadi murung, apatis, dan tidak menyenangkan;
- 2) Ingin menyendiri dan menghindari interaksi sosial,
- 3) Melihat penurunan kinerja mereka,
- 4) Meletus menjadi permusuhan dan bertindak destruktif
- 5) Sering menunjukkan tanda-tanda agitasi dan gugup,
- 6) Mimpi buruk, kegelisahan terus-menerus, ketidakmampuan untuk tertidur nyenyak, dan sering mengigau
- 7) Mengubah kebiasaan makan seseorang, seperti makan lebih sering atau menolak makan sama sekali (Aryani, 2016).

c. Tingkat stress

Tingkat Stres Dalam menangani stres, setiap orang bereaksi dan memandang sesuatu secara berbeda. Persepsi individu dibentuk oleh peristiwa dan keyakinan hidupnya.

Berdasarkan tinjauan literatur, ditemukan bahwa stres dapat dipecah menjadi lima kategori yang berbeda, termasuk:

1) Stres Normal

Mengalami stres normal secara teratur adalah aspek alami dari kehidupan. Seperti dalam kasus seperti kelelahan setelah latihan, kecemasan tentang kegagalan tes, dan

denyut nadi Anda berdetak lebih cepat sesudahnya (Crawford & Henry, 2003). Setiap orang pasti pernah mengalami stres, oleh karena itu menjadi hal yang wajar dan wajar. sebenarnya sejak dalam kandungan.

2) Stres Ringan

Stresor reguler yang dapat berlangsung sehari-hari dikenal sebagai stresor ringan. Jam atau menit. situasi termasuk tidur siang yang berlebihan, kemacetan, atau menerima teguran dari seorang guru. Stressor ini dapat mengakibatkan gejala seperti bibir sering kering, sulit bernapas (sering terengah-engah), sulit menelan, goyah, merasa lemah, berkeringat berlebihan saat di luar tidak panas dan tidak setelah beraktivitas fisik, takut tanpa alasan yang jelas, kesadaran akan detak jantung meskipun tidak setelah aktivitas fisik, tremor di tangan, dan rasa lega yang kuat ketika situasi teratasi (The Psychology Foundation of Australia 2010).

3) Stres Sedang

Lebih tahan lama, mulai dari beberapa jam hingga beberapa hari, adalah stres ini. Misalnya, perselisihan yang tidak bisa Anda selesaikan dengan pacar atau teman Anda. Gejala stresor ini termasuk iritasi, bereaksi berlebihan terhadap situasi, sulit tidur, merasa lelah karena

kecemasan, dan banyak lagi. Ketidaksabaran, ketidaksabaran, kegelisahan, dan ketidakmampuan untuk memahami hal-hal ketika penundaan hadir dan ada gangguan dalam apa yang sedang dilakukan. apa pun yang mencegah seseorang menyelesaikan tugas, seperti tugas kuliah (The Psychology Foundation of Australia 2010). Dengan presentasi 49,74% dari 193 siswa, siswa yang merasa stres sedang lebih banyak terjadi selama persiapan ujian nasional di SMA Negeri 3 Bandung.

4) Stres Berat

Situasi kronis yang menyebabkan stres berat termasuk pertengkaran terus-menerus dengan guru atau teman, kesulitan keuangan yang berkepanjangan, dan penyakit fisik yang berkepanjangan. Stres berat dapat berlangsung dari beberapa minggu hingga beberapa tahun. Tekanan-tekanan ini dapat mengakibatkan gejala-gejala seperti ketidakmampuan untuk mengalami emosi-emosi yang menyenangkan, kapasitas pengerahan tenaga yang berkurang, dan perasaan bahwa tidak ada yang bisa diharapkan. Melihat masa depan sambil mengalami kesedihan, depresi, keputusasaan, kebosanan, dan perasaan tidak mampu. . berharga sebagai pribadi, menganggap hidup tidak ada gunanya. Tingkat stres siswa

akan terus meningkat, yang akan menguras energi mereka dan membatasi kemampuan mereka untuk menyesuaikan diri (The Psychology Foundation of Australia 2010).

5) Sangat Berat

Tingkat stres yang sangat tinggi adalah kondisi kronis yang dapat berlangsung selama berbulan-bulan atau selamanya. Stres yang ekstrem melemahkan keinginan seseorang untuk hidup, dan kecenderungannya adalah untuk menyerah. Seseorang yang mengalami tingkat stres ini biasanya didiagnosis dengan depresi serius.

d. Alat ukur

Alat ukur tingkat stres adalah kuesioner dengan sistem penilaian yang akan diisi oleh responden dalam suatu penelitian. Alat ukur yang digunakan untuk mengetahui tingkat stres pada siswa SMA menggunakan Skala Depresi, Kecemasan dan Stres (*DASS 42*).

DASS 42 terdiri dari 42 pertanyaan yang diajukan kepada responden dengan skor 0 untuk jawaban dimana responden tidak ada/pehah mengalami stres, 1 untuk jawaban dimana responden sesuai dengan yang dialami sampai taraf tertentu/kadang-kadang mengalami stres, 2 untuk jawaban dimana responden sering mengalami stress, dan 3 untuk jawaban dimana responden sangat cocok untuk mengalami

atau hampir setiap kali mengalami stress dalam seminggu terakhir.

Dalam penelitian ini, kami hanya menggunakan item yang mengatasi stres dari kuesioner *DASS-42*. Kuesioner *DASS-42* digunakan untuk membuat skala penilaian, yang merupakan skala ordinal yang terdiri dari item-item yang secara eksklusif membahas stres. Skala ordinal, skala penilaian kuesioner *DASS-42* terdiri dari:

- 1) Skala depresi : 3, 5, 10, 13, 16, 17, 21, 24, 26, 31,34, 37, 38, 42.
- 2) Skala kecemasan : 2, 4, 7, 9, 15, 19, 20, 23, 25, 28, 30,36, 40, 41. 3.
- 3) Skala stress : 1, 6, 8, 11, 12, 14, 18, 22, 27, 29, 32, 33, 35, 39.

Jadi, dalam penelitian ini hanya mengutip 14 pertanyaan dari kuesioner *DASS-42*.

2. Motivasi Belajar

a. Definisi

Istilah "motivasi" berasal dari kata "motif", yang dapat dipahami sebagai kekuatan yang dimiliki seseorang yang mendorong mereka untuk bertindak atau mengambil tindakan. Keinginan seseorang untuk berusaha mengubah perilakunya menjadi lebih baik untuk memenuhi kebutuhannya disebut

motivasi (Rachman, 2018). Menurut Arianto dalam (Wahyuni, 2017), motivasi adalah kesediaan untuk mengeluarkan usaha yang diperlukan untuk mencapai tujuan tertentu dan didorong oleh kebutuhan atau oleh dorongan dan semangat untuk melaksanakan suatu tugas.

Motivasi belajar adalah suatu dorongan yang memberikan semangat dan rasa senang, artinya adalah sesuatu yang dilakukan dengan penuh energi, terarah serta bertahan lama (Meiriana, 2016). Motivasi belajar dapat dikatakan daya penggerak yang tumbuh pada diri seseorang sehingga dapat menimbulkan belajar sehingga tujuan yang diinginkan tercapai

Diketahui bahwa siswa kelas XII di SMA Negeri "X" Jakarta Selatan memiliki tingkat motivasi belajar yang tinggi, menurut Agustiar (2010) dalam (Widodo et al., 2017). Ini mungkin karena persyaratan kelulusan kelas XII tahun 2008-2009 menjadi 5,50 untuk semua mata kuliah.

Sebenarnya, frasa "motivasi" mengacu pada proses gerakan yang lengkap, termasuk dorongan diri, perilaku yang dipicu, dan tujuan serta hasil yang diinginkan dari aktivitas tersebut.

Belajar adalah proses mengubah perilaku sebagai hasil dari pengulangan dan pemaparan. Menurut Makmun (2007),

adalah suatu proses yang mengubah kepribadian atau perilaku seseorang berdasarkan kebiasaan atau pertemuan tertentu. Itu adalah hal yang sama. Belajar adalah proses bisnis yang dilakukan orang untuk mencapai perubahan perilaku umum sebagai hasil dari pengalaman orang itu sendiri dalam kaitannya dengan lingkungannya, seperti yang juga dinyatakan oleh Uno (2009).

b. Jenis - Jenis Motivasi

Ketika motivasi ditinjau dari segi asal-usulnya, ada dua kategori yang dapat dibuat:

- 1) Motivasi Internal Setiap orang mengembangkan motivasi intrinsik berdasarkan kebutuhan, kemampuan, keinginan, minat, dan harapan mereka sendiri. Misalnya, seseorang yang senang membaca tidak membutuhkan dorongan dari orang lain; sebaliknya, ia menemukan bahan bacaan sendiri dan membacanya dengan tekun.
- 2) Motif Eksternal Suatu rangsangan (stimulus) dari luar lingkungan menimbulkan motivasi yang bersumber dari dalam diri orang tersebut. Motivasi yang berasal dari dalam (intrinsik) dan motivasi yang datang dari luar (ekstrinsik), keduanya mempunyai pengaruh yang sangat besar terhadap tindakan seseorang, oleh karena itu dapat dikatakan sebagai kemampuan untuk melakukan tindakan

(atau tindakan) dengan sukses dalam rangka untuk mencapai tujuan yang diinginkan. beberapa motivasi Pembagian yang dilakukan oleh Wodworth dan Marquis adalah sebagai berikut.:

- a) Dorongan atau kebutuhan organik, seperti dorongan untuk makan, minum, bernapas, melakukan aktivitas seksual, atau bersantai. Ini konsisten dengan jenis dorongan fisiologis yang dijelaskan oleh Frandsen di atas.
- b) Motif urgensi. Motivasi semacam ini mencakup dorongan untuk membela diri serta dorongan untuk menyerang balik, mencoba, dan berburu. Dorongan semacam ini tidak diragukan lagi merupakan hasil dari pengaruh luar.
- c) Niat yang disengaja. Dalam hal ini, itu berkaitan dengan keinginan untuk menyelidiki, mempermainkan, dan untuk tertarik. Keinginan untuk dapat berfungsi dengan baik di dunia luar mendorong motivasi ini.
- d) Didorong baik jasmani maupun rohani. Beberapa ahli membagi motivasi menjadi dua kategori: motivasi fisik dan motivasi spiritual. yang terdiri dari dorongan tubuh seperti cinta, refleks, dan impuls naluriah. Sedangkan kehendak merupakan komponen penggerak spiritual.

c. Indikator Motivasi Belajar

Keberhasilan seseorang dalam belajar seringkali tergantung pada sejumlah tanda atau komponen motivasi belajar. Menurut Uno (2009), indikator motivasi belajar termasuk dalam kategori berikut:

- 1) Keinginan untuk berprestasi hadir.
- 2) Pembelajaran dibutuhkan dan didorong;
- 3) Ada impian dan tujuan untuk masa depan
- 4) Pembelajaran dihargai.
- 5) Belajar melibatkan kegiatan yang mengasyikkan
- 6) Ketersediaan lingkungan yang mendorong pembelajaran dan memungkinkan pembelajar untuk belajar secara efektif.

d. Faktor Motivasi

Faktor - faktor yang mempengaruhi motivasi adalah:

- 1) Self-Efficacy adalah Siswa memiliki kepercayaan diri dalam kapasitas mereka untuk melakukannya dengan baik pada tugas pembelajaran ilmiah.
- 2) Teknik Pembelajaran Aktif Siswa secara aktif berpartisipasi dalam memanfaatkan berbagai cara untuk mengembangkan informasi baru di atas apa yang sudah mereka ketahui.
- 3) Nilai Pendidikan Memungkinkan anak-anak untuk terlibat dalam kegiatan berbasis inkuiri, mengembangkan keterampilan pemecahan masalah mereka, dan

menemukan penerapan sains dalam kehidupan sehari-hari. Mereka akan terinspirasi untuk belajar jika mereka dapat memahami nilai-nilai kunci.

- 4) Tujuan untuk Kinerja untuk bersaing dengan siswa lain dan mendapatkan perhatian guru.
- 5) Keberhasilan Tujuan Karena mereka meningkatkan keberhasilan dan kompetensi mereka selama belajar, siswa merasa terpenuhi.
- 6) Stimulasi Lingkungan Belajar Suasana di dalam kelas yang mendukung belajar siswa, meliputi kurikulum, instruksi guru, dan interaksi.

e. Alat Ukur

Kuesioner yang dilengkapi sistem penilaian yang akan diisi oleh partisipan penelitian adalah alat ukur besarnya motivasi. *Student Motivation Toward Science Learning (SMTSL)* merupakan alat ukur yang digunakan untuk menilai tingkat belajar siswa pada siswa SMA. Terdiri dari 35 pertanyaan yang harus dijawab oleh responden, dan mereka diberi skor 1 untuk jawaban yang sangat tidak setuju, 2 untuk jawaban yang tidak setuju, 3 untuk jawaban yang setuju, 4 untuk jawaban yang tidak setuju, dan 5 untuk jawaban sangat setuju. Kategori berikut menggambarkan tingkat motivasi:

- 1) Skor Kurang dari 35 : motivasi tingkatrendah

- 2) Skor 36 – 70 : motivasi tingkat sedang
- 3) Skor diatas 71 – 175 : motivasi tingkat tinggi

3. Remaja

a. Definisi

Kata Latin remaja, yang berarti berkembang menjadi dewasa, adalah asal kata remaja (kata benda, remaja). Masa remaja mengacu pada proses secara bertahap mencapai kematangan fisik, intelektual, psikologis, sosial, dan emosional. Hal ini menunjukkan bahwa pembangunan umumnya terjadi secara bertahap daripada transisi tiba-tiba dari satu fase ke fase berikutnya (AlMighwar, 2006).

Masa transisi antara masa kanak-kanak dan kedewasaan adalah masa remaja. periode perkembangan fisik, kognitif, sosial, dan emosional yang cepat bagi anak laki-laki dan perempuan saat mereka bersiap untuk menjadi pria dan wanita dewasa. Piaget berpendapat bahwa secara psikologis, masa remaja adalah masa ketika seseorang menyatu dengan masyarakat dewasa dan ketika mereka berhenti merasa rendah diri terhadap orang dewasa. Namun, orang tua adalah sama, setidaknya dalam hal hak.

b. karakteristik perkembangan remaja

Wong (2008) mengklaim bahwa kategori-kategori berikut ini paling tepat menggambarkan ciri-ciri perkembangan remaja:

1) Perkembangan psikososial

Menurut teori perkembangan psikososial Erikson, yang dikutip Wong (2008), krisis perkembangan remaja mengarah pada konstruksi identitas. Awal pubertas dan munculnya sedikit stabilitas emosional dan fisik pada atau sekitar kelulusan sekolah menengah menandai awal dari tahap remaja awal. Remaja saat ini berjuang dengan pilihan antara isolasi diri dan identifikasi kelompok. Pada tahap terakhir, orang ingin membatasi otonomi keluarga dan menumbuhkan identitas diri daripada penyebaran peran. Untuk munculnya identitas pribadi, identifikasi kelompok menjadi sangat penting. Remaja awal harus mampu menangani masalah hubungan dengan teman sebaya. Sebelum mereka dapat mendiskusikan siapa diri mereka sehubungan dengan keluarga dan masyarakat mereka.

2) Perkembangan Kognitif

Remaja tidak lagi terikat pada aktualitas dan aktual, yang merupakan ciri masa berpikir konkret, menurut analisis Wong (2008) tentang teori perkembangan kognitif Piaget;

sebaliknya, mereka juga tertarik pada potensi sesuatu yang mungkin terjadi. Mereka telah membuat lebih banyak kemajuan pada saat ini. Tanpa berkonsentrasi pada saat ini, mereka dapat membayangkan berbagai hasil potensial, seperti kemungkinan kuliah dan mencari pekerjaan; pertimbangkan bagaimana keadaan mungkin berubah di masa depan, seperti hubungan mereka dengan orang tua mereka; dan mempertimbangkan akibat dari tindakan mereka, seperti dikeluarkan dari sekolah. Remaja secara intelektual mampu memanipulasi lebih dari dua objek. Jenis variabel secara simultan. Misalnya, saat mengatur pengaturan perjalanan, mereka mungkin mempertimbangkan hubungan antara kecepatan, jarak, dan waktu. Mereka mungkin menilai suatu sistem, atau seperangkat nilai, dan menemukan konsistensi logis atau inkonsistensi di antara kumpulan klaim. nilai dengan cara yang lebih mudah untuk dianalisis.

3) Perkembangan Moral

Menurut Wong (2008) dan teori perkembangan moral Kohlberg, masa remaja akhir ditandai dengan pemeriksaan yang serius terhadap prinsip-prinsip moral dan nilai-nilai pribadi seseorang. Remaja mahir dalam mengambil peran baru. Mereka memahami tanggung jawab dan kewajiban

berdasarkan hak timbal balik dengan orang lain, serta gagasan keadilan yang terwujud dalam pilihan hukuman yang tepat untuk kesalahan dan pemulihan atau penggantian apa yang telah dirugikan oleh kesalahan. Namun, mereka tidak setuju, pedoman moral yang telah ditetapkan, seringkali karena remaja mengamati bahwa orang dewasa memberikan pedoman lisan tetapi tidak mengikutinya.

4) Perkembangan Spiritual

Beberapa anak mulai meragukan prinsip dan tujuan keluarga mereka ketika mereka mulai tumbuh mandiri dari orang tua atau otoritas lain. Saat menghadapi konflik selama masa kacau ini, remaja lain terus memegang keyakinan ini sebagai hal yang konstan dalam hidup mereka. Remaja mungkin menolak kebaktian yang terorganisir tetapi memilih untuk terlibat dalam kebaktian pribadi di kamar mereka. Mereka mungkin harus mempertimbangkan gagasan tentang keberadaan Tuhan. Sementara membandingkan keyakinan mereka dengan keyakinan orang lain dapat membuat individu meragukan keyakinan mereka sendiri, hal itu pada akhirnya mengarah pada pengembangan dan penguatan keyakinan mereka sendiri.

5) Perkembangan Sosial

Remaja perlu melepaskan diri dari kontrol keluarga dan membentuk identitas individu dari otoritas orang tua untuk menjadi dewasa sepenuhnya. Namun, baik orang tua maupun remaja memiliki perasaan yang campur aduk tentang pendekatan ini. Mereka mengalami kecemasan ketika mereka mencoba untuk memahami kewajiban yang datang dengan kebebasan.

4. COVID-19

a. Definisi

Jenis virus yang dikenal sebagai virus corona menargetkan sistem pernapasan. Virus ini menyebabkan infeksi saluran pernapasan pada manusia, mulai dari Sindrom Pernafasan Timur Tengah (MERS) yang kurang serius dan Sindrom Pernafasan Akut Parah hingga yang lebih signifikan seperti batuk dan pilek (*SARS*). Organisasi Kesehatan Dunia (*WHO*) telah menetapkan virus corona yang telah melanda dunia sebagai varietas baru yang disebut Sindrom Pernafasan Akut Parah *Coronavirus2 (SARS-CoV-2)* dan penyakitnya dikenal sebagai *Corona Virus Disease 2019 (COVID-19)*. COVID-19 sekarang menyebar lebih cepat melalui tetesan hidung yang dikeluarkan ketika individu yang terinfeksi batuk atau bersin (Di & Pandemi, 2021).

b. Gejala COVID-19.

Tanda dan gejala klinis yang umumnya terdapat pada pasien yang menjadi gejala virus COVID-19 antara lain batuk kering, sakit kepala, nyeri otot, demam, dispnea, dan kelelahan (Lapostolle et al., 2020).

Berdasarkan penelitian sebelumnya, ditemukan bahwa individu yang terinfeksi virus COVID-19 sering memiliki sejumlah gejala klinis, antara lain batuk (76%), demam (98%) dan mialgia atau kelemahan (44%). Sedangkan sakit kepala 8%, produksi sputum 28%, diare 3%, dan batuk darah 5% lebih jarang terjadi pada pasien COVID-19. Hingga 55% individu dalam penelitian ini merasakan dispnea (Huang et al., 2020).

c. Penularan COVID-19

Di beberapa negara, termasuk Indonesia, virus corona menyebar dengan cepat. Ketika seseorang yang terinfeksi mengeluarkan cairan atau tetesan melalui bersin, batuk, atau berbicara, itu dapat menyebar melalui hidung dan mulut. Ketika Infeksi dapat menyebar ke orang lain dan menyerang mulut, hidung, atau mata. Jika kita bersentuhan langsung dengan atau berada di dekat individu yang terinfeksi, hal ini sering terjadi. Dalam beberapa keadaan, seperti di ruang yang sibuk dan berventilasi buruk seperti tempat kerja, restoran, dan tempat ibadah, penularan melalui udara dapat terjadi. Individu yang

terinfeksi berpotensi menyebarkan virus dengan menghembuskan tetesan dan menyentuh meja, gagang pintu, atau permukaan lainnya. Setelah itu, orang lain dapat tertular virus jika mereka melakukan kontak dengan bahan yang terkontaminasi sebelum menyentuh mata, hidung, atau mulut mereka tanpa terlebih dahulu mencuci tangan.(Fernanda et al., 2021).

d. Faktor Risiko COVID-19

Menurut (Cai, 2020) faktor risiko terinfeksi COVID-19 terjadi pada laki-laki sebagai perokok aktif. Pasien yang memiliki penyakit bawaan seperti diabetes melitus, hipertensi, serta penyakit kardiovaskular terdapat peningkatan pada reseptor ACE2. Pasien usia lanjut yang mempunyai komorbiditas seperti penyakit kardiovaskular, hipertensi dan diabetes rentan terinfeksi COVID-19. Pengguna (ARB) *angiotensin receptor blocker* sebagai obat antihipertensi dan juga digunakan dalam pengobatan gagal jantung serta pencegahan gagal ginjal pada penderita hipertensi dan diabetes melitus akan berisiko tinggi terkena COVID-19 (Diaz, 2020).

B. Tinjauan Sudut Pandang Islami

Menurut sudut pandang Islam, pengikut harus secara aktif mempertimbangkan untuk mengembangkan keinginan yang kuat untuk belajar sehingga mereka dapat lebih mudah memperoleh informasi. Islam tidak membeda-bedakan laki-laki dan perempuan dalam menuntut ilmu, sebagaimana disebutkan dalam hadits Nabi Muhammad SAW: “Menuntut ilmu adalah kewajiban bagi setiap muslim” (HR. Baihaqi). Hadits tersebut di atas menjelaskan bahwa Islam ingin menegaskan kepada pemeluknya bahwa memiliki semangat belajar yang kuat itu baik dan harus diamankan.

Islam selalu mengenal semangat belajar, atau yang dikenal dengan motivasi belajar; ini terlihat dalam kisah nabi Musa, alaihissalam; para nabi juga memiliki semangat yang luar biasa dalam menuntut ilmu. Alhamdulillah, Nabi Musa, semoga engkau belajar atau menuntut ilmu. Dia meminta petunjuk Khidzir Alaihissalam, sebagaimana Allah meriwayatkan dalam Surah al Kahfi ayat 60 sampai 82. Dari firman Allah SWT

حُقُبًا أَمْضِيَ أَوْ الْبَحْرَيْنِ مَجْمَعٍ أَبْلُغَ حَتَّىٰ أَبْرَحَ لَا لِقْتَلَهُ مُوسَىٰ قَالَ وَإِذْ

Dan (ingatlah) ketika Musa berkata kepada muridnya: “Aku tidak akan berhenti (berjalan) sebelum sampai ke pertemuan dua buah lautan; atau aku akan berjalan sampai bertahun-tahun”.

Sampai perkataan Khidhzir,

صَبْرًا عَلَيْهِ تَسْطَعُ لَمْ مَا تَأْوِيلُ ذَلِكَ ۖ أَمْرِي عَنْ فَعَلْتُهُ وَمَا

“Bukanlah aku melakukannya itu menurut kemauanku sendiri. Demikian itu adalah tujuan perbuatan-perbuatan yang kamu tidak dapat sabar terhadapnya”. (QS Al Kahfi: 82)

Kisah di atas menunjukkan bahwa para nabi adalah pembelajar yang bermotivasi tinggi yang juga senang belajar. jangan sampai kita menjadi sombong dan tidak mau belajar dari orang yang lebih berilmu dari kita jika mereka melakukannya. Dalam narasi ini, Nabi Musa ditampilkan lebih terhormat karena dia adalah seorang nabi ulil azmi, tetapi Nabi Khidir masih memperdebatkan apakah dia seorang nabi atau bukan tetapi masih ingin mendekatinya dengan semangat dan keinginan yang kuat untuk belajar dan belajar. Menurut kisah yang berbeda, para malaikat dan binatang memimpin para ulama dan ulama Nabi Muhammad, yang mengatakan: "Sesungguhnya, para malaikat melebarkan sayapnya karena mereka senang dengan orang-orang yang mencari," ilmu".

Nabi mengklaim dalam hadits lain bahwa setiap makhluk hidup di bumi memohon ampun kepada mereka yang berilmu. "Bahkan ikan-ikan di lautan meminta pengampunan bagi orang-orang yang memiliki kebijaksanaan; setiap makhluk hidup di bumi melakukan hal yang sama."

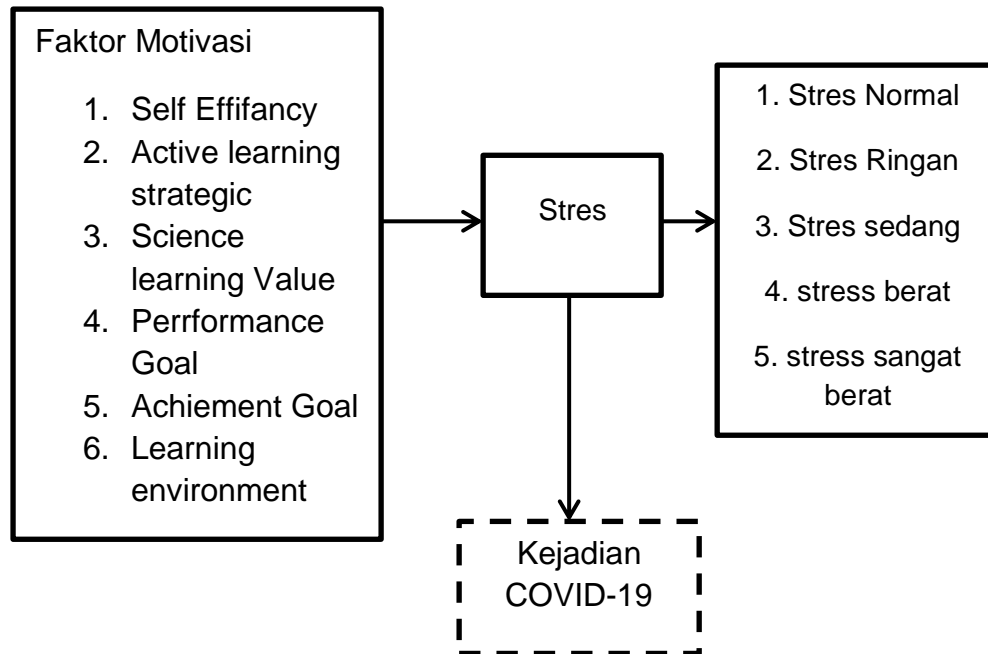
Stres adalah keadaan dimana setiap orang berpotensi mengalaminya. Kesehatan mental utamanya stres dan spritual mempunyai hubungan yang saling berkaitan yakni sebagai upaya

dalam mengembalikan kondisi kejiwaan seseorang agar dapat kembali dalam keadaan normal serta memiliki mental yang lebih sehat. Untuk itu telah dijelaskan dalam Al-Qur'an sebagai obat atas segala penyakit bagi manusia termasuk dalam kondisi stres (Covid-, 2021). Allah SWT. Berfirman didalam Al-Qur'an surah Yunus ayat 57 :

وَرَحْمَةً وَهُدًى الصُّدُورِ فِي لِمَا وَشِفَاءً رَبِّكُمْ مِنْ مَّوْعِظَةٍ جَاءَتْكُمْ قَدْ النَّاسُ يَايُهَا
لِلْمُؤْمِنِينَ

Artinya : “Wahai manusia! Sungguh, telah datang kepadamu pelajaran (Al-Qur'an) dari Tuhanmu, penyembuh bagi penyakit yang ada dalam dada dan petunjuk serta rahmat bagi orang yang beriman”.

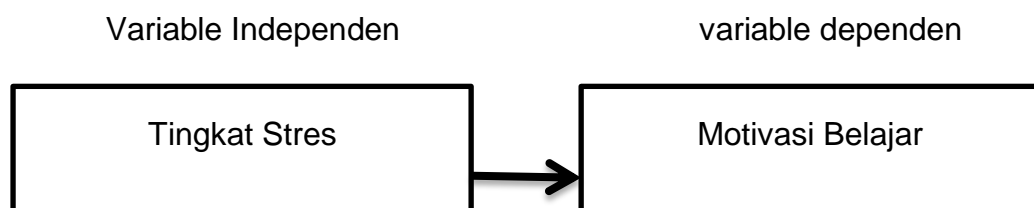
C. Kerangka Teori Penelitian



Sumber : (Elkana Guring, 2017)

Gambar 4. 1 Kerangka Teori Tingkat Stres Serta Motivasi Belajar

D. Kerangka Konsep Penelitian



Gambar 4. 2 Kerangka Konsep Penelitian

E. Hipotesis/Pernyataan Penelitian

Hipotesis dalam penelitian ini adalah :

Ha : Ada Hubungan antara tingkat stress dengan motivasi belajar terhadap kejadian COVID-19 pada remaja di SMKN 20 Samarinda

H0 : Tidak ada hubungan antara tingkat stress dengan motivasi belajar terhadap kejadian COVID-19 pada remaja di SMKN 20 Samarinda.