

**IMPLEMENTASI MODEL PEMBELAJARAN *BLENDED-LEARNING* PADA  
MATA PELAJARAN PENDIDIKAN AGAMA ISLAM (PAI) DAN BUDI  
PEKERTI DALAM MENGATASI STRES AKADEMIK SISWA KELAS XI DI  
SMA NEGERI 1 TAMAN SIDOARJO**

**SKRIPSI**

**Oleh:**

**DEVA RISKA NOOR DIANA**  
*NIM. D71218063*



**PROGRAM STUDI PENDIDIKAN AGAMA ISLAM  
FAKULTAS TARBIYAH DAN KEGURUAN  
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI SUNAN AMPEL SURABAYA**

**2022**

## PERNYATAAN KEASLIAN TULISAN

Yang bertanda tangan dibawah ini :

Nama : Deva Riska Noor Diana  
NIM : D71218063  
Fakultas/Prodi : Tarbiyah dan Keguruan/Pendidikan Agama Islam  
Judul Skripsi : Implementasi Model Pembelajaran Blend-Learning Pada Mata Pelajaran Pendidikan Agama Islam (PAI) dan Budi Pekerti Dalam Mengatasi Stres Akademik Siswa Kelas XI di SMA Negeri 1 Taman Sidoarjo

Dengan ini menyatakan bahwa skripsi ini secara keseluruhan adalah hasil penelitian/karya saya sendiri, kecuali yang menjadi rujukan sebelumnya.

Surabaya, 21 Juni 2022

Pembuat Pernyataan

A 1000 Rupiah Indonesian postage stamp with a signature over it. The stamp features the Garuda Pancasila emblem and the text '1000', 'REPUBLIK INDONESIA', and 'METER TEMPEL'. The serial number 'EE8AJX771896305' is visible at the bottom.

Deva Riska Noor Diana

## PERSETUJUAN PEMBIMBING SKRIPSI

Skripsi oleh :

Nama : Deva Riska Noor Diana

NIM : D71218063

Judul : Implementasi Model Pembelajaran *Blended-Learning* Pada Mata Pelajaran Pendidikan Agama Islam (PAI) Dalam Mengatasi Tingkat Stres Akademik Siswa Kelas XI di SMA Negeri 1 Taman

Skripsi ini telah diperiksa dan disetujui untuk diujikan

Surabaya, 02 Juni 2022

Pembimbing 1



**Prof. Dr. H. Moch. Tolchah, M.Ag**

NIP. 195303051986031001

Pembimbing 2



**Dr. Hj. Liliek Channa AW, M.Ag**

NIP. 195712181982032002

## PENGESAHAN TIM PENGUJI SKRIPSI

Skripsi oleh **Deva Riska Noor Diana** ini telah dipertahankan didepan tim penguji skripsi Surabaya, 14 Juni 2022

Mengesahkan Fakultas Tarbiyah dan Keguruan  
Universitas Islam Negeri Sunan Ampel Surabaya  
Dekan



Prof. Dr. H. Ali Mas'ud, M.Ag, M.Pd.I

NIP. 196301231993031002

Penguji I

Drs. H. Syaifulin, M.Pd.I

NIP. 196911291994031003

Penguji II

Wiwin Luqna Hunaida, M.Pd.I

NIP. 197402072005012006

Penguji III

Prof. Dr. H. Moch. Tolchah, M.Ag

NIP. 195303051986031001

Penguji IV

Dra. Lijiek Channa, M.Ag

NIP. 195712181982032002

## LEMBAR PERSETUJUAN PUBLIKASI



UIN SUNAN AMPEL  
SURABAYA

### KEMENTERIAN AGAMA UNIVERSITAS ISLAM NEGERI SUNAN AMPEL SURABAYA PERPUSTAKAAN

Jl. Jend. A. Yani 117 Surabaya 60237 Telp. 031-8431972 Fax.031-8413300  
E-Mail: [perpus@uinsby.ac.id](mailto:perpus@uinsby.ac.id)

#### LEMBAR PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI KARYA ILMIAH UNTUK KEPENTINGAN AKADEMIS

Sebagai sivitas akademika UIN Sunan Ampel Surabaya, yang bertanda tangan di bawah ini, saya:

Nama : Deva Riska Noor Diana  
NIM : D71218063  
Fakultas/Jurusan : Fakultas Tarbiyah dan Keguruan/ Pendidikan Agama Islam  
E-mail address : devariskandd@gmail.com

Demi pengembangan ilmu pengetahuan, menyetujui untuk memberikan kepada Perpustakaan UIN Sunan Ampel Surabaya, Hak Bebas Royalti Non-Eksklusif atas karya ilmiah :

Sekripsi  Tesis  Desertasi  Lain-lain ( ..... )  
yang berjudul :

Implementasi Model Pembelajaran *Blended-Learning* Pada Mata Pelajaran Pendidikan Agama Islam

(PAI) dan Budi Pekerti Dalam Mengatasi Stres Akademik Siswa Kelas XI di SMA Negeri 1 Taman

Sidoarjo

berserta perangkat yang diperlukan (bila ada). Dengan Hak Bebas Royalti Non-Eksklusif ini Perpustakaan UIN Sunan Ampel Surabaya berhak menyimpan, mengalih-media/format-kan, mengelolanya dalam bentuk pangkalan data (database), mendistribusikannya, dan menampilkan/mempublikasikannya di Internet atau media lain secara *fulltext* untuk kepentingan akademis tanpa perlu meminta ijin dari saya selama tetap mencantumkan nama saya sebagai penulis/pencipta dan atau penerbit yang bersangkutan.

Saya bersedia untuk menanggung secara pribadi, tanpa melibatkan pihak Perpustakaan UIN Sunan Ampel Surabaya, segala bentuk tuntutan hukum yang timbul atas pelanggaran Hak Cipta dalam karya ilmiah saya ini.

Demikian pernyataan ini yang saya buat dengan sebenarnya.

Surabaya, 21 Juni 2022

Penulis

( *Deva Riska Noor Diana* )

## ABSTRAK

**Deva Riska Noor Diana, D71218063.** *Implementasi Model Pembelajaran Blended-learning Pada Mata Pelajaran Pendidikan Agama Islam (PAI) dan Budi Pekerti dalam Mengatasi Stres Akademik Siswa Kelas XI SMA Negeri 1 Taman.* Skripsi Program Studi Pendidikan Agama Islam, Fakultas Tabiyah dan Keguruan, UIN Sunan Ampel Surabaya. Dosen Pembimbing : Prof. Dr. H. Moch. Tolchah dan Dr. Hj. Liliek Channa AW

Model pembelajaran *blended-learning* merupakan kebijakan pemerintah untuk mengatasi stress akademik siswa yang meningkat karena dampak pembelajaran daring di masa pandemi. Penelitian ini bertujuan untuk mengkaji beberapa masalah yaitu (1) implementasi model pembelajaran *blended-learning* dalam mengatasi stres akademik siswa pada mata pelajaran PAI dan Budi Pekerti kelas XI (2) kelebihan dan kekurangan model pembelajaran tersebut dalam mengatasi stres akademik siswa pada mata pelajaran PAI dan Budi Pekerti kelas XI

Jenis penelitian ini adalah penelitian kualitatif dengan menggunakan pendekatan deskriptif. Data yang dikumpulkan berasal dari hasil observasi, wawancara, dan dokumentasi dengan menggunakan teknik purposive sampling. Teknik analisis data menggunakan tiga tahap yaitu tahap reduksi data, penyajian data, dan penarikan kesimpulan.

Hasil dari penelitian menunjukkan bahwa (1) model pembelajaran *blended-learning* pada mata pelajaran PAI dan Budi Pekerti kelas XI diimplementasikan dengan menggabungkan pembelajaran daring dan pembelajaran tatap muka dengan penggabungan antar metode, antar media, dan antar evaluasi pembelajaran dengan menggunakan pendekatan *enriched-virtual* dengan tipe interaksi pembelajaran *asynchronous* dan *synchronous*. Adapun metode yang digunakan adalah metode diskusi, tanya jawab, dan diskusi. Media pembelajaran yang dipakai adalah google meet, *whatsapp group*, google classromm, dan powerpoint. Bentuk evaluasi digunakan adalah ujian tulis, essay, ujian lisan, dan hafalan. Bentuk implementasi model pembelajaran *blended-learning* dalam mengatasi stress akademik siswa pada mata pelajaran kelas XI ditunjukkan dengan respon siswa terhadap penerapan model pembelajaran *blended-learning* pada mata pelajaran PAI dan Budi Pekerti yakni siswa tidak merasa bosan, lebih mudah memahami materi pembelajaran, antusias dalam proses pembelajaran dan beban tugas yang berkurang. (2) kelebihan model pembelajaran *blended-learning* dalam mengatasi stress akademik pada mata pelajaran PAI dan Budi Pekerti kelas XI adalah beban tugas berkurang, lebih mudah memahami materi pembelajaran, keaktifan siswa meningkat, dan pembelajaran lebih menyenangkan sementara kekurangannya adalah fasilitas daring yang tidak memadai, sulit mengakses materi pembelajaran daring, dan sulit fokus saat pembelajaran daring.

**Kata Kunci :Implementasi, Blended-learning, Stres Akademik**

## DAFTAR ISI

COVER DALAM .....	iii
PERNYATAAN KEASLIAN TULISAN .....	iii
PERSETUJUAN PEMBIMBING SKRIPSI.....	iv
PENGESAHAN TIM PENGUJI SKRIPSI.....	v
LEMBAR PERSETUJUAN PUBLIKASI.....	vi
ABSTRAK .....	vii
DAFTAR ISI.....	viii
DAFTAR TABEL.....	xi
DAFTAR GAMBAR .....	xii
BAB I PENDAHULUAN.....	1
A. Latar Belakang .....	1
B. Rumusan Masalah .....	6
C. Tujuan Penelitian .....	6
D. Kegunaan Penelitian.....	7
E. Penelitian Terdahulu .....	8
F. Ruang Lingkup dan Keterbatasan Penelitian .....	15
G. Definisi Operasional.....	15
H. Sistematika Pembahasan .....	17
BAB II KAJIAN PUSTAKA.....	19
A. Model Pembelajaran <i>Blended-learning</i> .....	19
1. Pengertian.....	19
2. Manfaatnya.....	21
3. Macam – macamnya.....	23
4. Karakteristiknya .....	26
5. Sintaks Model Pembelajaran <i>Blended-learning</i> .....	30
6. Kelebihan dan Kekurangannya .....	32
B. Stres Akademik .....	34
1. Pengertian.....	34



2. Faktor Penyebabnya .....	36
3. Gejalanya.....	39
4. Tingkatannya .....	41
C. Model Pembelajaran <i>Blended-learning</i> dalam Mengatasi Stres Akademik ....	43
BAB III METODE PENELITIAN.....	47
A. Jenis dan Pendekatan Penelitian.....	47
B. Subjek dan Objek Penelitian .....	49
1. Objek Penelitian .....	49
2. Subjek Penelitian.....	49
C. Tahap – Tahap Penelitian.....	50
D. Sumber dan Jenis Data.....	53
1. Sumber Data .....	53
2. Jenis Data .....	54
E. Teknik Pengumpulan Data.....	54
1. Observasi .....	55
2. Wawancara .....	55
3. Dokumentasi.....	56
F. Teknik Analisa Data.....	56
BAB IV PAPARAN DATA DAN TEMUAN PENELITIAN .....	59
A. Gambaran Umum SMA Negeri 1 Taman .....	59
1. Profil Sekolah.....	59
2. Visi Misi Sekolah.....	62
3. Struktur Organisasi SMA Negeri 1 Taman .....	66
4. Data Guru dan Tenaga Kependidikan SMA Negeri 1 Taman.....	67
5. Data Siswa SMA Negeri 1 Taman .....	73
6. Sarana dan Prasarana SMA Negeri 1 Taman .....	74
B. Temuan Penelitian.....	76
1. Implementasi Model Pembelajaran <i>Blended-learning</i> Pada Mata Pelajaran PAI dan Budi Pekerti dalam Mengatasi Stress Akademik Siswa Kelas XI di SMA Negeri 1 Taman.....	76



2. Kelebihan dan Kekurangan Model Pembelajaran <i>Blended-learning</i> Pada Mata Pelajaran PAI dan Budi Pekerti dalam Mengatasi Stress Akademik Siswa Kelas XI di SMA Negeri 1 Taman .....	104
BAB V PEMBAHASAN .....	114
A. Implementasi Model Pembelajaran <i>Blended-learning</i> dalam Mengatasi Stres Akademik Siswa Pada Mata Pelajaran PAI dan Budi Pekerti Kelas XI di SMA Negeri 1 Taman .....	114
B. Kelebihan dan Kekurangan Model Pembelajaran <i>Blended-learning</i> dalam Mengatasi Stress Akademik Siswa pada Mata Pelajaran PAI dan Budi Pekerti Kelas XI di SMA Negeri 1 Taman .....	125
BAB VI PENUTUP .....	132
A. Kesimpulan .....	132
B. Saran.....	133
DAFTAR PUSTAKA .....	136



UIN SUNAN AMPEL  
S U R A B A Y A

## DAFTAR TABEL

Tabel 4.1 Data Guru SMA Negeri 1 Taman.....	66
Tabel 4.2 Data Tenaga Kependidikan SMA Negeri 1 Taman.....	70
Tabel 4.3 Data Siswa SMA Negeri 1 Taman Tahun Ajaran 2021/2022.....	73
Tabel 4.4 Keadaan Ruangan .....	73



UIN SUNAN AMPEL  
S U R A B A Y A

## DAFTAR GAMBAR

Gambar 4.1 Struktur Organisasi SMA Negeri 1 Taman.....65



UIN SUNAN AMPEL  
S U R A B A Y A

## **BAB I**

### **PENDAHULUAN**

#### **A. Latar Belakang**

Penularan Covid-19 yang relatif cepat membuat dunia dalam keadaan darurat pandemi Covid-19 dan Indonesia adalah satu diantara banyak negara lain yang terdampak adanya virus corona tersebut. Keadaan Indonesia yang darurat pandemi membuat pemerintah diharuskan menetapkan kebijakan baru sebagai upaya penanganan dan pencegahan daripada pandemi. Pada tanggal 18 Maret 2020 pemerintah mengeluarkan Surat Edaran (SE) yang berisi mengenai larangan penyelenggaraan kegiatan yang berpotensi menimbulkan kerumunan sebagai upaya dalam mengurangi penyebaran Covid-19.<sup>1</sup> Dalam surat edaran tersebut dicantumkan kebiasaan untuk selalu menerapkan protokol kesehatan seperti memperhatikan jarak aman, menggunakan penutup mulut dan hidung, membersihkan tangan dengan sabun atau cairan pembersih lainnya, menghindari kerumunan, dan mengurangi mobilitas.

Permasalahan yang dihadapi kemudian dari adanya kebijakan baru tersebut adalah kehidupan masyarakat Indonesia tidak lepas dari kerumunan maupun mobilitas baik dari sektor ekonomi, transportasi, maupun pendidikan. Menjawab permasalahan tersebut, pada tanggal 24 Maret 2020 dikeluarkanlah Surat Edaran Nomor 4 Tahun 2020 oleh Menteri Pendidikan dan Kebudayaan tentang

---

<sup>1</sup> Ria Puspita Sari, dkk., “Dampak Pembelajaran Daring Bagi Siswa Sekolah Dasar Selama Covid-19”, *Jurnal Ilmiah Kependidikan*, Vol. 2, No.1, 2021, h.10.

Pelaksanaan Kebijakan Pendidikan dalam Masa Darurat Penyebaran Covid-19 yang memuat kebijakan baru bahwa selama grafik penyebaran Covid-19 masih tinggi kegiatan pendidikan di sekolah maupun di lembaga pendidikan lainnya dilakukan secara berjauhan dengan memanfaatkan kecanggihan teknologi yang ada. Hal ini dilakukan untuk tetap memfasilitasi hak warga negara yakni memperoleh pendidikan meski di masa pandemi dengan tidak mengesampingkan kebijakan pemerintah dalam upaya penanganan dan pencegahan Covid-19.

Namun, kebijakan pemerintah untuk melakukan pembelajaran jarak jauh tidak berjalan dengan baik. Model pembelajaran yang tidak dilakukan dalam satu tempat seperti itu adalah sesuatu yang baru bagi pendidikan di Indonesia. Meski berbeda keadaan, hampir semua *stakeholder* yang terlibat dalam pembelajaran baik peserta didik, guru, dan orang tua memerlukan waktu beradaptasi karena masing-masing dari mereka mengalami pengalaman belajar berbeda. Perubahan pola belajar yang drastis memiliki resiko tinggi dalam menurunkan kualitas pembelajaran. Apabila kualitas belajar menurun maka terjadi penurunan penguasaan kompetensi oleh peserta didik.<sup>2</sup> Intensitas interaksi yang berkurang antara guru dengan peserta didik saat kegiatan belajar mengajar jarak jauh berlangsung menyebabkan peserta didik menemui kesukaran dalam memahami apa yang disampaikan guru saat pembelajaran. Selain intensitas interaksi yang berkurang, keadaan tersebut dipengaruhi oleh beberapa faktor seperti kecakapan dalam mengoperasikan

---

<sup>2</sup> Kemendikbudristek, *Panduan Penyelenggaraan Pembelajaran PAUDDIKDASMEN Di Masa Pandemi Covid-19*, (Jakarta : Kemenbudristek, 2021), v.

teknologi oleh guru dan siswa yang terbatas, alat dan bahan ajar berbasis teknologi yang kurang memadai, digitalisasi internet tidak merata, dan ketidaksiapan dalam ketersediaan dana kuota untuk menunjang keberlangsungan pembelajaran jarak jauh.<sup>3</sup>

Selain hambatan – hambatan tersebut, banyak peserta didik merasa tidak mampu lagi dalam mengikuti pembelajaran jarak jauh karena adanya tekanan yang tinggi untuk menyelesaikan tugas yang menumpuk, komunikasi antara satu dengan yang lain tidak dapat dilakukan secara langsung membuat pelaksanaan pembelajaran jarak jauh cenderung jenuh dan monoton, serta ketidakjelasan sistem pembelajaran jarak jauh membuat peserta didik frustrasi dan jika berlanjut dapat menimbulkan gangguan pada kesehatan mental mereka seperti stres.<sup>4</sup> Berdasarkan hasil survei penelitian yang dilakukan KPAI dengan 1700 responden dari 20 provinsi dan 54 kab/kota dengan rincian responden 1,9% siswa SD, 33,6% siswa SMP, dan 64,5% siswa SMA dari keseluruhan responden menunjukkan bahwa 76,7% peserta didik tidak senang terhadap pembelajaran daring.<sup>5</sup> Ketidaksenangan tersebut dapat memicu ketidakstabilan emosi sehingga memicu stres karena melakukan suatu hal yang tidak disukai selama setahun terakhir.<sup>6</sup>

<sup>3</sup> Rizqon Halal Syah Aji, “Dampak Covid-19 pada Pendidikan di Indonesia : Sekolah, Keterampilan, dan Proses Pembelajaran”, *Jurnal Sosial dan Budaya Syar’i*, Vol.7, No.5, 2020, h.397.

<sup>4</sup> Elen Asti, “Pengaruh Hubungan Pembelajaran Daring Di Era Pandemi Covid-19 Terhadap Mental Peserta Didik”, *Jurnal EPISTEMA*, Vol. 2, No. 2, 2021, h. 85.

<sup>5</sup> Komisi Perlindungan Anak Indonesia. Sistem Pelaksanaan Pembelajaran Jarak Jauh (PJJ) dan Sistem Penilaian Jarak Jauh Berbasis Pengaduan KPAI. Lihat di [https://bankdata.kpai.go.id/files/2021/02/Paparan-Survei-PJJ-KPAI-29042020\\_Final-update.pdf](https://bankdata.kpai.go.id/files/2021/02/Paparan-Survei-PJJ-KPAI-29042020_Final-update.pdf) diakses pada 11 Januari 2022.

<sup>6</sup> Asti, “Pengaruh Hubungan ....”, h.86.

Stres yang dialami siswa berkaitan dengan tuntutan akademik sehingga stres jenis ini dikenal dengan stres akademik. Menurut Mufadhal Barseli dan Ifdil Ifdil dalam Desmita berpendapat bahwa stres yang timbul karena adanya tekanan akademik atau akademik stresor disebut juga dengan stres akademik. Akademik stresor adalah penyebab stres yang dialami seseorang yang sumbernya dari bermacam perkara yang berkaitan dengan akademik seperti *pressure* naik kelas, durasi belajar, mengkopi jawaban teman, beban tugas, tekanan dalam memperoleh skor ujian, kekhawatiran dalam memutuskan pilihan pendidikan atau karier serta rasa cemas menghadapi ujian.<sup>7</sup>

Adanya fenomena tersebut, Menteri Pendidikan dan Kebudayaan, Menteri Agama, Menteri Kesehatan, dan Menteri Dalam Negeri mengeluarkan Surat Keputusan Bersama tentang Panduan Penyelenggaraan Pembelajaran Di Masa Pandemi Covid-19. Dalam surat keputusan bersama empat menteri tersebut, pembelajaran bersemuka diperbolehkan untuk dilakukan secara terbatas dengan memenuhi syarat – syarat yang sudah ditetapkan pemerintah. Pemberlakuan pembelajaran tatap muka terbatas hanya boleh diselenggarakan di daerah zona hijau dan zona kuning yaitu daerah yang memiliki resiko rendah dan sedang terpapar virus corona sementara daerah dengan zona jingga dan merah tidak diperkenankan dalam menyelenggarakan pembelajaran tatap muka.

---

<sup>7</sup> Mufadhal Barseli dan Ifdil Ifdil, “Konsep Stres Akademik Siswa”, *Jurnal Konseling dan Pendidikan*, Vol. 5, No.3, 2017, h.144.



Berdasarkan informasi yang didapatkan dari situs resmi Covid-19 di Indonesia, Kabupaten Sidoarjo adalah salah satu daerah zona kuning yang berarti memiliki resiko rendah terpapar Covid-19 sehingga lembaga pendidikan di Kabupaten Sidoarjo diperbolehkan untuk menyelenggarakan pembelajaran tatap muka terbatas.<sup>8</sup> Salah satu sekolah yang menyelenggarakan pembelajaran tatap muka terbatas adalah SMA Negeri 1 Taman. Penyelenggaraan pembelajaran tatap muka terbatas di SMA Negeri 1 Taman dikombinasikan dengan pembelajaran tatap maya atau pembelajaran daring, yang bisa disebut dengan *blended-learning*.

Model pembelajaran *blended-learning* dianggap sebagai solusi atas permasalahan stres akademik yang dialami para siswa. Hal ini dilakukan untuk memaksimalkan kegiatan pembelajaran dengan tujuan untuk meningkatkan penguasaan kompetensi siswa dengan tetap mematuhi kebijakan pemerintah sebagai upaya penanganan dan pecegahan penyebaran Covid-19. Hal ini senada dengan penelitian yang dilakukan oleh Anna Ayu Herawati dkk bahwa penyelenggaraan pembelajaran *blended-learning* 94,7% efektif dalam mengurangi burnout belajar atau kejenuhan dan kebosanan dalam belajar.<sup>9</sup> Penulis menganggap bahwa jika pembelajaran *blended-learning* dapat mengurangi *burnout* belajar sebagai salah satu

---

<sup>8</sup> Satuan Tugas Penanganan COVID-19. 2022. Peta Resiko. Lihat di <https://covid19.go.id/peta-risiko> diakses pada 10 Januari 2022.

<sup>9</sup> Anna Ayu Herawati, dkk., “Efektivitas Penggunaan Media Pembelajaran Berbasis *Blended-learning* Untuk Mengurangi Burnout Belajar Pada Perkuliahan Bimbingan Dan Konseling Keluarga Di Prodi Bimbingan Dan Konseling Universitas Bengkulu”, *Educational Guidance and Counselling Development*, Vol. 3, No. 2, (Oktober 2020), h. 45 – 46.

pemicu stres akademik maka ada peluang bahwa pembelajaran *blended-learning* dapat mengurangi tingkat stres akademik siswa.

Berkaitan dengan fenomena, data yang didapatkan dari berbagai penelitian yang sudah terlebih dahulu dilakukan, dan latar belakang yang sudah disampaikan, SMA Negeri 1 Taman dirasa memenuhi persyaratan sebagai objek penelitian dan penulis untuk memiliki ketertarikan untuk meneliti “Implementasi Model Pembelajaran *Blended-learning* pada Mata Pelajaran Pendidikan Agama Islam (PAI) dan Budi Pekerti dalam Mengatasi Stres Akademik Siswa Kelas XI di SMA Negeri 1 Taman Sidoarjo” sebagai judul dalam penyusunan skripsi

## **B. Rumusan Masalah**

Sehubungan dengan latar belakang masalah yang sudah dipaparkan, peneliti merumuskan permasalahan sebagai berikut :

1. Bagaimana implementasi model pembelajaran *blended-learning* dalam mengatasi stres akademik siswa pada mata pelajaran PAI dan Budi Pekerti kelas XI di SMA Negeri 1 Taman Sidoarjo?
2. Bagaimana kelebihan dan kekurangan implementasi model pembelajaran *blended-learning* tersebut dalam mengatasi stres akademik siswa pada mata pelajaran PAI dan Budi Pekerti siswa kelas XI di SMA Negeri 1 Taman Sidoarjo?

## **C. Tujuan Penelitian**

Berdasarkan rumusan masalah diatas maka tujuan dari penelitian ini adalah sebagai berikut :

1. Untuk mendeskripsikan model pembelajaran *blended-learning* dalam mengatasi stres akademik siswa pada mata pelajaran PAI dan Budi Pekerti kelas XI di SMA Negeri 1 Taman Sidoarjo.
2. Untuk mengetahui kelebihan dan kekurangan model pembelajaran tersebut dalam mengatasi stress akademik siswa pada mata pelajaran PAI dan Budi Pekerti kelas XI di SMA Negeri 1 Taman Sidoarjo.

#### **D. Kegunaan Penelitian**

Dengan tujuan penelitian yang sudah dipaparkan, diharapkan penelitian ini dapat memberikan kegunaan baik secara teoritis maupun secara praktis. Kegunaan dari penelitian pada skripsi ini diantaranya adalah:

1. Kegunaan Teoritis
  - a. Sebagai tambahan literatur dan khazanah keilmuan untuk pengembangan penelitian selanjutnya.
  - b. Memberikan kontribusi bagi praktisi pendidikan khususnya untuk topik keterkaitan model pembelajaran dengan stres akademik siswa.
2. Kegunaan Praktis
  - a. Bagi penulis : untuk meningkatkan pengetahuan penulis terkait dengan model pembelajaran *blended-learning* dan kaitannya dengan tingkat stres akademik, untuk melatih dan mengembangkan kemampuan dalam *research* ilmiah, dan sebagai bentuk integrasi ilmu pengetahuan dengan landasan teoritis yang dibuktikan dalam praktik terstruktur.

- b. Bagi lembaga pendidikan SMA Negeri 1 Taman Sidoarjo : sebagai bahan pertimbangan kepada SMA Negeri 1 Taman untuk mengembangkan model pembelajaran *blended-learning* dalam mengatasi stres akademik siswa
- c. Bagi Program Studi Pendidikan Agama Islam : sebagai sumbangsih kepada pihak yang bersangkutan sebagai bahan bacaan bersifat ilmiah
- d. Bagi pembaca : sebagai tambahan literatur agar dapat berinovasi dalam mengembangkan model pembelajaran *blended-learning* supaya siswa tidak hanya paham melainkan juga tidak mendapat tekanan akademik yang berlebih sehingga dapat mengakibatkan stres akademik pada siswa

#### **E. Penelitian Terdahulu**

Ada beberapa penelitian yang terdahulu yang relevan dengan penelitian yang dilakukan oleh peneliti. Adapun penelitian – penelitian dahulu yang relevan diantaranya :

1. Implementasi Pembelajaran *Blended-learning* Pada Mata Pelajaran Al Qur'an Hadist dalam Membentuk Motivasi Belajar Siswa MI Nurul Huda Jelu di Masa Pandemi Covid-19

Judul tersebut adalah artikel tesis yang ditulis oleh Imam Ja'far Shodiq. Dalam tesis ini diperoleh kesimpulan pembahasan pada penelitian ini adalah 1) implementasi pembelajaran al-Quran dengan *blended-learning* berhasil membentuk motivasi belajar siswa kelas V di MI Nurul Huda Jelu. 2) terdapat beberapa faktor yang mendukung dalam implementasi pembelajaran menggunakan *blended-learning* dalam membentuk motivasi belajar siswa

seperti kondisi fisik siswa, minat dan bakat siswa, semangat belajar siswa, tingkat kecerdasan siswa, dukungan orang tua, strategi mengajar, pemilihan media belajar yang tepat. Disisi lain juga terdapat faktor penghambat dalam implementasi pembelajaran menggunakan *blended-learning* dalam motivasi belajar seperti koneksi internet, keterbatasan waktu, kemampuan membeli kuota, sarana prasana, dan kesadaran orang tua untuk mendampingi belajar. 3) siswa MI Nurul Huda memberikan respon positif pada pembelajaran Qur'an hadis dengan menggunakan *blended-learning* untuk membentuk motivasi belajar siswa.<sup>10</sup>

Pada penelitian yang dilakukan oleh Imam Ja'far Shodiq melakukan penelitian terhadap implementasi pembelajaran *blended-learning* pada mata pelajaran al qur'an hadist dalam membentuk motivasi belajar siswa MI Nurul Huda Jelu di Masa Pandemi covid-19 sementara pada penelitian ini melakukan penelitian terhadap implementasi model pembelajaran *blended-learning* pada mata pelajaran PAI dan Budi Pekerti dalam mengatasi stress akademik siswa kelas XI SMA Negeri 1 Taman.

---

<sup>10</sup> Imam Ja'far Shodiq, "Implementasi Pembelajaran *Blended-learning* Pada Mata Pelajaran Al Qur'an Hadist dalam Membentuk Motivasi Belajar Siswa MI Nurul Huda Jelu di Masa Pandemi Covid-19", *Tesis Magister Pendidikan*, (Surabaya: UIN Sunan Ampel Surabaya, 2021), h. 99.

## 2. Implementasi Model Pembelajaran *Blended-learning* Untuk Meningkatkan Minat Belajar Selama Pandemi Covid-19

Penelitian yang dilakukan M. Syarifuddin Ahzab dan Suchaina membahas mengenai implementasi model pembelajaran *blended-learning* di Universitas PGRI Wiranegara selama pandemi covid-19, kendala dalam penerapan model pembelajaran *blended-learning*, upaya untuk mengatasi kendala saat pembelajaran *blended-learning*, dan minat belajar mahasiswa dengan model pembelajaran *blended-learning* saat pandemi covid-19. Dari pembahasan tersebut dihasilkan kesimpulan bahwa model pembelajaran *blended-learning* yang diterapkan di Universitas PGRI Wiranegara menggunakan berbagai macam *e-learning* yang memudahkan dosen dalam memberi penilaian dan memberikan kemudahan bagi mahasiswa dalam mengakses pembelajaran kapanpun. Meskipun demikian, jaringan internet merupakan kendala utama dalam pelaksanaan model pembelajaran *blended-learning* sehingga upaya yang dapat dilakukan yaitu dengan mendatangi tempat yang memiliki koneksi internet yang baik. Dalam penerapan model pembelajaran *blended-learning* ini mahasiswa dapat belajar secara mandiri dan memiliki minat belajar meskipun di masa pandemi covid-19.<sup>11</sup>

---

<sup>11</sup> M. Syarifuddin Ahzab dan Suchaina, "Implementasi Model Pembelajaran *Blended-learning* Untuk Meningkatkan Minat Belajar Selama Pandemi Covid-19", *Prosiding Transformasi Pembelajaran Nasional*, Vol. 1, 2021, h.102.

Penelitian yang dilakukan Syarifuddin Ahzab dan Suchaina meneliti tentang implementasi model pembelajaran *blended-learning* untuk meningkatkan minat belajar selama pandemi covid-19. Sementara pada penelitian ini yang diteliti adalah implementasi model pembelajaran *blended-learning* untuk mengatasi stres akademik siswa

3. Efektifitas Penggunaan Media Pembelajaran Berbasis *Blanded-Learning* untuk Mengurangi Burnout Belajar Pada Perkuliahan Bimbingan dan Konseling Keluarga di Prodi Bimbingan Konseling Universitas Bengkulu

Jurnal penelitian tersebut dilakukan oleh Anna Ayu Herawati, Vira Afriyati, Suci Habibah, dan Cici Pratiwi. Penelitian ini membahas mengenai keefektifan pemanfaatan media pembelajaran *blended-learning* dalam menurunkan tingkat *burnout* belajar. *Burnout* belajar dapat diartikan sebagai kelelahan dan kejenuhan dalam belajar. Berdasarkan hasil penelitian, dengan menerapkan media pembelajaran berbasis *blended-learning* tingkat *burnout* belajar mahasiswa berhasil diturunkan sebanyak 97,4%. Para mahasiswa Prodi Bimbingan dan Konseling Universitas Bengkulu yang dalam penelitian ini sebagai subyek penelitian lebih atraktif dalam alam mengikuti kegiatan pembelajaran menggunakan media pembelajaran *blended-learning*. Pernyataan tersebut dibuktikan dari keseriusan mahasiswa dalam berdiskusi melalui aplikasi komunikasi digital seperti *zoom* dan *google classroom* secara berkelompok. Tidak sama seperti sebelum menggunakan pendekatan *blended-learning* mahasiswa cenderung bosan dan tidak aktif karena materi



disampaikan melalui metode ceramah saja. Dengan demikian, dapat disimpulkan bahwa penggunaan media pembelajaran *blended-learning* efektif untuk mengurangi *burnout* belajar mahasiswa.<sup>12</sup>

Penelitian yang dilakukan Anna Ayu Herawati, Vira Afriyati, Suci Habibah, dan Cici Pratiwi membahas tentang Efektifitas Penggunaan Media Pembelajaran Berbasis *Blended-Learning* untuk Mengurangi Burnout Belajar sementara pada penelitian ini membahas mengenai implementasi model pembelajaran *blended-learning* untuk mengatasi stress akademik

4. Implementasi Pembelajaran *Blended-learning* di Masa Pandemi Covid-19 dalam Meningkatkan Minat Belajar Siswa Kelas VII Pada Mata Pelajaran Fiqih di MTS Al-Muslimun Lamongan

Penelitian ini dilakukan oleh Ulfa Mei Trisniawati yang membahas penerapan model pembelajaran *blended-learning* dengan mengupas tuntas mengenai perencanaan, pengelolaan, pelaksanaan pembelajaran *blended-learning*, dan evaluasi pembelajaran *blended-learning* terhadap minat belajar siswa. Dari penelitian tersebut, diperoleh kesimpulan bahwa perencanaan dilakukan dengan menyiapkan segala perlengkapan yang dibutuhkan sewaktu kegiatan belajar mengajar. Penyelenggaraan pembelajaran *blended-learning* dilakukan dengan mengelola kelas online dengan menggunakan media *google*

---

<sup>12</sup> Anna Ayu Herawati, dkk., “Efektivitas Penggunaan Media Pembelajaran Berbasis *Blended-learning* Untuk Mengurangi Burnout Belajar Pada Perkuliahan Bimbingan Dan Konseling Keluarga Di Prodi Bimbingan Dan Konseling Universitas Bengkulu”,.... h.45 – 46.t.d.

*classroom* dan grup whatsapp sebagai media penunjang. Pembelajaran *blended-learning* dilakukan dengan 40% tatap muka dan 60% pembelajaran daring yang dalam satu pekan terdapat 2 hari pembelajaran tatap muka dan 4 hari pembelajaran daring. Dalam pelaksanaannya pembelajaran *blended-learning* memiliki hambatan tersendiri yang sebagian besar terletak pada pembelajaran daring. Dengan melakukan kombinasi pembelajaran tatap muka di kelas yang dapat menambah ketertarikan belajar siswa di kelas karena guru bisa menerapkan beraneka macam gaya mengajar yang variatif atau dengan mengkorelasikan masalah sosial dengan materi serta kegunaannya di masa yang akan datang sehingga bergairah dan berantusias untuk belajar.<sup>13</sup>

Pada penelitian yang dilakukan oleh Ulfa Mei Triniawati membahas mengenai implementasi pembelajaran *blended-learning* di masa pandemi dalam meningkatkan minat belajar siswa sementara pada penelitian ini membahas mengenai implementasi model pembelajaran *blended-learning* dalam mengatasi stress akademik siswa.

#### 5. Penurunan Stres Akademik dengan Menggunakan Teknik Relaksasi-Afirmasi Diri Ditinjau dari Jenis Kelamin

Karya ilmiah ini merupakan penelitian dilakukan dan disusun dalam bentuk tesis. Tesis penelitian ini disusun oleh Maria Rayna Kartika Winata. Penelitian

---

<sup>13</sup> Ulfa Mei Trisniawati, “Implementasi Pembelajaran *Blended-learning* di Masa Pandemi Covid-19 dalam Meningkatkan Minat Belajar Siswa Kelas VII Pada Mata Pelajaran Fiqih di MTS Al-Muslimun Lamongan”, *Skripsi Sarjana Pendidikan*, (Surabaya : UIN Sunan Ampel Surabaya, 2021), h. 111 – 113.t.d.

dilakukan dengan menerapkan pola *nonrandomized pretest-posttest control group design* yang artinya penelitian di rancang dengan metode eksperimen dengan melakukan perbandingan hasil antara kelompok uji coba dengan kelompok kontrol. Kelompok kontrol sebagai pembanding dengan kelompok eksperimen. Permasalahan dalam penelitian membahas mengenai ada dan ketiadaan hubungan antara dua variabel. Jika ada apakah hubungan tersebut positif atau negatif. Hasil analisis menunjukkan bahwa nilai  $p = 0,001$  dengan signifikansi 0.05 sehingga menunjukkan ada korelasi antara teknik relaksasi-afirmasi diri dalam menurunkan stres akademik. Relaksasi-afirmasi dapat diartikan adalah salah satu cara untuk mengistirahatkan diri baik fisik dan mental dengan memberikan pernyataan positif terhadap diri sendiri sehingga dapat mempengaruhi bawah sadar individu untuk mengembangkan persepsi positif atas diri sendiri. Berdasarkan hasil pengukuran, teknik relaksasi afirmasi memiliki hubungan positif antara teknik relaksasi-afirmasi diri dengan stres akademik. Hal ini berarti semakin tinggi relaksasi-afirmasi diri maka peluang turunnya stres akademik semakin tinggi dan apabila relaksasi-afirmasi diri rendah maka peluang turunnya stres akademik juga rendah.<sup>14</sup>

---

<sup>14</sup> Maria Rayna Kartika Winata, "Penurunan Stres Akademik Menggunakan Teknik Relaksasi-Afirmasi Diri Ditinjau Dari Jenis Kelamin", *Tesis Sarjana Psikologi* (Surabaya: Universitas 17 Agustus 1945, 2017), h.6. t.d

Adapun persamaan terletak pada variabel yang meneliti stres akademik sementara perbedaan terletak dari variabel bebas yakni teknik relaksasi-afirmasi diri dan jenis kelamin,

#### **F. Ruang Lingkup dan Keterbatasan Penelitian**

Pada penelitian ini, peneliti memilih SMAN 1 Taman Sidoarjo sebagai tempat penelitian dengan melakukan penelitian lapangan atau *field research*. Ruang lingkup yang dimaksud pada penelitian ini adalah untuk meneliti dan mengobservasi dari implementasi model pembelajaran *blended-learning* pada mata pelajaran PAI dan Budi Pekerti juga masalah stres akademik siswa. Subyek penelitian dibatasi hanya untuk murid kelas XI saja Batasan ini ditetapkan untuk memusatkan penelitian sehingga penelitian tidak menyimpang dan terfokuskan.

#### **G. Definisi Operasional**

##### 1. Implementasi

Implementasi dalam Kamus Besar Bahasa Indonesia memiliki arti yang sama dengan kata pelaksanaan. Arti pelaksanaan itu sendiri adalah usaha untuk melaksanakan rancangan atau rencana yang sudah diputuskan sebelumnya.<sup>15</sup> Dalam penelitian ini, implementasi dimaksudkan dengan penerapan atau pelaksanaan dari suatu model pembelajaran yaitu model pembelajaran *blended-learning*.

---

<sup>15</sup> Dendy Sugono, *Kamus Bahasa Indonesia* (Jakarta : Pusat Bahasa, 2008), h.861

## 2. Model Pembelajaran *Blended-learning*

*Blended-learning* dapat diartikan sebagai penggabungan pembelajaran baik dari sisi strategi, teknik, metode, bahan, media, dan alat penilaian pembelajaran. Dalam penelitian ini, *blended-learning* diartikan campuran atau gabungan antara pembelajaran tatap muka secara langsung di kelas dengan pembelajaran tatap maya dengan memanfaatkan kecanggihan teknologi. Maksud dari *blended-learning* tersebut adalah *blended-learning* berbasis *web centric course* yang mana dilakukan dengan menyampaikan materi pembelajaran dengan memanfaatkan internet baik sewaktu daring maupun luring.<sup>16</sup>

## 3. Stres Akademik

Menurut Gadzella, Baloglu, Masten dan Wang dalam Lumban Gaol stres diserupakan bagai sisi pada uang logam yaitu ada sisi baik dan sisi buruk yang artinya stress tidak hanya dapat memberikan dampak negatif melainkan juga dapat memberikan dampak positif.<sup>17</sup> Dalam penelitian ini stres yang dimaksud adalah stres yang memberikan tekanan negatif sehingga berdampak negatif bagi kehidupan manusia. Stress yang dimaksud pada penelitian ini adalah stres akademik dapat diartikan sebagai tekanan negatif yang diderita siswa yang diakibatkan adanya persaingan

---

<sup>16</sup> Nurliana Nasution dkk, *Blended-Learning*, (Pekanbaru : Unilak Press, 2019), h.36.

<sup>17</sup> Nasib Tua Lumban Gaol, "Teori Stres : Stimulus, Respons, dan Transaksional", *Buletin Psikologi*, Vol. 24, No.1, 2016, h.7.

dan tuntutan akademik. Stres akademik dalam penelitian ini adalah siswa yang kehilangan semangat dan gairah dalam belajar yang berdampak pada psikis (perasaan putus asa dan menyerah) dan fisik (gangguan pencernaan, sulit tidur, dan mudah lelah) akibat dari banyaknya beban tugas dan durasi belajar yang lama.

#### **H. Sistematika Pembahasan**

Dalam pembahasan penelitian, peneliti membagi menjadi bagian – bagian, dengan masing - masing bagian tercantum beberapa dan setiap bab berisi sub – sub bab yang saling berkaitan menjadi kesatuan yang sistematis. Adapun sistematika pembahasan yang dimaksud adalah :

Bab satu yaitu bab pendahuluan dengan isinya latar belakang masalah, rumusan masalah, tujuan penelitian, manfaat penelitian, penelitian terdahulu, ruang lingkup dan keterbatasan penelitian, definisi operasional, dan sistematika pembahasan.

Bab dua merupakan bab yang memaparkan landasan teori dari masalah yang dibahas yang memuat tentang pengertian *blended-learning*, macam *blended-learning*, karakteristik model pembelajaran *blended-learning*, macam model pembelajaran *blended-learning*, *syntax* model pembelajaran *blended-learning*, pengertian stres akademik, faktor – faktor penyebab stres akademik, gejala stres akademik, dan tahapan stres akademik dan efektifitas model pembelajaran *blended-learning* dalam mengurangi tingkat stres akademik,

model pembelajaran *blended-learning* dalam mengatasi tingkat stres akademik siswa.

Bab tiga adalah bab mengenai metode penelitian yang memuat tentang pendekatan dan jenis, subjek dan objek penelitian, tahap – tahap penelitian, sumber dan jenis data, teknik pengumpulan data, dan teknik analisis data.

Bab empat memuat hasil penelitian yang berisi tentang paparan data dan temuan penelitian

Bab lima merupakan bab yang memuat tentang pembahasan dari paparan data serta temuan data penelitian di lapangan.

Bab enam merupakan bab penutup yang isinya menguraikan tentang kesimpulan dan saran yang kemudian dilanjutkan dengan daftar pustaka yang menjadi referensi dari penyusunan karya ilmiah dan lampiran – lampiran yang perlu untuk dilampirkan.

UIN SUNAN AMPEL  
S U R A B A Y A



## BAB II

### KAJIAN PUSTAKA

#### A. Model Pembelajaran *Blended-learning*

##### 1. Pengertian

*Blended-learning* bagian dari model pembelajaran . *Blended-learning* tersusun dari dua kata bahasa inggris yaitu *blended* dan *learning*. *Blended* artinya campuran sementara *learning* adalah pembelajaran. Secara bahasa *blended-learning* adalah percampuran atau perpaduan dari beragam sistem, strategi, model, metode, atau teknik pembelajaran.

Sementara menurut para ahli, memiliki berbagai pendapat untuk mendefinisikan *blended-learning* yang dimaksud. Menurut Driscoll & Carliner dalam Siti Istianingsih dan Hasbullah berpendapat bahwa *blended-learning* adalah pengintegrasian atau penggabungan berbagai program belajar yang berbeda untuk mencapai tujuan pembelajaran yang dimaksud. Sehingga dapat dikatakan bahwa kombinasi dari berbagai strategi dan metode belajar untuk mencapai tujuan pembelajaran.<sup>18</sup>

Merujuk referensi yang lain, menurut Driscoll dalam Indra Kartika Sari menyatakan bahwa terdapat empat konsep dalam pembelajaran *blended-learning* yakni 1) *blended-learning* yaitu kombinasi pembelajaran dengan teknologi untuk

---

<sup>18</sup> Siti Istianingsih dan Hasbullah, “*Blended-learning*, Trend Strategi Pembelajaran Masa Depan”, *Jurnal Elemen*, Vol. 1, No.1, 2015, h.51.

mencapai tujuan pendidikan, 2) *blended-learning* adalah kombinasi berbagai pendekatan pembelajaran baik agar membuahkan pencapaian belajar dengan maupun tanpa teknologi, 3) *blended-learning* adalah proses memadukan berbagai teknologi untuk pembelajaran seperti web, video, film, dan lainnya, 4) *blended-learning* adalah penggabungan teknologi dan tugas untuk menciptakan dampak yang baik dalam pembelajaran.<sup>19</sup>

Pengertian *blended-learning* juga oleh dikemukakan oleh Graham Allen dalam Siti Istianingsih dan Hasbullah menyatakan bahwa *blended-learning* dapat diartikan menjadi tiga hal yaitu kombinasi berbagai strategi pembelajaran, kombinasi beragam metode pembelajaran, dan kombinasi antara *online learning* dengan pembelajaran tatap muka.<sup>20</sup> Sementara menurut Handoko *blended-learning* adalah model pembelajaran pengembangan dari model pembelajaran *e-learning* yang menggabungkan model pembelajaran konvensional atau tatap muka dengan model pembelajaran *online* atau *e-learning*.<sup>21</sup>

Dari definisi yang sudah dipaparkan para ahli, dapat disimpulkan bahwa *blended-learning* adalah kegiatan menggabungkan, memadukan, dan mengkombinasikan berbagai unsur pembelajaran bisa jadi sistem, strategi, model, metode, atau teknik pembelajaran.

---

<sup>19</sup> Indra Kartika Sari, “*Blended-learning* Sebagai Alternatif Model Pembelajaran Inovatif di Masa Post-Pandemi di Sekolah Dasar”, *Jurnal Basicedu*, Vol. 5, No.4, 2021, h.2158.

<sup>20</sup> Istianingsih dan Hasbullah, “*Blended-learning* ...”, h.52.

<sup>21</sup> Kadek Cahya Dewi, dkk, *Blended-learning Konsep dan Implementasi pada Pendidikan Tinggi Vokasi* (Denpasar : Swasta Nulus, 2019) h. 6

## 2. Manfaatnya

Penerapan model pembelajaran *blended-learning* memiliki beberapa manfaat yang menguntungkan dalam pembelajaran itu sendiri, diantaranya adalah :<sup>22</sup>

### a. Efisiensi waktu dan tempat

Dengan pembelajaran *blended-learning* yang mana pembelajaran dilakukan dengan menggabungkan pembelajaran secara tatap muka dan pembelajaran *online*. Adanya pembelajaran online yang mana memungkinkan siswa dapat mengakses pembelajaran dimanapun dan kapanpun. Dengan efisiensi waktu dan tempat belajar, peserta didik dapat secara fleksibel mengakses materi maupun mengikuti pembelajaran tanpa harus hadir di ruang kelas sekolah atau pada jam sekolah berlangsung.

### b. Menumbuhkan kemampuan berpikir kritis siswa

Pembelajaran *blended-learning* menuntut siswa untuk lebih mandiri dan percaya diri dalam belajar. Hal tersebut berdasarkan karena sumber belajar dari pembelajaran *blended-learning* tidak hanya bersumber dari guru semata. Kemudahan akses pembelajaran *blended-learning* memungkinkan siswa menemukan informasi yang beragam. Dengan begitu, siswa dituntut untuk bijak memilih dan memilah sumber belajar yang relevan yang mana sumber belajar tersebut sangat beragam terutama yang diakses dari media elektronik.

---

<sup>22</sup> Nunung Nurhadi, "Blended Learning Dan Aplikasinya Di Era New Normal Pandemic Covid-19", *Jurnal Agriektensia*, Vol. 19 No.2, 2020, h.124.

Dari proses tersebut kemampuan berpikir kritis siswa dapat tumbuh dan berkembang.

c. Meningkatkan motivasi belajar

Perangkat belajar yang digunakan saat pembelajaran *blended-learning* sangat beragam dan variatif. Dengan *blended-learning* guru akan mengkombinasikan media pembelajaran, metode pembelajaran, sumber belajar, maupun bentuk evaluasi pembelajaran baik berbasis cetak maupun elektronik. Keragaman perangkat belajar yang digunakan membuat siswa tidak merasa jenuh dan bosan ketika pembelajaran berlangsung sehingga siswa menjadi lebih termotivasi untuk belajar yang dibuktikan dengan semangat belajar yang meningkat ketika pembelajaran *blended-learning* diterapkan.

d. Meningkatkan partisipasi siswa dalam proses belajar

Ketika model pembelajaran konvensional diterapkan biasanya siswa cenderung pasif karena model pembelajaran konvensional lebih banyak diterapkan dengan pendekatan *teacher-centered*. Sementara dengan penerapan *blended-learning*, pendekatan yang dipilih adalah *student-centered* yang mana implementasi pembelajaran *blended-learning* lebih banyak melibatkan siswa dan partisipasi siswa dalam belajar cenderung meningkat. Hal ini disebabkan karena siswa dituntut untuk aktif dalam mengakses materi belajar atau mencari informasi terkait materi belajar dan mendiskusikannya bersama teman – teman tentang informasi tersebut. Dengan demikian tampak jelas bahwa pembelajaran

*blended-learning* berperan aktif dalam meningkatkan partisipasi siswa dalam proses pembelajarannya.

### 3. Macam – macamnya

Brooke dalam Kadek et.al membagi model pembelajaran *blended-learning* berdasarkan cara pendekatan yang dibedakan menjadi empat cara pendekatan yaitu *rotation model*, *flex model*, *A la carte model*, dan *enriched virtual model*.

#### a. Model rotation

Salah satu pendekatan dalam model pembelajaran *blended-learning* dengan melibatkan peserta didik dalam sejumlah aktivitas atau pusat pembelajaran yang berbeda. Model rotation sendiri memiliki empat jenis yaitu *station rotation model*, *lab rotation*, *flipped classroom*, dan *individual rotation*.

##### 1) Station rotation model

Pada model ini siswa dalam kelas dibagi menjadi beberapa kelompok kecil masing – masing kelompok didampingi oleh pengajar. Jika kelompok lain mengerjakan tugas baik secara individu atau kelompok maka kelompok lainnya belajar dengan menggunakan internet. Kegiatan belajar tersebut akan dirotasi sesuai dengan jadwal yang telah disusun.<sup>23</sup>

##### 2) Lab rotation model

Model ini memiliki kemiripan dengan *station rotation model*, perbedaannya terletak pada rotasi yang dilakukan. *Lab rotation model*

---

<sup>23</sup> Dewi, *Blended-learning Konsep...*, h.27.

adalah pembelajaran dengan menggunakan internet di lab computer atau ruang kelas. Disini lab computer merupakan lingkungan belajar.<sup>24</sup>

3) *Flipped classroom*

Jenis *flipped classroom* diterapkan dengan peserta didik secara mandiri mengakses materi secara *online* yang diinstruksikan oleh pengajar di luar jam pelajaran. Model ini mengharuskan siswa mempelajari materi sebelum kelas dimulai sehingga aktivitas tatap muka digunakan untuk mengukur sejauh mana siswa memahami materi yang sudah dibagikan baik secara individu atau kelompok.<sup>25</sup>

4) *Individual rotation*

Model *individual rotation* dilakukan dengan melakukan perputaran jadwal yang mana setiap siswa memiliki jadwal yang berbeda. Hal ini disebabkan *individual rotation* menitikberatkan pada kebutuhan masing – masing peserta didik secara spesifik.<sup>26</sup>

b. Model *Flex*

Model *flex* memungkinkan peserta didik berpindah dari aktivitas belajar satu ke aktivitas belajar lainnya sesuai dengan kebutuhan mereka. Guru memberikan instruksi yang mana peserta didik dapat mengikuti aktivitas pembelajaran yang bersesuaian dengan kurikulum dengan jadwal yang

---

<sup>24</sup> Ibid., h.29

<sup>25</sup> Handoko, *Blended-learning : Konsep dan Penerapannya* (Padang : LPTIK Universitas Andalas, 2018), h.9.

<sup>26</sup> Kadek Cahya Dewi, et.al, *Blended-learning Konsep...*, h. 26.

fleksibel. Model ini memberikan peluang kepada peserta didik untuk meningkatkan kemandirian belajar dan menetapkan apa yang mereka perlukan untuk menyelesaikan proyek yang telah ditugaskan.<sup>27</sup>

c. Model *A la carte*

Model pembelajaran ini dapat dilakukan secara tatap muka dengan jadwal yang sudah disusun atau juga dapat dilakukan dengan teleconference yang dapat diakses dengan fasilitas computer dari instansi pendidikan, telepon pintar maupun computer pribadi<sup>28</sup>

d. Model *enriched – virtual*

Pendekatan pembelajaran dengan enriched virtual model dilakukan dengan tatap muka dan tatap maya. Materi pembelajaran dapat dibagikan oleh guru secara online pada berbagai variasi tempat belajar. Pendalaman materi dilakukan dengan interaksi baik secara tatap muka dengan desain konvensional atau tatap muka dengan desain modern (teleconference).<sup>29</sup>

Sementara Handoko membagi model pembelajaran *blended-learning* berdasarkan interaksi pembelajarannya yang diklasifikasikan menjadi dua jenis:<sup>30</sup>

a. *Asynchronous*

Asynchronous adalah desain pembelajaran yang memungkinkan guru dan siswa melakukan interaksi pembelajaran secara fleksibel dan tidak harus dalam waktu

<sup>27</sup> Handoko, *Blended-learning : Konsep ...*, h.10.

<sup>28</sup> Ibid., h.11.

<sup>29</sup> Dewi, *Blended-learning Konsep ...*, h.37.

<sup>30</sup> Handoko, *Blended-learning : Konsep ...*, h.12



yang sama seperti forum diskusi atau belajar mandiri. Teknologi yang digunakan biasanya dapat berupa blog, email, *google classroom*, dan lainnya

b. Synchronous

Synchronous adalah interaksi pembelajaran antara guru dan siswa yang diselenggarakan pada waktu yang sama seperti video call, teleconference dan lainnya. Teknologi yang biasa digunakan dapat berupa zoom meeting, *google meet*, messenger, dan lainnya

#### 4. Karakteristiknya

Berdasarkan unsur – unsur yang terdapat pada model pembelajaran *blended-learning* seperti pembelajaran tatap muka dikelas, belajar mandiri, pemanfaatan aplikasi, kerjasama, dan evaluasi, maka secara umum model pembelajaran *blended-learning* memiliki karakteristik tertentu yaitu:<sup>31</sup>

- a. Terpisahnya antara kegiatan belajar dan kegiatan pembelajaran
- b. Adanya perbedaan antara peserta didik dengan guru tempat, jarak geografis, dan waktu atau gabungan dari ketiganya selama proses belajar
- c. Menggunakan media pembelajaran berbasis cetak seperti modul dan berbasis elektronik seperti telepon, video, komputer, dan sejenisnya
- d. Bentuk pelayanan disediakan baik untuk peserta didik ataupun untuk pendidik
- e. Komunikasi antar peserta didik dan pendidik dapat dilakukan dengan satu arah seperti berkiriman pesan atau dengan dua arah seperti *teleconference*

---

<sup>31</sup> Nasution, et.al, *Blended-learning*, h.43.

- f. Pembelajaran daring mungkin dapat diterapkan pembelajaran tatap muka walaupun tidak wajib
- g. Proses belajar cenderung dilakukan secara berkelompok
- h. Peran guru sebagai fasilitator dan peserta didik sebagai *participant*

Namun, lebih spesifik masing – masing macam model dari pembelajaran blended-learning memiliki karakteristik tersendiri.

a. Karakteristik Model *Station Rotation*

- 1) Siswa melakukan rotasi sesuai dengan jadwal pembelajaran *blended-learning* yang sudah ditetapkan
- 2) Terdapat setidaknya satu jadwal untuk melakukan pembelajaran daring
- 3) Aktivitas pada kegiatan pembelajaran meliputi diskusi dalam kelompok kecil, diskusi dalam kelompok besar, proyek kelompok, bimbingan pribadi, dan tugas tertulis.<sup>32</sup>

b. Karakteristik Model *Lab-Rotation*

- 1) Model *lab-rotation* diimplementasikan untuk memberikan pembahasan yang mendalam terkait pokok bahasan tertentu
- 2) Siswa melakukan rotasi sesuai jadwal model pembelajaran *blended-learning* yang sudah ditetapkan.<sup>33</sup>

c. Karakteristik Model *Flipped Classroom*

---

<sup>32</sup> Dewi, *Blended-Learning Konsep ...*, h. 29.

<sup>33</sup> *Ibid*, h.30.

- 1) Siswa melakukan rotasi sesuai jadwal model pembelajaran blended-learning yang sudah ditetapkan dengan ketentuan pembelajaran tatap muka di kelas sesuai dengan hari aktif sekolah dan dilanjutkan dengan pembelajaran daring di rumah dengan konten bahasan yang sama saat pembelajaran tatap muka
- 2) Pokok pembahasan konten pembelajaran dilakukan secara online.<sup>34</sup>

d. Karakteristik Model Individual Rotation

- 1) Siswa melakukan rotasi jadwal model pembelajaran blended-learning sesuai dengan kebutuhan personal yang disesuaikan dengan aturan tetap mengenai pembelajaran blended-learning di sekolah dan setidaknya ada satu kelas yang dilakukan secara daring
- 2) Guru mengatur jadwal masing – masing siswa
- 3) *Individual rotation* berbeda dengan tipe model rotation yang lain karena *individual rotation* tidak mengharuskan siswa untuk memasuki setiap kelas yang tersedia.<sup>35</sup>

e. Karakteristik Model Flex

- 1) Instruksi dan konten pembelajaran secara garis besar disampaikan melalui internet
- 2) Siswa dapat berpindah kelas sesuai dengan kebutuhan personal

---

<sup>34</sup> Ibid, h.32

<sup>35</sup> Ibid, h.33

- 3) Jadwal dapat berubah – ubah
  - 4) Penjelasan guru dilakukan secara tatap muka
  - 5) Meskipun pembelajaran sebagian besar dilakukan secara daring namun pembelajaran tatap muka tetap dilakukan dengan waktu yang fleksibel dan disesuaikan dengan kebutuhan aktivitas pembelajaran seperti diskusi dalam kelompok kecil, proyek kelompok, dan bimbingan pribadi.<sup>36</sup>
- f. Karakteristik Model Enriched – Virtual
- 1) Siswa membagi waktu mereka untuk hadir dalam pembelajaran tatap muka di sekolah dengan pembelajaran daring
  - 2) Berbeda dengan model *flipped classroom*, pembelajaran tatap muka pada model *enriched virtual* dilakukan di sekolah namun tidak setiap hari aktif sekolah<sup>37</sup>
- g. Karakteristik Model Asynchronous
- 1) Pembelajaran yang fleksibel atau dapat dilakukan dimana saja
  - 2) Pembelajaran dapat diakses kapanpun dan dimanapun
  - 3) Mengembangkan kemampuan berpikir kritis
  - 4) Berbasis *student-center*.<sup>38</sup>

---

<sup>36</sup> Ibid, h. 35

<sup>37</sup> Ibid, h.37

<sup>38</sup> Cahyani, et.al, “Blended Online Learning : Combining The Strengths of Synchronous and Asynchronous Online Learning in EFL Context”, *Jurnal Pendidikan Teknologi dan Kejuruan*, Vol. 18 No. 2, 2021, h.176.

#### h. Karakteristik Model Synchronous

- 1) Pembelajaran yang fleksibel atau dapat dilakukan dimana saja
- 2) Pembelajaran tatap maya yang menyenangkan
- 3) Berbasis *student center*.<sup>39</sup>

### 5. Sintaks Model Pembelajaran *Blended-learning*

Setiap model pembelajaran mempunyai langkah – langkah atau pola urutan yang menginterpretasikan keseluruhan prosedur dalam rangkaian kegiatan pembelajaran. Secara umum terdapat tiga tahapan utama yang harus ada pada setiap jenis dari model pembelajaran *blended-learning*. Pendapat tersebut dikemukakan oleh Husamah dalam Juniati dan Huda dalam tiga tahapan utama pada model pembelajaran *blended-learning* yang dirumuskan oleh Grant Ramsey.<sup>40</sup>

#### a. *Seeking of information*

Tahapan ini adalah tahapan tentang pencarian informasi dari berbagai sumber baik online maupun offline yang relevan dengan topik pembahasan. Pada tahap ini guru memulai kegiatan pembelajaran dengan menyampaikan kompetensi pembelajaran sembari mempersiapkan siswa untuk mengeksplor atau mencari informasi mengenai materi yang relevan dengan topik pembelajaran. Kegiatan tersebut dapat dilakukan secara tatap muka maupun

<sup>39</sup> Cahyani, “Blended Online Learning...”, h.178.

<sup>40</sup> Juniati dan Khorul Huda, “The effect of Blended Learning Model on students’ Writing Skill (An Experiment Study at Tenth Grade of Madrasah Aliyah Ibnu Husain Surabaya)”, *Journal of English Education and Technology*, Vol.01, No.03, 2020, h.180.

secara tatap maya. Kegiatan pencarian informasi dapat dilakukan secara individu maupun kelompok.

Peran guru pada tahapan ini adalah menyediakan, memberi bantuan, dan memonitor siswa dalam proses pencarian informasi sehingga ada relevansi antara informasi yang didapatkan dengan topik yang didiskusikan dan bisa dipertanggungjawabkan

b. *Acquisition of information*

Tahapan ini adalah tahapan menginterpretasi dan mengelaborasi informasi yang didapatkan baik secara individu maupun kelompok. Pada tahap ini guru akan mengarahkan siswa mengerjakan lembar kerja dalam kelompok untuk mencatat informasi, menginterpretasi, dan mengembangkan konsep mengenai pemahaman materi tentang topik yang didiskusikan.

Guru mempertanyakan kembali mengenai ide – ide hasil interpretasi informasi atau yang didapatkan dari beragam sumber. Guru mendorong dan memfasilitasi siswa untuk mempresentasikan hasil dari interpretasi dan elaborasi yang bisa dilakukan secara tatap maya maupun tatap muka baik dilakukan secara berkelompok atau secara individu. Kemudian guru akan menugaskan siswa untuk mengelaborasi topik pembahasan dengan isu – isu atau permasalahan yang ada dalam kehidupan sehari – hari.

c. *Synthesizing of knowledge*

Kegiatan pada tahapan ini adalah mensintesis dan menkonstruksi pengetahuan kembali melalui proses diskusi dan merumuskan simpulan dari semua informasi yang didapatkan.

Guru memberikan penguatan atas hasil dari eksplorasi dari topik yang dibahas dan secara bersama-sama dengan siswa akan menyimpulkan materi pembelajaran yang telah dipelajari. Guru membantu siswa untuk mensintesis pengetahuan yang didapatkan pada kemampuan berpikir mereka. Guru membantu siswa untuk mengkonstruksi atau merekonstruksi hasil dari analisis, diskusi, dan kesimpulan dari materi pembelajaran yang telah diajarkan.

## 6. Kelebihan dan Kekurangannya

Pembelajaran *blended-learning* memiliki banyak keunggulan apabila dikomparasikan dengan pembelajaran tatap muka saja atau pembelajaran *online* saja. Banyak penelitian yang membuktikan bahwa pembelajaran *blended-learning* lebih efektif daripada dengan pembelajaran tatap muka maupun pembelajaran secara *online*. Husamah menyatakan beberapa keunggulan atau kelebihan dari *blended-learning* diantaranya:<sup>41</sup>

- a. Siswa lebih leluasa mempelajari materi pelajaran yang digali secara mandiri dari internet

---

<sup>41</sup> Husamah, *Pembelajaran Bauran (Blended-Learning)* (Jakarta : Prestasi Pustaka, 2014), h.231

- b. Komunikasi untuk diskusi dengan guru maupun siswa lain dapat dilakukan di luar jam sekolah
- c. Guru dapat memberikan penambahan materi melalui internet tanpa batas waktu
- d. Guru dapat melakukan kuis atau tes dan/atau memberikan umpan balik dengan efektif
- e. Siswa dapat saling *sharing* file atau materi dengan siswa lain
- f. Hemat biaya
- g. Penerapan model pembelajaran yang mudah dan dapat disesuaikan dengan kebutuhan pembelajar.
- h. Meningkatkan daya tarik pembelajaran

Sementara untuk kelemahan atau kekurangan model pembelajaran *blended-learning* juga diungkapkan oleh Husamah antara lain:<sup>42</sup>

- a. Media yang diperlukan bermacam – macam jadi susah untuk diterapkan jika sarana dan prasarana tidak *support*
- b. Fasilitas siswa yang kurang memadai seperti gawai dan jaringan internet. Siswa akan kesulitan mengikuti pembelajaran *online* secara mandiri jika tidak didukung oleh fasilitas yang memadai
- c. Kecakapan pengetahuan terhadap penggunaan teknologi yang baik guru, siswa, maupun orang tua

---

<sup>42</sup> Ibid, h.232



## B. Stres Akademik

### 1. Pengertian

Istilah stres adalah adaptasi dari istilah *stringere* dari Bahasa latin yang artinya ketegangan dan tekanan.<sup>43</sup> Stres ialah respon tubuh terhadap setiap kebutuhan tubuh yang terganggu yang dapat berpengaruh terhadap fisik, psikologis, intelektual, sosial, dan spiritual.<sup>44</sup> Menurut Handoko dalam Gusti Yuli Asih et.al stres merupakan keadaan ketegangan yang mempengaruhi emosi, proses berpikir, dan kondisi seseorang.<sup>45</sup> Konsep stres menurut Fincham & Rhodes dalam Gusti Yuli Asih et.al menyatakan bahwa stres adalah hasil dari kurang atau ketidakcocokan antara kepribadian, bakat, atau kecakapan seseorang dengan lingkungan yang berakibat terhadap ketidakmampuannya dalam menghadapi tuntutan terhadap diri sendiri secara efektif.<sup>46</sup>

Berdasarkan pendapat para tokoh yang sudah dipaparkan, stres yang berlebih dapat memberikan pengaruh buruk terhadap kapabilitas seseorang untuk menghadapi lingkungan. Dampak buruk tersebut dapat terlihat pada emosi, sosial, dan intelektual seseorang. Stres yang berdampak pada emosi dapat membuat seseorang memiliki perasaan negative atau destruktif pada diri sendiri atau orang lain. Stres yang berdampak pada sosial membuat hubungan

---

<sup>43</sup> Zackhria Rialmi, *Manajemen Konflik dan Stres*, (Bandung : Widina Bhakti Persada, 2021), h.65.

<sup>44</sup> Rasmun, *Stres Koping dan Adaptasi*, (Jakarta : CV. Sagung Seto, 2004), h.9.

<sup>45</sup> Gusti Yuli Asih, et.al, *Stres Kerja*, (Semarang : Semarang University Press, 2018), h.1.

<sup>46</sup> Ibid.

sosial individu dengan lingkungan terganggu. Sementara stres intelektual berakibat pada kapabilitas yang menurun dalam memecahkan suatu masalah.

Dalam ranah akademik, stres adalah salah satu pengalaman yang paling sering dialami oleh para siswa baik yang berada di jenjang sekolah maupun di universitas. Hal ini dikarenakan banyaknya tuntutan dari sekolah yang harus mereka penuhi. Dari fakta yang ditemukan di lapangan, kondisi tersebut dinamakan dengan stres akademik. Stres akademik menurut Rahmawati dalam Mufdhal Barseli dan Ifdhil adalah kondisi atau keadaan yang timbul akibat ketidaksesuaian daya actual siswa dengan tuntutan lingkungan yang menjadikan mereka semakin terbebani oleh ragam tekanan dan tuntutan.<sup>47</sup> Sementara menurut Desmita stres akademik merupakan stres yang disebabkan oleh akademik stresor atau sumber stres akademik seperti pressure naik kelas, durasi belajar, mengkopi jawaban, beban tugas, beban mendapatkan nilai yang bagus dan keputusan akan masa depan.<sup>48</sup>

Berdasarkan definisi yang disampaikan oleh para ahli stres akademik adalah keadaan tubuh manusia yang mengalami ketegangan yang berdampak negatif pada emosi, sosial, dan intelektual yang disebabkan oleh tuntutan akademik seperti durasi belajar, tekanan naik kelas, kekhawatiran dalam mengambil keputusan di masa depan dan lainnya.

---

<sup>47</sup> Mufdhal Barseli dan Ifdil Ifdil, "Konsep Stes Akademik Siswa",h.144.

<sup>48</sup> Ibid

## 2. Faktor Penyebabnya

Menurut Gadzela dan Baloglu dalam Farida Aryani dapat bersumber dari faktor internal dan faktor eksternal. Penyebab stres yang berkaitan dengan faktor internal meliputi:<sup>49</sup>

### a. Frustrasi

Frustrasi dilatarbelakangi adanya hambatan yang akan menghalangi tercapainya tujuan individu. Frustrasi sumbernya bisa jadi dari dalam dan luar individu. Frustrasi yang berasal dari luar contohnya bencana alam, kecelakaan, ditinggal orang yang disayang, kompetisi yang tidak suportif, dan broken home. Sementara frustrasi yang bersumber dari dalam seperti cacat fisik, kepercayaan diri, dan harga diri.

### b. Konflik

Konflik terjadi jika seseorang berada dalam tekanan untuk menentukan dua stimulus yang memiliki kekuatan untuk mempengaruhi individu. Ada tiga macam konflik yang biasa dialami yaitu:

- 1) Konflik menjauh – menjauh. Seseorang terjebak pada dua pilihan yang keduanya tidak disukai seperti seorang pelajar yang malas belajar tetapi juga tidak mau mendapat nilai buruk
- 2) Konflik mendekat – mendekat. Kebalikan dari jenis konflik sebelumnya, individu terjebak pada dua pilihan yang sama – sama disukai misalnya

---

<sup>49</sup> Farida Aryani, *Stres Belajar Suatu Pendekatan Dan Intervensi Konseling*, (Palu : Edukasi Mitra Grafika, 2016), h.41 – 45.

ada kegiatan kerja kelompok yang ingin diikuti bersamaan dengan jadwal menonton film yang disukai.

- 3) Konflik mendekat – menjauh adalah konflik yang terjebak pada dua pilihan dimana salah satu pilihan disukai tapi di pilihan yang lain ingin sangat menghindari. Salah satu contohnya adalah seorang pelajar akan mengikuti ujian esok harinya dan sadar harus mempersiapkan sebaik namun tidak bisa menolak untuk bermain game online dengan teman – temannya.

c. Pressure (Tekanan)

Tekanan yang dialami oleh individu yang didapatkan dari dalam dan luar individu ataupun keduanya. Ambisi individu merupakan contoh tekanan dari dalam sementara harapan yang dari orang lain merupakan contoh tekanan dari pihak luar

d. Self-Imposed

Self-imposed adalah keadaan seseorang yang memaksakan diri sendiri melebihi kemampuannya. Misalnya harus menjadi paling hebat dalam segi apapun.

Stres juga erat kaitannya dengan masa pubertas yang dialami remaja seperti perubahan fisik yang dialami oleh remaja. Perubahan fisik tersebut juga mempengaruhi secara psikologi seperti rasa kepercayaan diri seseorang.

Tumbuhnya jerawat atau badan bertambah gemuk membuat siswa tidak percaya diri untuk berangkat sekolah dan dapat menimbulkan stres.

Selain disebabkan oleh faktor internal, stres belajar juga dapat disebabkan oleh faktor eksternal yakni :<sup>50</sup>

a. Keluarga

Pengasuhan anak dalam keluarga berpengaruh terhadap psikologis anak. Orang tua yang sering gaduh, jarang memperhatikan anak, menyertakan anak dalam berbagai bimbingan belajar tanpa persetujuan anak cenderung membuat anak menjadi tertekan dan berakibat pada stres yang dialaminya.

b. Sekolah

Sekolah juga salah satu tempat yang berpotensi menimbulkan stres pada anak. Stres yang berkaitan dengan sekolah dibagi menjadi dua yaitu akademik pressure atau tekanan akademik seperti pola guru mengajar, beban tugas, beban mata pelajaran, pengelolaan waktu belajar, dan tekanan dalam ujian. Sementara yang kedua adalah peer pressures atau tekanan kawan sebaya yang berupa konflik, persaingan, penerimaan kelompok sebaya, dan lawan jenis.

c. Lingkungan fisik

---

<sup>50</sup> Ibid., h.45 – 47.

Lingkungan fisik berhubungan dengan kondisi lingkungan alam dan sekitarnya yang mempengaruhi stres siswa seperti seseorang tidak dapat belajar karena lingkungan yang panas sehingga tidak dapat berkonsentrasi dalam belajar.

### 3. Gejalanya

Individu yang mengalami stres akan menunjukkan gejala baik secara fisik maupun emosional. Adapun gejala dari stres adalah:<sup>51</sup>

- a. Gejala emosional yang ditunjukkan dengan mudah cemas atau gelisah, mudah menangis, cepat marah, mudah khawatir, merasa *unvaluable* dan berperilaku impulsif
- b. Gejala fisik ditunjukkan dengan sakit kepala, sulit tidur atau tidur yang tidak teratur, mudah lelah, dan kehilangan semangat untuk belajar
- c. Gejala perilaku ditunjukkan dengan kecenderungan untuk menyendiri, mudah menyalahkan orang lain, perilaku sosial berubah, sering bolos, ceroboh, sering melamun, berbuat onar untuk mencari perhatian.

Selain ketiga gejala tersebut, dalam literatur lain juga disebutkan jika stres akademik juga mempengaruhi proses berpikir siswa. Siswa yang mengalami stress akademik akan mengalami gejala seperti sulit memahami

---

<sup>51</sup> Barseli dan Ifdil, "Konsep Stres Akademik Siswa", h.145-146.

materi karena susah untuk fokus, prestasi memburuk, perfeksionis, kehilangan harapan, tidak memiliki prioritas hidup, berpikiran negatif, dan jenuh.<sup>52</sup>

Menurut Ng Lai Oon dalam Farida Aryani menyatakan bahwa anak yang mengalami stres akademik akan menampilkan perilaku khusus yakni:<sup>53</sup>

- a. Kehidupan berubah menjadi menyedihkan
- b. Menjadi pribadi yang anti sosial, menutup diri dari lingkungan, dan merasa kesendirian adalah teman terbaik
- c. Prestasi di sekolah menurun
- d. Menjadi individu yang agresif dan cenderung berperilaku destruktif
- e. Mudah cemas, gelisah, dan gugup
- f. Mengalami gangguan tidur seperti tidur tidak nyenyak, bermimpi buruk, dan sering mengigau
- g. Mengalami perubahan pola makan menjadi tidak suka atau tidak mau makan

Siswa yang mengalami tekanan akan memberikan reaksi fisik salah satunya seperti ketegangan otot-otot tertentu meningkat. Disamping itu, siswa yang mengalami stres juga menunjukkan perilaku impulsif, sulit berkonsentrasi dan mudah lesu.

---

<sup>52</sup> Amy Noerul Azmy, et.al, "Deskripsi Gejala Stres Akademik dan Kecenderungan Pilihan Strategi Koping Siswa Berbakat", *Indonesian Journal Of Educational Counseling*, Vol.1 No. 2, (2017), h.202.

<sup>53</sup> Aryani, *Stres Belajar...*, h.48.

#### 4. Tingkatannya

Menurut Amberg stres akademik dibagi menjadi tingkatan - tingkatan berikut:<sup>54</sup>

a. Stres Tingkat I

Tahapan ini adalah tahapan paling ringan yang ditandai dengan besarnya semangat untuk belajar dan menyelesaikan tugas. Pada tahapan ini individu memiliki prasangka mampu menyelesaikan tugas lebih dari biasanya tanpa menyadari bahwa energi akan habis

b. Stres Tingkat II

Stres tahap dua merupakan dampak dari perbuatan pada tahap satu. Dimana awalnya belajar atau aktivitas akademik dianggap menyenangkan mulai dianggap menyebalkan. Dari tahap ini, muncul keluhan – keluhan semacam kurang istirahat seperti merasa letih saat bangun pagi, lelah setelah makan siang, merasa capai menjelas sore, sering mengeluh pada bagian pencernaan, berdebar – debar dan sakit pada punggung dan tengkuk.

c. Stres Tingkat III

Keadaan ini terjadi jika seseorang yang tetap memaksakan dirinya untuk mengerjakan tugas tanpa menghiraukan keluhan pada tahap dua. Pada tahap ini keluhan pada pencernaan semakin jelas, gangguan pola tidur insomnia), fungsi tubuh terganggu, perasaan dan emosi menjadi tegang dan tidak tenang. Pada tahapan ini seseorang harus berkonsultasi secepatnya dengan

---

<sup>54</sup>Ibid, h.49 – 53.



dokter atau terapis untuk mengurangi beban stres dan tubuh dapat beristirahat kembali

d. Stres Tingkat IV

Jika keluhan pada tahap tiga tetap diabaikan maka stres akan berlanjut pada tahapan yang lebih tinggi. Pada tahapan ini gejalanya adalah bosan terhadap aktivitas yang awalnya menyenangkan, kehilangan kemampuan untuk merespon, tidak semangat melakukan kegiatan sehari – hari, gangguan tidur disertai dengan mimpi – mimpi yang menegangkan, sering menolak ajakan keluar karena tidak adanya semangat, daya konsentrasi dan daya ingat menurun dan cemas tanpa sebab.

e. Stres Tingkat V

Pada tahap ini stres ditandai dengan kelelahan baik secara fisik maupun mental, ketidakmampuan dalam menyelesaikan kegiatan sehari – hari yang sederhana, gangguan sistem pencernaan yang semakin berat, timbul ketakutan dan kecemasan yang meningkat, serta semakin mudah bingung dan panic.

f. Stres Tingkat VI

Tahapan yang keenam adalah tahapan puncak atau klimaks. Seseorang akan mengalami panic attack atau serangan rasa panik dan perasaan takut mati. Gejala fisik ditunjukkan dengan kesulitan bernapas, berdebar – debar yang

sangat keras, seluruh tubuh gemetar dan tidak ada tenaga untuk melakukan hal – hal ringan bahkan dapat menyebabkan pingsan atau tidak sadarkan diri

### **C. Model Pembelajaran *Blended-learning* dalam Mengatasi Stres Akademik**

Model pembelajaran *blended-learning* memiliki beberapa karakteristik yang berpotensi dapat mengatasi stress akademik siswa. Salah satu karakteristik umum model pembelajaran *blended-learning* adalah adanya dua tipe kegiatan pembelajaran yaitu pembelajaran tatap muka dan pembelajaran daring yang mana ketika pembelajaran daring antara guru dengan siswa memungkinkan terpisahkan jarak, waktu, maupun tempat geografis atau kombinasi ketiganya. Karakteristik tersebut menekankan bahwa pembelajaran tidak harus dapat diselenggarakan di kelas secara tatap muka melainkan juga dapat dilakukan di luar kelas dengan menggunakan media daring. Dengan *blended-learning*, siswa dapat belajar dimanapun dan kapanpun karena siswa bebas mengakses seluruh materi pembelajaran melalui media daring sehingga siswa dapat mengatur jadwal belajar secara personal yang disesuaikan dengan kesibukan masing – masing siswa tanpa tertekan dan terbatas oleh waktu dan tempat belajar.

Selain itu, pembelajaran *blended-learning* memungkinkan siswa dan guru untuk mempermudah dan mempercepat proses komunikasi tanpa batas waktu dengan bantuan teknologi. Guru akan mudah memberikan instruksi, mengirimkan materi pembelajaran, memantau kegiatan pembelajaran melalui gawai yang ada di

tangan. Di sisi lain, siswa juga dapat lebih mudah mengumpulkan tugas melalui media daring.

Penerapan dari pembelajaran *blended learning* memungkinkan guru untuk mengkombinasikan media pembelajaran berbasis cetak maupun elektronik sesuai dengan tipe pembelajarannya. Dengan pemanfaatan media pembelajaran yang variatif membuat siswa lebih senang dan berminat untuk belajar karena media pembelajaran yang digunakan tidak monoton dan membosankan. Hal itu merupakan salah satu problematika pembelajaran jarak jauh yang diterapkan di masa pandemi covid-19 yang mana pembelajaran berlangsung membosankan karena siswa hanya diminta menjadi pendengar dari ceramah guru selama kegiatan pembelajaran berlangsung.<sup>55</sup> Saat kegiatan pembelajaran dilakukan dengan menyenangkan maka siswa tidak mengalami kebosanan dalam belajar yang mana kebosanan dalam belajar merupakan salah satu gejala stres akademik

Selain itu salah satu karakter pembelajaran *blended-learning* adalah guru sebagai fasilitator sementara murid sebagai participant. Siswa dilatih agar mampu belajar secara mandiri sementara guru memfasilitasi apa yang diperlukan siswa untuk belajar. Siswa dilatih agar mampu untuk menemukan informasi atas suatu masalah, berdiskusi untuk menganalisis masalah, mensintesis, mengelaborasi, dan mempresentasikan hasil diskusi atas masalah tersebut. Guru sebagai fasilitator akan membantu dan mendampingi siswa dalam belajar. Dengan proses pembelajaran

---

<sup>55</sup> Mira Juliya dan Yusuf Tri Herlambang, "Problematika Pembelajaran Daring dan Pengaruhnya Terhadap Motivasi Belajar", *Genta Mulia*, Vol.12 No.1, 2021, h.286.

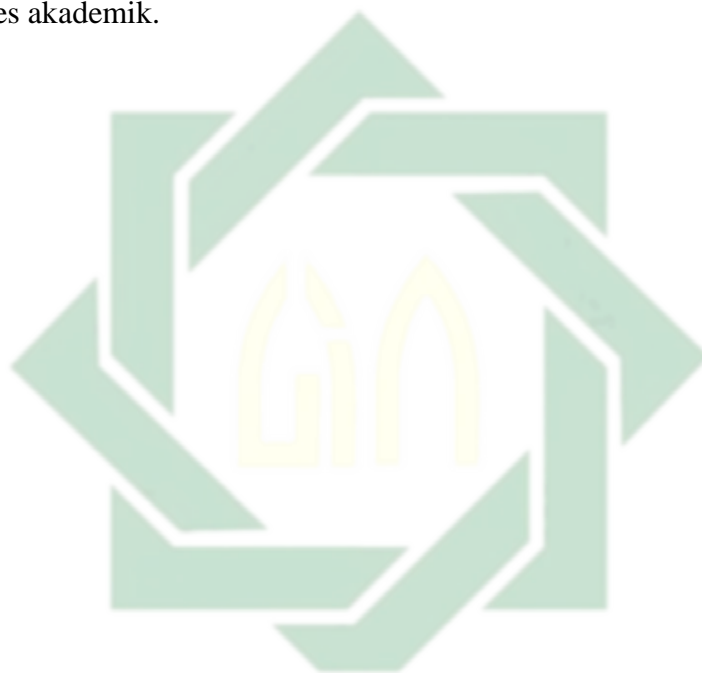
yang sedemikian rupa, pembelajaran blended learning lebih banyak dilakukan secara berkelompok

Dengan penyampaian materi pembelajaran yang cenderung dilakukan secara berkelompok maka dibutuhkan diskusi yang aktif antara anggota kelompok maupun dengan guru. Namun ketika kegiatan pembelajaran dilakukan secara jarak jauh secara keseluruhan kegiatan berdiskusi sukar untuk diterapkan karena banyaknya gangguan eksternal seperti sinyal yang buruk, kuota yang tidak memadai, dan fasilitas pembelajaran seperti gawai yang tidak canggih. Gangguan tersebut tentu saja menghambat kegiatan diskusi dan menghambat kegiatan pembelajaran secara keseluruhan.

Adanya gangguan tersebut menjadikan siswa sulit memahami materi pembelajaran karena tidak dapat menerima materi pembelajaran secara utuh sementara beban akademik seperti tugas sekolah tidak berkurang meskipun ada kendala - kendala tersebut. Dengan beban akademik yang tidak berkurang tentu akan menambah durasi belajar yang semakin lama yang mana seringkali berdampak pada terganggunya jadwal untuk merelaksasi diri seperti tidur, makan, dan liburan. Hal itu tentu membuat siswa merasa tertekan yang ditunjukkan dengan lelah dan bosan saat belajar, frustrasi saat belajar, dan merasa cemas terutama ketika akan menghadapi ujian karena tidak memahami materi pembelajaran secara utuh.

Dengan menerapkan pembelajaran blended-learning memungkinkan siswa dapat bertemu langsung sehingga kegiatan berdiskusi dapat dilakukan secara lancar

tanpa terkendala jaringan ataupun koneksi internet sehingga materi pelajaran dapat tersampaikan secara utuh dan menyeluruh. Dengan analisis analisis yang telah disebutkan maka model pembelajaran blended-learning disimpulkan dapat mengatasi stres akademik yang dibuktikan dengan berkurangnya atau teratasinya gejala stres akademik.



UIN SUNAN AMPEL  
S U R A B A Y A

## BAB III

### METODE PENELITIAN

#### A. Jenis dan Pendekatan Penelitian

Penelitian dapat dikatakan sebagai sistem pengetahuan yang berperan penting dalam penemuan dan pembangunan ilmu pengetahuan. Dengan kata lain, penelitian memiliki kapabilitas untuk memperbaharui pengetahuan sehingga tetap berkembang mengikuti pergerakan masyarakat yang dinamis. Dalam kondisi tersebut penelitian kualitatif adalah penelitian yang tepat untuk melahirkan ilmu pengetahuan yang baru dalam rangka perkembangan ilmu pengetahuan.

Pada penelitian ini termasuk dalam jenis penelitian kualitatif. Dinamakan penelitian kualitatif karena jenis penelitian ini mendapatkan hasil temuan yang tidak dapat diperoleh dengan menggunakan cara kuantitatif. Penelitian yang menggunakan metode kualitatif juga sering disebut dengan metode penelitian naturalistik karena penelitian dilakukan sesuai dengan potret alami dari topik yang diteliti tanpa adanya setting tertentu dari peneliti.<sup>56</sup> Hal ini sesuai dengan tujuan penelitian kualitatif yaitu untuk memahami suatu kondisi dengan menggambarkan secara detail dan mendalam tentang kondisi tersebut secara natural atau apa yang sebenarnya terjadi di lapangan penelitian.<sup>57</sup>

---

<sup>56</sup> Sandu Siyoto dan M. Ali Sodik, *Dasar Metodologi Penelitian* (Yogyakarta : Literasi Media Publishing, 2015), h. 27.

<sup>57</sup> Farida Nugrahani, *Metode Penelitian Kualitatif* (Surakarta: ttb, 2014), h.3-4.

Kategorisasi penelitian ini berdasarkan tempatnya adalah penelitian lapangan atau *field research* disebut demikian karena pengambilan data penelitian dilakukan secara langsung di tempat penelitian sehingga peneliti dapat memperoleh informasi melalui pengamatan secara langsung dari tempat penelitian.

Pada penelitian ini, peneliti akan mengamati dan mengali informasi terkait potret yang terjadi di lapangan yaitu implementasi model pembelajaran *blended-learning* pada mata pelajaran Pendidikan Agama Islam (PAI) yang kaitannya dalam mengatasi stress akademik siswa, yang meningkat karena disebabkan penerapan model pembelajaran jarak jauh untuk menghindari penularan dan penyebaran covid-19.

Pada penelitian ini, data – data yang dikumpulkan bersifat verbal yang diperoleh secara langsung dari informan dari lapangan. Data diperoleh melalui proses wawancara dan observasi yang mana menjadi metode pengumpulan data paling utama dalam penelitian ini. Data yang terkumpul kemudian dinarasikan secara mendetail dan menyeluruh tanpa adanya rekayasa peneliti disebabkan peneliti ingin mendeskripsikan masalah yang diteliti dengan potret kondisi yang sebenarnya<sup>58</sup> Dengan *setting* tersebut penelitian ini dilakukan dengan menggunakan pendekatan deskriptif kualitatif.

---

<sup>58</sup> Ibid, h.305.

Pada penelitian ini, peneliti berupaya untuk mendeskripsikan secara lengkap dan mendetail mengenai implementasi model pembelajaran *blended-learning* pada mata pelajaran Pendidikan Agama Islam (PAI) dan Budi Pekerti meliputi strategi, metode, media dan evaluasi pembelajaran dalam mengatasi stress akademik siswa kelas XI di SMA Negeri 1 Taman Sidoarjo.

## **B. Subjek dan Objek Penelitian**

### **1. Objek Penelitian**

Guna memusatkan penelitian agar data yang didapatkan lebih akurat maka peneliti membatasi penelitian hanya pada satu tempat yaitu SMA Negeri 1 Taman Sidoarjo yang terletak di Jl. Sawunggaling No. 2, Taman, Sidoarjo. Pemilihan tempat penelitian dilakukan berdasarkan pertimbangan – pertimbangan tertentu seperti relevansi dengan topik penelitian dan kemudahan dalam pengumpulan. Setelah memilih tempat penelitian, peneliti kemudian mengidentifikasi objek penelitian yang dimaksud yakni implementasi model pembelajaran *blended-learning* mata pelajaran PAI dan Budi Pekerti serta stress akademik siswa

### **2. Subjek Penelitian**

Subjek penelitian dalam hal ini adalah seseorang yang dianggap paham betul dengan masalah yang diteliti sehingga dapat memberikan informasi dan keterangan secara lengkap dan mendetail terkait dengan kebutuhan penelitian.. Subjek penelitian dapat ditentukan dengan menggunakan teknik sampling.



*Sampling purposive* merupakan teknik sampling yang digunakan pada penelitian ini. Teknik *sampling purposive* adalah teknik pengambilan berdasarkan alasan tertentu. Penentuan teknik sampling ini berdasarkan tujuan penelitian.<sup>59</sup>

Berkaitan dengan masalah yang dikaji yakni mengenai model pembelajaran *blended-learning* pada mata pelajaran PAI dan Budi Pekerti dalam mengatasi stress akademik siswa kelas XI maka subjek penelitian yang tepat adalah guru mata pelajaran PAI kelas XI dan siswa kelas XI di SMA Negeri 1 Taman Sidoarjo. Subjek penelitian tersebut juga ditetapkan sebagai kunci informan atau *keyinformant* pada penelitian ini.

### C. Tahap – Tahap Penelitian

Pada kegiatan penelitian kualitatif terdapat beberapa tahapan penelitian yang perlu dilakukan. Tahapan penelitian kualitatif menurut Lexy J. Moeleong dalam Mundir adalah tahap pralapangan, tahap pekerjaan lapangan, dan tahap analisis data.<sup>60</sup>

#### 1. Tahap Pralapangan

Pada tahap pralapangan terdapat beberapa kegiatan yang dilakukan sebelum penelitian dilaksanakan. Tahap pralapangan memiliki tujuan untuk menyiapkan semua hal yang diperlukan dalam penelitian. Kegiatan yang terdapat pada tahap pralapangan adalah :

<sup>59</sup> Rifai Abu Bakar, *Pengantar Metodologi Penelitian* (Yogyakarta : SUKA Pres UIN Sunan Kalijaga, 2021), h.65.

<sup>60</sup> Mundir, *Metode Penelitian Kualitatif dan Kuantitatif* (Jember, STAIN Jember Press : 2013), h.61.

a. Penyusunan proposal penelitian

Proposal merupakan gambaran awal atau rencana dari suatu penelitian yang disusun sebelum penelitian dilaksanakan. Dengan proposal penelitian yang telah disetujui penelitian maka peneliti dapat meneruskan ke tahapan penelitian selanjutnya.

b. Diskusi dengan dosen pembimbing

Langkah lanjutan setelah persetujuan dari proposal penelitian adalah melakukan diskusi dengan dosen pembimbing terkait revisi terhadap proposal.

c. Persiapan Kebutuhan Penelitian

Kebutuhan penelitian yang dimaksud adalah menentukan informan dalam penelitian, menyusun instrument penelitian dan mengurus surat izin penelitian.

d. Diskusi dengan guru PAI

Pada tahapan ini peneliti berdiskusi dengan guru PAI tentang desain penelitian yang akan dilakukan serta penentuan kapan penelitian dimulai.

2. Tahap Pekerjaan Lapangan

Sebagaimana tahap pralapanan, tahap pekerjaan lapangan juga memiliki beberapa kegiatan yaitu sebagai berikut:

a. Pelaksanaan observasi

Setelah surat izin penelitian disetujui oleh pihak sekolah maka peneliti segera melakukan penelitian dengan melakukan observasi secara langsung. Kegiatan observasi dilaksanakan sesuai dengan prosedur penelitian kualitatif.

b. Pelaksanaan wawancara

Pelaksanaan wawancara dilakukan sesuai dengan desain yang telah ditentukan sebelumnya. Wawancara dilakukan sesuai dengan desain penelitian yang disusun sebelumnya sehingga melalui wawancara dapat diperoleh data yang relevan dengan permasalahan yang dikaji.

3. Tahap analisis data

Pada tahap ini peneliti melakukan proses analisis data berdasarkan penelitian yang telah dilakukan. Data dikelola hingga menghasilkan kesimpulan yang konkrit tanpa pengurangan maupun penambahan jawaban narasumber terkait dengan penelitian.<sup>61</sup> Sesudah data dianalisis peneliti kemudian menyusun hasil laporan tersebut sebagai bentuk pertanggungjawaban peneliti setelah melakukan kegiatan pengumpulan data penelitian.

---

<sup>61</sup> Salim dan Syahrums, *Metodologi Penelitian Kualitatif* (Bandung : Citapustaka Media, 2012), h.53.

## D. Sumber dan Jenis Data

### 1. Sumber Data

Keberhasilan penelitian ditentukan berdasarkan eksistensi data sebagai bahan baku informasi untuk memberikan prakiraan mengenai objek penelitian. Data adalah fakta empirik yang dihimpun peneliti yang berguna untuk menyelesaikan permasalahan atau menjawab pertanyaan penelitian.<sup>62</sup> Penentuan masalah dari suatu penelitian salah satunya adalah ketersediaan sumber data. Yang dimaksud sumber data adalah subyek asal data diperoleh.<sup>63</sup> Berdasarkan sumbernya, data dibagi menjadi dua jenis yaitu data primer dan data sekunder.

#### a. Data primer

Menurut Bungin dalam Rahmadi data primer yaitu data yang didapatkan peneliti secara langsung dari sumber data pertama di lokasi penelitian atau objek penelitian.<sup>64</sup> Data primer juga disebut dengan data asli karena data tersebut diperoleh secara dari sumber asli tanpa media perantara. Dalam penelitian ini data primernya guru mata pelajaran Pendidikan Agama Islam dan Budi Pekerti kelas XI dan siswa kelas XI.

#### b. Data sekunder

Sumber data yang dikumpulkan peneliti dari sumber yang telah tersedia disebut dengan data sekunder. Data sekunder biasanya berasal dari data primer yang

---

<sup>62</sup> Sony Faisal Rinaldi dan Bagya Mujiyanto, *Metodologi Penelitian dan Statistik* (Jakarta : Kementerian Kesehatan Republik Indonesia, 2017), h. 91.

<sup>63</sup> Sukiati, *Metodologi Penelitian Sebuah Pengantar* (Medan : CV. Manhaji, 2016), h.177.

<sup>64</sup> Rahmadi, *Pengantar Metodologi Penelitian* (Banjarmasin : Antasari Press, 2011), h.71.

sudah diolah.<sup>65</sup> Data ini berupa dokumen sekolah tentang, profil umum sekolah, visi – misi sekolah, kondisi geografis sekolah, data guru dan data siswa, dan lainnya

## 2. Jenis Data

Jenis data yang digunakan pada penelitian ini adalah data kualitatif. Data kualitatif adalah data yang dipaparkan dalam bentuk naratif dan deskriptif bukan berbentuk angka yang bertujuan untuk menjelaskan fenomena yang diteliti. Dalam penelitian ini, jenis data kualitatif yang berupa deskripsi penerapan atau implementasi model pembelajaran *blended-learning* pada mata pelajaran PAI dan Budi Pekerti dalam mengatasi stres akademik siswa kelas XI di SMA Negeri 1 Taman Sidoarjo.

## E. Teknik Pengumpulan Data

Teknik pengumpulan data merupakan langkah yang paling strategis dalam penelitian karena tujuan pokok dari penelitian adalah mendapatkan data. Jika tidak memahami teknik pengumpulan data dan tidak memilih dengan tepat maka data yang didapatkan tidak sesuai dengan standar data yang telah disepakati. Pada penelitian ini, teknik pengumpulan data yang digunakan adalah observasi, wawancara, dan dokumentasi.

---

<sup>65</sup> Adhi Kusumastuti dan Ahmad Mustamil Khoiron, *Metode Penelitian Kualitatif* (Semarang : Lembaga Pendidikan Sukarno Pressindo, 2019), h. 34.

## 1. Observasi

Observasi adalah kegiatan mengamati dan mencatat fakta dan realita yang ditemukan secara langsung oleh peneliti yang berkaitan dengan kebutuhan penelitian. Observasi yang dilakukan oleh peneliti adalah observasi non partisipasi yang artinya peneliti melakukan pengamatan secara langsung tanpa ada keterlibatan secara langsung dalam aktivitas yang dilakukan oleh subjek penelitian.<sup>66</sup> Pada penelitian ini observasi dilakukan untuk mendapatkan informasi mengenai implementasi model pembelajaran *blended – learning* di SMA Negeri 1 Taman Sidoarjo terutama implementasinya pada mata pelajaran Pendidikan Agama Islam dan Budi Pekerti.

## 2. Wawancara

Wawancara atau interview adalah percakapan yang dilakukan oleh dua pihak yakni antara narasumber atau yang diwawancara dengan pewawancara agar memperoleh maksud atau informasi tertentu. Teknik pengumpulan data dengan wawancara dilakukan secara tatap muka dan lisan sehingga informasi yang diperoleh akurat dan valid. Wawancara memiliki beragam jenisnya yang dapat digunakan sesuai dengan kebutuhan peneliti.

Pada penelitian ini, wawancara dilakukan dengan model wawancara bebas artinya wawancara dilakukan secara bebas, tidak kaku, dan fleksibel namun tetap sesuai dengan panduan pertanyaan yang telah dipersiapkan sebelumnya.<sup>67</sup>

---

<sup>66</sup> Abubakar, *Pengantar...*, h.90

<sup>67</sup> Mundir, *Metode Penelitian...*, h.185.

Pada penelitian ini wawancara dilakukan untuk memperoleh informasi mengenai stres akademik siswa saat pembelajaran daring, stress akademik siswa saat pembelajaran *blended-learning*, dan kapabilitas model pembelajaran *blended-learning* dalam mengatasi stress akademik siswa kelas XI.

### 3. Dokumentasi

Kata dasar dokumentasi adalah dokumen yang berarti sesuatu atau barang – barang yang sudah ditulis. Dokumentasi adalah cara menghimpun data dengan melakukan penyalinan data yang sudah tersedia.<sup>68</sup> Cara mendapatkan data melalui teknik dokumentasi relatif lebih mudah daripada bentuk mengumpulkan data lainnya. Data yang didapatkan dengan teknik pengumpulan data dokumentasi adalah gambaran umum sekolah seperti profil sekolah, visi dan misi, prestasi sekolah, dan program – program di sekolah.

### F. Teknik Analisa Data

Analisis data pada penelitian kualitatif memiliki makna mengatur secara sistematis data – data yang didapat melalui observasi, wawancara dan dokumentasi untuk diolah dan ditafsirkan sehingga menghasilkan suatu gagasan, pemikiran, teori, atau pendapat yang baru.<sup>69</sup> Dengan demikian analisis data penelitian kualitatif adalah adalah cara menemukan teori atau gagasan baru melalui proses mencari dan menyusun secara runtut data yang diperoleh dari observasi di lapangan, wawancara,

---

<sup>68</sup> Hardani, *et.al*, *Metode Penelitian Kualitatif dan Kuantitatif*, (Yogyakarta : CV. Pustaka Ilmu Group Yogyakarta, 2020), h.149.

<sup>69</sup> Conny R. Semiawan, *Metode Penelitian Kualitatif*, (Jakarta : PT. Gramedia Widiasarana Indonesia, 2010), h. 121.

dan dokumentasi dengan cara mengklasifikasikan data, menafsirkan data, mencatat kembali data yang telah ditafsirkan, mencari pola, kemudian mengkonstruksikan dan menarik kesimpulan sehingga mudah untuk dibaca dan dipahami oleh publik.

Analisis data pada penelitian ini bersifat induktif. Dengan metode induktif ini, peneliti meunangkan macam – macam fakta atau fenomena melalui pengamatan di lapangan yang kemudian dianalisis dan disimpulkan menjadi teori atau gagasan baru berdasarkan apa yang terjadi di lapangan.<sup>70</sup> Dalam penelitian ini, peneliti akan memberikan gambaran secara menyeluruh mengenai implementasi model pembelajaran *blended-learning* pada mata pelajaran PAI dan Budi Pekerti. Data hasil penelitian kemudian ditelaah, dikaji, dan dikelola dan disimpulkan sesuai dengan tujuan penelitian.

Analisis data penelitian kualitatif yang paling sering digunakan adalah teknik analisis data menurut pendapat Miles dan Huberman. Menurut Miles dan Huberman dalam Zulki Zulkifli, analisis data kualitatif dilakukan melalui tiga tahap yaitu reduksi data, penyajian data, dan penarikan kesimpulan.<sup>71</sup>

#### 1. Reduksi Data

Reduksi data atau mereduksi data adalah meringkas, menentukan hal – hal utama, menaruh fokus pada hal yang penting, mencari tema dan menggambar

---

<sup>70</sup> Umar Siddiq dan Miftachul Choirin, *Metode Penelitian Kualitatif di Bidang Pendidikan* (Ponorogo : CV. Nata Karya, 2019), h.55.

<sup>71</sup> Zulki Zulkifli Noor, *Metodologi Penelitian Kualitatif dan Kuantitatif* (Sleman : CV. Budi Utama, 2012), h.202.



polaserta membuang data yang tidak perlu.<sup>72</sup> Hasil dari mereduksi data diperoleh data yang memiliki nilai temuan dan dapat mengembangkan teori secara signifikan sehingga data – data tersebut sesuai dengan tujuan penelitian yang telah ditetapkan.

## 2. Penyajian Data

Dalam penelitian kuantitatif, data disajikan dalam bentuk tabel, grafik, atau yang semacamnya. Namun pada penelitian kualitatif, data disajikan dengan bentuk uraian singkat, bagan, kaitan antar kategori atau semacamnya. Biasanya data kualitatif disajikan dalam bentuk teks naratif singkat. Hal itu dilakukan untuk memberi kemudahan pembaca memahami data yang ditampilkan.<sup>73</sup>

## 3. Penarikan Kesimpulan

Penarikan kesimpulan atau disebut juga verifikasi pada penelitian kualitatif dapat bersifat sementara atau kredibel. Kesimpulan dapat dikatakan sebagai kesimpulan yang kredibel jika asumsi terbukti sejak awal yang dibuktikan dengan bukti – bukti valid dan konsisten selama penelitian. Kesimpulan dalam penelitian kualitatif dapat berupa temuan baru yang belum pernah ada atau temuan yang masih belum jelas sehingga setelah dilakukan penelitian menjadi jelas teori yang dimaksud.<sup>74</sup>

---

<sup>72</sup> Siddiq dan Choirin, *Metode Penelitian...*, h.81.

<sup>73</sup> Ibid., h.82

<sup>74</sup> Ibid., h.84

## **BAB IV**

### **PAPARAN DATA DAN TEMUAN PENELITIAN**

#### **A. Gambaran Umum SMA Negeri 1 Taman**

##### **1. Profil Sekolah**

SMA Negeri 1 Taman merupakan sekolah menengah atas di bawah naungan Kemendikbud yang memiliki akreditasi A. Sekolah ini terletak di Jalan. Sawunggaling No. 2 Jemundo, Taman, Sidoarjo. Sekolah ini memiliki visi yang mulia yaitu mencetak generasi bangsa yang “bertaqwa, berakhlak mulia, berprestasi, berwawasan lingkungan dan global yang berpijak pada budaya Bangsa.”

Penyelenggaraan pendidikannya dilaksanakan sebagaimana pedoman pemerintah yaitu memberi layanan pendidikan sesuai dengan bakat/minat, kemampuan dan/atau kecepatan belajar peserta didik dengan penyelenggaraan sistem kredit semester (SKS). Citra yang ditampilkan pada lembaga pendidikan ini adalah intelektual dan berakhlak mulia yang berlandaskan dengan budaya bangsa. Citra tersebut dicerminkan dari karakteristik warga sekolah baik pendidik, peserta didik, tenaga kependidikan, maupun karyawannya.

SMA Negeri 1 Taman memiliki tenaga pendidik lengkap dan berkualitas yang didukung oleh tenaga kependidikan yang profesional sehingga dapat menyelenggarakan pendidikan dengan kualitas maksimal dan dapat beradaptasi sesuai dengan perkembangan. Sebagaimana yang terjadi pada saat ini, adanya

pandemi covid-19 mengharuskan sistem pendidikan berubah total dan lembaga pendidikan termasuk SMA Negeri 1 Taman diwajibkan untuk tetap menyelenggarakan kegiatan pendidikan secara profesional.

Model pembelajaran *blended-learning* merupakan salah satu strategi dalam penyelenggaraan pendidikan yang diterapkan di SMA Negeri 1 Taman dalam menghadapi perubahan ekstrem yaitu pandemi covid - 19. *Blended-learning* diterapkan sesuai dengan anjuran pemerintah yang disesuaikan dengan kebutuhan siswa pada masing masing lembaga pendidikan. Selain *blended-learning*, pemberlakuan pembelajaran tatap muka terbatas sistem lain yang juga diterapkan di SMA Negeri 1 Taman yang diprioritaskan untuk jenjang kelas tertinggi untuk mempersiapkan dalam menghadapi ujian terutama ujian masuk perguruan tinggi.

Beberapa program khusus yang ada di SMA Negeri 1 Taman diantaranya seperti gerakan literasi sebelum kegiatan pembelajaran dimulai. Program khusus ini dilakukan untuk membiasakan para siswa akan membaca dan menulis informasi yang didapatkan dari kegiatan mereka membaca. Dengan adanya gerakan literasi diharapkan ada peningkatan minat baca siswa yang mana minat baca merupakan basis dasar siswa dalam meningkatkan kualitas yang ada pada diri mereka.

Sisi spiritualitas juga menjadi perhatian khusus dalam pembentukan karakter siswa SMA Negeri 1 Taman. Hal itu sesuai dengan visi SMA Negeri 1

Taman salah satunya adalah mencetak siswa siswi yang bertaqwa dan berakhlak mulia. Tercantum dalam buku akademik yang disusun oleh Waka Kurikulum SMA Negeri 1 Taman, indikator dari beriman dan bertakwa kepada Tuhan Yang Maha Esa adalah membaca al-Quran dengan benar bagi siswa muslim dan mendalami kitab suci masing masing bagi siswa non muslim. Maka dari itu, salah satu cara dalam menajamkan sisi spiritualitas tersebut SMA Negeri 1 Taman memiliki program khusus lain yaitu pembacaan surat yasin di hari Jumat sebagai upaya untuk mencetak siswa siswa yang beriman dan bertakwa sesuai dengan indikator ketercapaian visi yang sudah disusun oleh sekolah.

Fasilitas yang dimiliki sekolah cukup lengkap dan memiliki kualitas yang baik diantaranya laboratortium bahasa, laboratorium komputer, laboratorium IPA meliputi Kimia, Fisika, dan Biologi dan perpustakaan. Sarana prasarana akan terus dikembangkan hingga memperoleh fasilitas yang terbaik diantara yang terbaik untuk menunjang kegiatan pembelajaran yang diselenggarakan di SMA Negeri 1 Taman sehingga nantinya juga akan menghasilkan peserta didik yang juga berkualitas.<sup>75</sup>

---

<sup>75</sup> Hasil dokumentasi pada website resmi SMA Negeri 1 Taman, <https://sman1tamansidoarjo.sc.id/>, diakses pada 1 April 2022.

## 2. Visi Misi Sekolah

### a. Visi<sup>76</sup>

Visi dari SMA Negeri 1 Taman adalah mencetak atau menjadikan siswa – siswi yang “Bertaqwa, Berakhlak Mulia, Berwawasan Lingkungan dan Global yang berpijak pada Budaya Bangsa” dengan indicator ketercapaian visi sebagai berikut :

- 1) Beriman dan bertaqwa kepada Tuhan Yang Maha Esa
  - a) Menjalankan ajaran agamanya dengan sungguh – sungguh;
  - b) Membaca al-Qur’an dengan benar dan mengamalkan bagi siswa muslim dan medalami kitab sucinya masing – masing bagi siswa non-muslim;
  - c) Memperingati hari besar keagamaan dan menauladani ajarannya.
- 2) Berkepribadian Akhlak yang mulia
  - a) Berkarakter (berbakti kepada orang tua, menghormati guru, tenaga kependidikan, dan menghargai sesama);
  - b) Jujur, peduli, dan rajin serta ikhlas beramal;
  - c) Bertanggung jawab, berdisplin, dan beretos kerja tinggi;
  - d) Pembelajar sejati sepanjang hayat, dan;
  - e) Sehat jasmani dan rohani
- 3) Berprestasi dibidang akademik dan non akademik

---

<sup>76</sup> Hasil dokumentasi pada website resmi SMA Negeri 1 Taman, <https://sman1tamansidoarjo.sc.id/>, diakses pada 1 April 2022.

- a) Memiliki pengetahuan dalam konteks diri sendiri, keluarga, sekolah, masyarakat, dan lingkungan alam sekitar, sehingga berhasil dalam Ujian Sekolah lulus 100% dengan nilai rata – rata  $\geq 80,0$ ;
  - b) Tumbuh persaingan dalam melanjutkan ke perguruan tinggi ternama di dalam maupun luar negeri (60% diterima di perguruan tinggi ternama);
  - c) Berprestasi dalam lomba – lomba (KIR, Olimpiade Sain, PMR, Olah Raga, Kesenian, Kreativitas/Paskibraka, dan Karya Sastra) tingkat daerah, regional, nasional, maupun internasional.
- 4) Berbudaya dan berwawasan lingkungan
- a) Memiliki seni dan budaya hidup bersih dan sehat baik di sekolah;
  - b) Memiliki humaniora dan kepekaan sosial yang tinggi;
  - c) Berperan aktif dalam pelestarian lingkungan hidup.
- 5) Berwawasan global yang berpijak pada budaya bangsa
- a) Berpikir positif, kritis, analitis, dan visioner demi kemajuan bangsa, negara, serta kawasan regional dan internasional serta dapat bersaing dalam globalisasi;
  - b) Berpikir dan bertindak kreatif, produktif, kritis, mandiri, kolaboratif, komunikatif, dan berjiwa *entrepreneurship* serta mahir memanfaatkan TIK;
  - c) Berkomunikasi dalam Bahasa Inggris secara aktif dan Bahasa Asing lainnya (Bahasa Jerman atau Bahasa Jepang);

- d) Membentuk jejaring budaya bangsa untuk kepentingan masa depan dengan memanfaatkan Teknologi Informasi dan Komunikasi untuk meningkat daya saing global;
- e) Berdayasaing dalam bidang sains, teknologi, seni, dan olahraga baik nasional maupun internasional.

b. Misi<sup>77</sup>

Untuk mewujudkan visi, sekolah menentukan langkah – langkah strategis yang dinyatakan dalam misi berikut:

- 1) Meningkatkan keimanan dan ketaqwaan kepada Tuhan yang Maha Esa dalam kehidupan sehari-hari serta menghargai terhadap ciptaan-Nya
- 2) Menumbuhkan dan meningkatkan kedisiplinan, kebersihan lingkungan, berkarakter, jujur, ikhlas beramal, tanggung jawab, dan pembelajar sejati sepanjang hayat,
- 3) Meningkatkan partisipasi warga sekolah dalam melestarikan lingkungan yang sehat, bersih, nyaman, dan mempunyai kepekaan sosial yang tinggi
- 4) Meningkatkan kualitas bidang akademik dan non akademik serta mewujudkan lulusan yang mampu mengaitkan pengetahuan dan teknologi dalam kehidupan berbangsa dan bernegara
- 5) Meningkatkan sumber daya yang berkualitas, berbudaya, berjiwa seni, dan humaniora

---

<sup>77</sup> Hasil dokumentasi dari website resmi SMA Negeri 1 Taman, <https://sman1tamansidoarjo.sc.id/>, diakses pada 1 April 2022

- 6) Meningkatkan pola pikir kreatif, produktif, kritis, dan mandiri yang berbasis pada kearifan lokal bagi peserta didik
- 7) Meningkatkan kecakapan warga sekolah dalam bidang ICT dan dapat bersaing dalam globalisasi, kemandirian, kolaboratif, komunikatif dan berjiwa *entrepreneurship* yang berlandaskan pada budaya bangsa.



UIN SUNAN AMPEL  
S U R A B A Y A

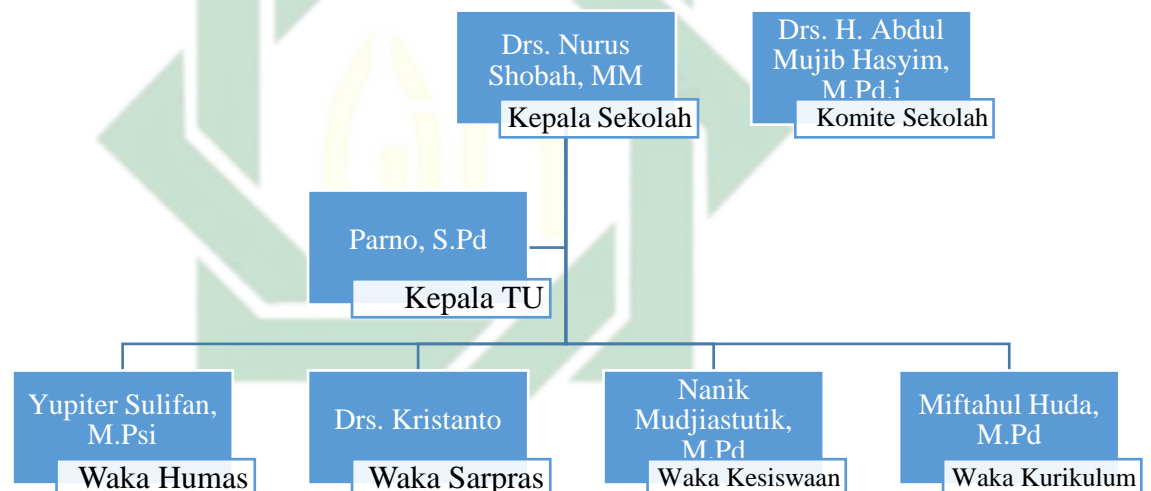


### 3. Struktur Organisasi SMA Negeri 1 Taman

Struktur organisasi di SMA Negeri 1 Taman diletakkan pada lobby sekolah. Peneliti dapat mengamati langsung personalia di SMA Negeri 1 Taman. Adapun struktur organisasi SMA Negeri 1 Taman adalah sebagai berikut:<sup>78</sup>

Gambar 4.1

Struktur Organisasi SMA Negeri 1 Taman



<sup>78</sup> Hasil observasi peneliti pada 8 Maret 2022.

#### 4. Data Guru dan Tenaga Kependidikan SMA Negeri 1 Taman

Data mengenai guru, tenaga kependidikan, beserta karyawan di SMA Negeri 1 Taman didapatkan dari bapak Hajar Ardanianto selaku tenaga administrasi sekolah yang diberikan kepada peneliti pada hari Senin, 14 Maret 2022 pukul 10:12 WIB. Berikut paparan data yang dimaksud:

##### a. Data Guru di SMA Negeri 1 Taman<sup>79</sup>

**Tabel 4.1**

**Data Guru di SMA Negeri 1 Taman**

NO	Nama	L/ P	Status Kepegawaian	Jenis PTK
1	Agus Slamet, S.Pd., M.Pd	L	PNS	Guru Mapel
2	Anggoro Condro Pamungkas, S.Pd	L	Guru honor sekolah	Guru Mapel
3	Dra. Ani Purwati, MM.	P	PNS	Guru Mapel
4	Dra. Bhinarwati Dwi Hariani, MM.	P	PNS	Guru Mapel
5	Bina Wahyu Lestari, S.Pd	P	PNS	Guru Mapel
6	Derry Anggraeni P., S.Pd	P	Honor Daerah TK.I Provinsi	Guru Mapel
7	Dhian Winarni, S.Pd	P	PNS	Guru Mapel

<sup>79</sup> Hasil dokumentasi bagian TU mengenai data guru dari bapak Hajar Ardanianto pada 14 Maret 2022.

8	Diana Rahmawati, S.Pd.	P	PNS	Guru Mapel
9	H. Edi Siswanto, S.Pd	L	PNS	Guru Mapel
10	Dra. Endang Listyoningish	P	PNS	Guru Mapel
11	Fajar Nugraha, S.Pd., S.Psi., M.Psi	L	PNS	Guru BK
12	Fakul Hibat, S.Kom	L	Guru Honor Sekolah	Guru TIK
13	Dra. Hartuti	P	PNS	Guru BK
14	Herlina Dewi, S.Pd	P	PNS	Guru Mapel
15	Hisbulloh Huda, S.Pd	L	PNS	Guru Mapel
16	Juni Ekawati, S.Pd	P	PNS	Guru Mapel
17	Drs. Juwair	L	PNS	Guru Mapel
18	Kristanti Handayani, S.Pd	P	PNS	Guru Mapel
19	Drs. Kristiyanto	L	PNS	Guru Mapel
20	Lailin Almuithia Sari, S.Pd	P	Honor Daerah TK.I Provinsi	Guru Mapel
21	Lucia Titis Utami, S.Pd.	P	PNS	Guru Mapel
22	M. Agus Jauhar Habibie, S.Pd	L	Guru Honor Sekolah	Guru Mapel
23	M. Arif Rahman Hakim, S.Pd.	L	Guru Honor Sekolah	Guru Mapel

24	Muhammad Bambang Triono, S.Si	L	PNS	Guru Mapel
25	Hj. Maisaroh, S.Pd., M.Pd	P	PNS	Guru Mapel
26	H. Maryoto, S.Pd., M.Pd	L	PNS	Guru Mapel
27	Miftahul Huda, M.Pd	L	PNS	Guru Mapel
28	Moch. Saiful Hidayat, S.Ag	L	Guru Honor Sekolah	Guru Mapel
29	Mochammad Moestofa, S.Pd	L	Guru Honor Sekolah	Guru Mapel
30	Mokh. Azwar Anas, S.Pd	L	Honor Daerah TK.I Provinsi	Guru Mapel
31	Musowifah, S.Pd	P	PNS	Guru Mapel
32	Muzamil, S.Pd	L	Honor Daerah TK.I Provinsi	Guru Mapel
33	Nanik Mudjiastutik, S.Pd., M.Pd	P	PNS	Guru Mapel
34	Nanik Zumaroh, S.Pd	P	PNS	Guru Mapel
35	Nimia Endang Kiswinani, S.Pd., MM	P	PNS	Guru Mapel
36	Nining Nuriani, M.Pd	P	PNS	Guru Mapel

37	Drs. Nonot Sukrasmono	L	Honor Daerah TK.I Provinsi	Guru Mapel
38	Hj. Novarita Z., S.Pd	P	PNS	Guru Mapel
39	Nur Aminatus, S.Pd	P	Honor Daerah TK.I Provinsi	Guru Mapel
40	Nur Yanti, S.Pd	P	Honor Daerah TK.I Provinsi	Guru Mapel
41	Pantja Harijoso P., S.Or	L	PNS	Guru Mapel
42	Putri Yohana Widyastuti, S.Pd	P	Guru Honor Sekolah	Guru Mapel
43	Risky Damayanti, S.Pd	P	Honor Daerah TK.I Provinsi	Guru Mapel
44	Shinta Beta Prameswari, S.Pd	P	Guru Honor Sekolah	Guru Mapel
45	Siti Hafidzoh, S.Ag., M.Pd.I	P	PNS	Guru Mapel
46	Dra. Sri Marfu'ah, M.Pd	P	PNS	Guru Mapel
47	Sri Sutiani, S.Pd.	P	PNS	Guru Mapel
48	Drs. Sugiyanto	L	PNS	Guru Mapel
49	Supariyanta, S.Pd	L	PNS	Guru Mapel

50	Wismaning Junarwati, S.Pd	P	PNS	Guru Mapel
51	Yanto, S.Kom	L	PNS	Guru TIK
52	Yetty Anggraini, S.Pd	P	Guru Honor Sekolah	Guru Mapel
53	Yupiter Sulifan, M.Psi	L	PNS	Guru BK

b. Data Tenaga Kependidikan di SMA Negeri 1 Taman<sup>80</sup>

**Tabel 4.2**

**Data Tenaga Kependidikan di SMA Negeri 1 Taman**

NO	Nama	JK	Status Kepegawaian	Jenis PTK
1	Adi Turmiyanto	L	Tenaga Honor Sekolah	Petugas Keamanan
2	Agus Choirul Anam	L	Tenaga Honor Sekolah	Tenaga Administrasi Sekolah
3	Aminuk	P	PNS	Tenaga Administrasi Sekolah

<sup>80</sup> Hasil dokumentasi bagian TU mengenai data tenaga kependidikan dari bapak Hajar Ardiananti pada 14 Maret 2022.

4	Darmilah	P	PNS	Tenaga Admnistrasi Sekolah
5	Dian Junaedy	L	Tenaga Honor Sekolah	Pesuruh/Office Boy
6	Ferninda Ardianty	P	Tenaga Honor Sekolah	Tenaga Perpustakaan
7	Hajar Ardanianto	L	Tenaga Honor Sekolah	Tenaga Administrasi Sekolah
8	Iik Sananta	L	Tenaga Honor Sekolah	Petugas Keamanan
9	Lailis Safitri	P	PNS	Laboran
10	M. Ali Yusri	L	Tenaga Honor Sekolah	Petugas Keamanan
11	Mohammad Slamet	L	Tenaga Honor Sekolah	Petugas Keamanan
12	Nurus Shobah	L	PNS	Kepala Sekolah
13	Parmo	L	PNS	Tenaga Administrasi Sekolah
14	Ratna Purwanti	P	Tenaga Honor Sekolah	Tenaga Administrasi Sekolah

15	Supardji	L	Tenaga Honor Sekolah	Pesuruh/Office Boy
16	Umi Choiriyah	P	PNS	Tenaga Administrasi Sekolah

Berdasarkan tabel diatas yang menunjukkan data tenaga pendidik di SMA Negeri 1 Taman sudah lengkap sesuai dengan mata pelajaran yang diajarkan. Selain itu, nilai tambah yang lain tidak ditemukan tenaga pendidik di SMA Negeri 1 Taman yang mengajar mata pelajaran tidak sesuai dengan pendidikan terakhirnya sehingga dapat dikatakan semua guru di SMA Negeri 1 Taman mengajar mata pelajaran yang relevan dengan pendidikan terakhirnya. Dengan tenaga pendidik yang berkualitas sehingga dapat peserta didik yang dihasilkan juga pasti berkualitas. Hal itu dapat dibuktikan dengan semua guru mengajar mata pelajaran linear dengan latar belakang pendidikan terakhirnya.

##### **5. Data Siswa SMA Negeri 1 Taman**

Pada tahun ajaran 2021/2022 SMA Negeri 1 Taman memiliki total siswa 1079 orang dengan 428 siswa laki – laki dan 651 siswa perempuan. Adapun perinciannya mengenai data siswa dapat dilihat pada tabel berikut:<sup>81</sup>

<sup>81</sup> Hasil dokumentasi bagian TU mengenai data siswa dari bapak Hajar Ardanianto pada 14 Maret 2022



**Tabel 4.3**  
**Data Siswa Tapel 2021/2022**

	MIPA			IPS			BAHASA			TOTAL
	L	P	J	L	P	J	L	P	J	JT
X	68	134	202	55	88	143	19	18	37	382
XI	60	119	179	68	70	138	7	22	29	346
XII	77	99	176	60	80	140	14	21	35	351
	<b>205</b>	<b>352</b>	<b>557</b>	<b>183</b>	<b>238</b>	<b>421</b>	<b>40</b>	<b>61</b>	<b>101</b>	<b>1079</b>

## 6. Sarana dan Prasarana SMA Negeri 1 Taman

**Tabel 4.4**  
**Keadaan Ruangan**

No.	Jenis Ruangan	Jumlah	Keterangan
1.	Ruang Belajar	35 buah	Baik
2.	Ruang Kantor	4 buah	Baik
3.	Perpustakaan	1 buah	Baik
4.	Ruang olahraga	1 buah	Baik
5.	Laboratorium	6 buah	Baik
6.	Ruang Kesenian	1 buah	Baik
7.	Gudang	1 buah	Baik
8.	Kantin	1 buah	Baik

9.	WC	17 buah	Baik
10.	Ruang Penjaga	1 buah	Baik
11.	Ruang Osis	1 buah	Baik
12.	R. Ekstrakurikuler	1 buah	Baik
13.	Masjid	1 buah	Baik
14.	UKS	1 buah	Baik
15.	Ruang BK	1 buah	Baik
16.	Aula	1 buah	Baik

Berdasarkan data yang sudah didapatkan dapat ditarik kesimpulan bahwa sarana dan prasarana di SMA Negeri 1 Taman tergolong lengkap dan dalam keadaan baik. Sarana prasarana yang ada di SMA Negeri 1 Taman dibangun dan disesuaikan dengan kebutuhan kegiatan pembelajaran maupun kebutuhan peserta didik untuk menunjang segala aktivitas sekolah sehingga sekolah tercipta menjadi tempat yang nyaman bagi semua warga sekolah terutama dalam kegiatan belajar mengajar.<sup>82</sup>

---

<sup>82</sup> Hasil observasi mengenai sarana prasarana sekolah pada 14 Maret 2022.

## B. Temuan Penelitian

### 1. Implementasi Model Pembelajaran *Blended-learning* Pada Mata Pelajaran PAI dan Budi Pekerti dalam Mengatasi Stress Akademik Siswa Kelas XI di SMA Negeri 1 Taman

Berdasarkan hasil observasi yang dilakukan peneliti, penerapan model pembelajaran *blended-learning* di SMA Negeri 1 Taman dilakukan sesuai dengan instruksi dalam SKB 4 menteri untuk menyelenggarakan pembelajaran tatap muka secara terbatas di masa pandemi covid-19. Guna memaksimalkan pembelajaran tatap muka yang dilakukan secara terbatas, pembelajaran juga diselenggarakan secara online sehingga pembelajaran tersebut dikatakan sebagai pembelajaran *blended-learning*. Untuk penerapan pembelajaran *blended-learning* disesuaikan dengan kebutuhan masing – masing sekolah dengan tetap memperhatikan jumlah kasus covid-19 di daerah sekolah tersebut.<sup>83</sup>

Berdasarkan hasil pengamatan di lapangan dan wawancara kepada pihak terkait. Pembelajaran *blended-learning* diterapkan sejak memasuki tahun pelajaran 2021/2022 hingga saat ini. Dalam rentang waktu tersebut, penerapan pembelajaran *blended-learning* mengalami beberapa kali

---

<sup>83</sup> Hasil observasi mengenai model pembelajaran *blended-learning* di SMA Negeri 1 Taman pada 14 Maret 2022

perubahan dalam penerapannya yang mana perubahan perubahan tersebut disesuaikan dengan kebutuhan sekolah dan melihat jumlah kasus covid-19<sup>84</sup>

Saat pertama kali diterapkan *blended-learning* di SMA 1 Taman melaksanakan *blended-learning* dengan kuota berapa 85% daring 15% luring. Kuota tersebut diimplementasikan dengan pembelajaran tatap muka terbatas hanya diperuntukkan bagi kelas XII yang terbagi menjadi dua sesi yakni sesi pagi dan sesi siang. Sesi pagi diperuntukkan bagi siswa kelas XII yang memiliki absen ganjil dan sesi siang bagi siswa kelas XII dengan absen genap dan akan di putar atau di rolling jadwal masuk setiap minggunya. Sementara pembelajaran kelas XI dan X dilakukan secara daring atau jarak jauh. Model pembelajaran *blended-learning* tersebut dipilih karena kelas XII merupakan kelas prioritas untuk mendapatkan pembelajaran tatap muka karena akan menghadapi berbagai ujian.

Selang beberapa minggu kuota pembelajaran tatap muka bertambah menjadi 35% siswa. Implementasi pembelajaran *blended-learning* dilakukan kurang lebih sama seperti sebelumnya namun kuota pembelajaran tatap muka ditambah untuk kelas XI atau kelas X. Pelaksanaannya tetap menggunakan dua sesi yakni sesi pagi dan sesi siang berdasarkan nomor absen ganjil-genap namun yang membuat berbeda tidak hanya kelas XII saja yang melakukan

---

<sup>84</sup> Hasil observasi mengenai pembelajaran blended-learning dan wawancara dengan bapak Miftahul Huda selaku Waka Kurikulum SMA Negeri 1 Taman, Wawancara Kelompok, Sidoarjo, 22 September 2021.

pembelajaran tatap muka terbatas namun juga kelas XI atau kelas X. Dalam beberapa waktu dilakukan rolling jadwal baik jadwal sesi dan jadwal jenjang kelas. Jadi jika minggu pertama bulan yang melakukan pembelajaran daring adalah kelas X maka yang melakukan pembelajaran tatap muka terbatas adalah kelas XII dan kelas XI dengan ketentuan sesi pagi untuk siswa dengan nomor urut ganjil dan sesi siang untuk siswa dengan nomor urut genap. Sehingga minggu kedua bulan yang melakukan pembelajaran daring adalah kelas XI sementara yang melaksanakan pembelajaran tatap muka terbatas adalah kelas XII dan kelas X dengan ketentuan sesi pagi untuk siswa absen genap dan sesi siang untuk siswa absen ganjil. Model pembelajaran *blended-learning* seperti ini dilakukan sampai semester ganjil tahun ajaran 2021/2022 berakhir. Model pembelajaran *blended-learning* yang demikian dipilih supaya ada pemerataan pembelajaran tatap muka yang lagi-lagi disesuaikan dengan kebutuhan dari materi pembelajaran pada masing-masing jenjang kelas.

Pada awal semester genap tahun ajaran 2021/2022 SMA Negeri 1 Taman sempat melakukan pembelajaran tatap muka 100% namun karena adanya peningkatan kasus covid-19 di Indonesia maka pembelajaran dialihkan menjadi pembelajaran jarak jauh lagi dan pada bulan Maret 2022 SMA Negeri 1 Taman membuat keputusan untuk melaksanakan kembali pembelajaran *blended-learning*. Model pembelajaran *blended-learning* dilakukan dengan kuota 65% pembelajaran tatap muka dan 35 pembelajaran

daring%. Penerapan *blended-learning* tidak lagi dilakukan menjadi dua sesi melainkan satu sesi saja. Dalam seminggu kelas XI dan kelas X melakukan pembelajaran tatap muka secara bergantian dalam satu sesi sementara kelas XII sudah tidak lagi melakukan pembelajaran karena sudah selesai menempuh pendidikan.

Dalam pelaksanaannya di dalam kelas waka kurikulum memberikan penuturan sebagai berikut,

"Kalau pelaksanaan *blended-learning* di kelas tergantung gurunya ya mbak terserah mau pakai media, metode, atay bentuk penilaian yang seperti apa karena yang tahu betul materinya ya guru itu yang penting sesuai dengan sistem *blended-learning* yang ditetapkan sekolah"<sup>85</sup>

Dari penuturan tersebut dapat ditafsirkan oleh peneliti bahwa pelaksanaan pembelajaran *blended-learning* di dalam kelas diatur oleh guru mata pelajaran masing-masing yang mana sangat mungkin setiap guru menerapkan metode, media, atau evaluasi pembelajaran yang berbeda beda yang disesuaikan dengan kebutuhan dengan harapan tujuan pembelajaran tetap tercapai maksimal.

Model pembelajaran *blended-learning* diterapkan agar memaksimalkan pembelajaran tatap muka terbatas yang dilakukan di masa pandemi. Pelaksanaan pembelajaran *blended-learning* di sekolah diserahkan kepada pihak satuan pendidikan masing masing yang disesuaikan dengan kebutuhan oleh masing-masing sekolah tetapi tetap sesuai dengan aturan yang

---

<sup>85</sup> Miftahul Huda, Waka Kurikulum SMA Negeri 1 Taman, Wawancara Kelompok, Sidoarjo, 22 September 2021.

ditetapkan pemerintah. Sementara pelaksanaan pembelajaran *blended-learning* di kelas diatur sesuai dengan keperluan dan kepentingan masing-masing guru tetapi tetap sesuai dengan desain pembelajaran yang ditetapkan oleh sekolah.

Berdasarkan temuan di lapangan pelaksanaan pembelajaran *blended-learning* pada mata pelajaran PAI dan Budi Pekerti dilakukan dengan cara apabila pembelajaran daring guru akan melakukan teleconference dengan menggunakan *google meet* yang beberapa menit sebelum jam pelajaran dimulai guru akan membagikan link masuk *meet* melalui grup *WhatsApp*. Guru kemudian akan menunggu beberapa saat sampai seluruh siswa masuk ke *room meeting*. Setelah itu, guru akan membuka pelajaran dengan menyapa siswa, berdoa bersama, dan mendata kehadiran siswa. Kemudian setelah itu siswa melakukan presentasi mengenai topik yang sudah ditentukan di awal pembelajaran apabila telah melakukan presentasi maka akan ada sesi tanya jawab dan kemudian guru bertugas untuk menyimpulkan materi yang sudah dipresentasikan. Setelah kesimpulan maka pembelajaran ditutup dan selesai.

Pada pembelajaran tatap muka pembelajaran dilakukan hampir sama dengan apa yang dilakukan saat pembelajaran jarak jauh. Pembelajaran dimulai dengan pembukaan yang dilakukan oleh guru, melakukan doa bersama dan mendata kehadiran siswa. Setelah itu, para siswa melakukan presentasi terhadap topik selanjutnya yang sudah ditentukan di awal

pembelajaran. Kemudian setelah mempresentasikan hasil diskusi dengan teman kelompok dilakukan sesi tanya jawab. Jika berakhir sesi tanya jawab maka guru akan menyimpulkan dan memberikan tambahan atas topik yang sudah dipresentasikan. Apabila siswa merasa jelas maka pembelajaran dapat diakhiri.

Karena keterbatasan waktu dalam melakukan observasi untuk setiap materi pembelajaran maka peneliti melakukan wawancara terhadap guru PAI yang bersangkutan dan beberapa siswa kelas XI agar dapat dipastikan validitasnya mengenai bagaimana model pembelajaran *blended-learning* pada mata pelajaran PAI dan Budi Pekerti di kelas XI diterapkan. Ketika mendapat jadwal pembelajaran tatap muka, selain diterapkan dengan metode yang sudah dipaparkan peneliti berdasarkan temuan observasi. Model pembelajaran tatap muka juga didesain untuk keperluan lain seperti yang diucapkan oleh Ibu Hafidzoh selaku guru PAI ,

"Selain pembelajaran seperti biasanya, kalau tatap muka lebih saya fokuskan untuk pendalaman materi yang memiliki KD yang cukup banyak seperti materi fiqih dan pengambilan nilai yang sifatnya harus *face to face* seperti hafalan"<sup>86</sup>

Penuturan tersebut sama seperti apa yang diucapkan oleh siswa kelas XI yang peneliti wawancara. Menurut Erma, model pembelajaran *blended-learning* pada mata pelajaran PAI dan Budi Pekerti diimplementasikan dengan menggunakan desain pembelajaran sebagai berikut

---

<sup>86</sup> Siti Hafidzoh, Guru Pendidikan Agama Islam SMA Negeri 1 Taman, Wawancara Pribadi, Sidoarjo, 18 April 2022.



"mungkin *blended-learning* nya PAI menggabungkan materi yang dijelaskan pada saat tatap muka dengan materi yang diajarkan masi online"<sup>87</sup>

Pernyataan yang serupa juga diungkapkan oleh Fatta yakni,

"kalau luring biasanya melanjutkan presentasi buat kelompok yang belum kebagian buat presentasi, tapi kalau misalnya semua kelompok sudah selesai biasanya bu hafidzoh kasih tugas uji kompetensi gitu kak. untuk tugas yang biasa diberikan itu materi hafalan surat dan penyelesaian uji kompetensi setiap KD nya"<sup>88</sup>

Dari penuturan siswa pertama secara khusus dapat ditafsirkan bahwa jika desain pembelajaran tatap muka pada model pembelajaran *blended-learning* selain dilaksanakan sebagaimana mestinya juga memiliki tujuan lagi yang tak kalah penting yakni melakukan pemahaman materi pembelajaran yang kurang dipahami saat presentasi dilakukan secara jarak jauh. Salah satu kendala paling krusial pada pembelajaran daring biasanya terletak pada koneksi internet, apabila koneksi internetnya tidak bagus maka materi yang diterima oleh siswa juga tidak sempurna. Maka dari itu salah cara yang efektif untuk memperdalam pemahaman materi terkait adalah dengan membahas kembali hal-hal krusial pada topik yang sebelumnya dipresentasikan pada sewaktu daring yang kemudian dilanjutkan oleh presentasi dari kelompok selanjutnya membahas topik lainnya. Selain bertujuan untuk memperdalam materi pembelajaran, pembelajaran tatap muka juga bertujuan untuk melakukan tes lisan untuk pengambilan nilai seperti hafalan surat atau ayat ayat terkait dengan materi quran hadits.

<sup>87</sup> Erma, Siswa Kelas XI SMA Negeri 1 Taman, Wawancara Pribadi, Sidaorjo, 22 April 2022.

<sup>88</sup> Fatta, Siswa Kelas XI SMA Negeri 1 Taman, Wawancara Pribadi, Sidaorjo, 22 April 2022.

Penggunaan metode - metode pembelajaran tersebut dipilih berdasarkan pertimbangan tertentu seperti yang diucapkan oleh ibu Siti Hafidzoh selaku guru PAI

"Kalo metode tanya jawab tujuannya supaya mereka terbiasa berpikir kritis karena masing-masing dari mereka memiliki pengalaman ataupun realitas yang berbeda dr materi terkait misal materi tentang pernikahan nah mereka pasti menemukan permasalahannya masing masing dan kemudian nanti ditanyakan dan didiskusikan bersama kalau metode ceramah sendiri itu sebagai penambahan dan pendalaman materi dari hasil diskusi anak anak"<sup>89</sup>

Dari penuturan tersebut dapat ditafsirkan oleh peneliti bahwa metode pembelajaran yang dipilih dan diterapkan pada mata pelajaran PAI dan Budi Pekerti disesuaikan dengan materi PAI dan Budi Pekerti. Sebagaimana tujuan dari metode tanya jawab yaitu untuk mengetahui cara berpikir siswa terhadap materi pembelajaran dengan memberikan pertanyaan-pertanyaan. Sementara metode diskusi memiliki tujuan yang salah satunya adalah untuk mengembangkan kemampuan berpikir kritis siswa dengan melakukan analisis dan sintesis informasi yang diterimanya. Untuk metode ceramah memiliki tujuan untuk mengulas kembali materi – materi yang dianggap sulit. Jadi dapat disimpulkan bahwa apa yang disampaikan oleh narasumber sesuai dengan tujuan dari metode tersebut.

Penggunaan ketiga metode tersebut adalah metode paling sering digunakan dalam mata pelajaran PAI dan Budi Pekerti. Hal tersebut juga divalidasi oleh siswa kelas XI

---

<sup>89</sup> Siti Hafidzoh, Guru Pendidikan Agama Islam SMA Negeri 1 Taman, Wawancara Pribadi, Sidoarjo, 18 April 2022.

"Kalo PAI itu menggunakan sistem presentasi per KD setiap bab kak"<sup>90</sup>

Senada yang diungkapkan oleh siswa lain terkait metode pengajaran yang paling sering diterapkan pada mata pelajaran PAI dan Budi Pekerti

"Untuk mapel PAI *Blended-learning*nya Metode pengajarannya lebih sering menggunakan tugas kelompok yaitu setiap kelompok biasanya membuat PPT dan dipresentasikan di depan kelas"<sup>91</sup>

Dari pernyataan dari beberapa siswa kelas XI bahwa mata pelajaran PAI dan Budi Pekerti diterapkan dengan mengkombinasikan ketiga metode tersebut. Sebelum melakukan presentasi, para siswa dibentuk menjadi beberapa kelompok untuk mempresentasikan topik pembelajaran yaitu materi pada setiap KD dari mata pelajaran PAI dan Budi Pekerti. Untuk menyusun konten presentasi yang baik tentu saja diperlukan diskusi dengan para anggota kelompok. Hasil diskusi tersebut kemudian dipresentasikan dihadapan teman teman. Setelah dipresentasikan maka tugas audience adalah menanggapi materi yang telah disampaikan dengan begitu metode tanya jawab diterapkan. Setelah dirasa tidak ada pertanyaan yang butuh jawaban lagi, maka tugas guru adalah menambahkan dan memperjelas materi atau hasil tanya jawab dari hasil presentasi yang dilakukan begitulah metode ceramah diterapkan.

Media yang digunakan dalam penerapan model pembelajaran *blended-learning* pada mata pelajaran PAI dan Budi Pekerti juga beragam. Dari hasil observasi yang sudah dipaparkan di paragraf awal, media pembelajaran yang

---

<sup>90</sup> Egyst, Siswa Kelas XI SMA Negeri 1 Taman, Wawancara Pribadi, Sidaorjo, 22 April 2022.

<sup>91</sup> Lana, Siswa Kelas XI SMA Negeri 1 Taman, Wawancara Pribadi, Sidaorjo, 15 April 2022.

digunakan dalam pembelajaran *blended-learning* sangat variatif. Saat pembelajaran daring yang digunakan adalah *google meet* atau *zoom*, *Whatsapp group*, dan *powerpoint* sementara saat pembelajaran tatap muka media yang digunakan adalah *powerpoint* dan *video pembelajaran*. Seperti penjelasan ibu Siti Hafidzoh selaku guru PAI

"Media pembelajaran yang biasanya dipakai saat *blended-learning* macam macam mbak. Seringnya kita pakai *Google meet* kalau buat presentasi, kalau *Whatsapp group* fungsinya untuk membagikan link meeting atau untuk share informasi terkait ulangan tentang materi tersebut. Kalau *zoom meeting* sendiri jarang digunakan. *Classroom* kalau waktu *blended* digunakan untuk pengumpulan tugas yang sifatnya *urgent*"<sup>92</sup>

Hal yang sama terkait media pembelajaran yang digunakan dalam mata pelajaran PAI juga diungkapkan oleh beberapa siswa kelas XI. Menurut Lana, ketika pembelajaran *blended-learning* diterapkan media pembelajaran yang sering digunakan diantaranya adalah,

"Biasanya pakai *google meet* mbak, seingat saya sepertinya tidak pernah pakai *zoom* dan juga menggunakan aplikasi WA juga untuk grup chat"<sup>93</sup> Pernyataan yang sama diungkapkan oleh Wahyu mengenai media pembelajaran pada mata pelajaran PAI dan Budi Pekerti yaitu,

"*Google meet* kak, jadi meskipun sedang tidak ptm presentasi dan diskusinya juga di laksanakan melalui media *google meet* kak. Kalau *WhatsApp* biasanya digunakan buat media penyampian informasinya jadi kayak semisal mau diadakan meet share informasinya melalui grup *WhatsApp*. Kalau fungsi *google classroom* nya digunakan untuk pemberian dan pengumpulan tugas tertulis/berupa video"<sup>94</sup>

<sup>92</sup> Siti Hafidzoh, Guru Pendidikan Agama Islam SMA Negeri 1 Taman, Wawancara Pribadi, Sidoarjo, 18 April 2022.

<sup>93</sup> Lana, Siswa Kelas XI SMA Negeri 1 Taman, Wawancara Pribadi, Sidoarjo, 15 April 2022.

<sup>94</sup> Wahyu, Siswa Kelas XI SMA Negeri 1 Taman, Wawancara Pribadi, Sidoarjo, 8 April 2022

Sementara menurut Farrel media pembelajaran yang biasa digunakan pada mata pelajaran PAI dan Budi Pekerti yaitu,

"Biasanya Classroom cuma untuk pengumpulan tugas kak, WA hanya share info biasa. kalo diskusi langsung meet"<sup>95</sup>

Dari hasil wawancara yang dilakukan kepada guru PAI dan beberapa siswa kelas XI dapat disimpulkan bahwa media pembelajaran yang digunakan dalam penerapan model pembelajaran *blended-learning* bervariasi seperti metode pembelajarannya.

Media pembelajaran yang digunakan dalam pembelajaran *blended-learning* memiliki kegunaan masing-masing yang disesuaikan dengan kebutuhan dari materi pembelajaran agar tujuan pembelajaran tercapai. Saat pembelajaran daring, aplikasi *teleconference* seperti *google meet* merupakan aplikasi yang sering digunakan. Dalam pembelajaran PAI dan Budi Pekerti *google meet* diperlukan untuk melakukan presentasi yang mana presentasi dalam mata pelajaran PAI dan Budi Pekerti adalah desain pembelajaran yang paling sering digunakan. Penggunaan *Whatsapp group* juga dimanfaatkan untuk membagikan info mengenai hal-hal yang terkait dengan pembelajaran seperti pembagian link *Google meet* dan sejenisnya. Sementara *Google classroom* dipilih sebagai media untuk pengumpulan tugas karena kapasitas ukuran file yang dapat diunggah di *google classroom* dapat lebih besar daripada *Whatsapp group*. Seperti yang diketahui bahwa tugas-tugas yang

---

<sup>95</sup> Farrel, Siswa Kelas XI SMA Negeri 1 Taman, Wawancara Pribadi, Sidaorjo, 8 April 2022.

diberikan biasanya berupa video hafalan jika siswa tidak mampu menyelesaikan hafalan saat pembelajaran tatap muka dan karena berbentuk video ukuran dari file tersebut cenderung besar sehingga memerlukan media yang tepat untuk dapat mengirimkannya.

Seperti yang sudah dijelaskan di paragraf-paragraf sebelumnya bahwa desain pembelajaran yang utama dari model pembelajaran *blended-learning* adalah melakukan presentasi maka tentu saja media yang utama adalah *Microsoft Powerpoint*. Media *powerpoint* dibutuhkan baik untuk pembelajaran daring maupun pembelajaran tatap muka. Media *powerpoint* ini digunakan untuk menyajikan hasil diskusi dari setiap KD dari materi pembelajaran yang sudah ditentukan saat awal pertemuan.

Bentuk evaluasi yang diterapkan pada model pembelajaran *blended-learning* sendiri juga variatif yang tentu saja disesuaikan dengan materi pembelajaran terkait. Berdasarkan hasil wawancara dengan guru PAI ibu Siti Hafidzoh beliau mengatakan

"Untuk pengambilan nilai atau bentuk evaluasinya tergantung dari materi itu sendiri, kalau materinya termasuk materi quran hadis biasanya penilaiannya dari hafalan, kalau materinya akidah akhlak seperti hormat pada orang tua penilaiannya bisa berupa essay jadi mereka saya suruh untuk menceritakan pengalaman mereka tentang hormat kepada orang tua bisa juga berbentuk ujian lisan, kalau fiqih biasanya saya kasih permasalahan lalu mereka cari tahu bagaimana cara menyelesaikannya. Kalau ibu sendiri jarang sekali menggunakan ujian tulis karena ujian tulis seringkali integritasnya tidak terjaga bisa mencontek baca buku atau cari di

internet tapi kalau ujian lisan mereka mau tidak mau harus belajar untuk memahami materi yang akan diujikan"<sup>96</sup>

Dari pernyataan tersebut dapat disimpulkan bahwa bentuk evaluasi yang diterapkan pada model pembelajaran *blended-learning* beragam disesuaikan dengan materi PAI dan Budi Pekerti yang akan diujikan. Karena pada dasarnya tujuan dari evaluasi suatu pembelajaran adalah untuk mengetahui penguasaan peserta didik terhadap materi pembelajaran. Dengan demikian pemilihan bentuk evaluasi yang tepat dan sesuai dengan materi pembelajaran akan mempengaruhi validitas dari hasil penilaian tersebut. Penerapan bentuk evaluasi yang disesuaikan dengan jenis materi yang akan diujikan sudah diterapkan dengan tepat pada mata pelajaran PAI dan Budi Pekerti di SMA Negeri 1 Taman.

Berkaitan dengan stress akademik, kondisi siswa yang diklasifikasikan stres akademik adalah siswa yang kehilangan semangat dan gairah dalam belajar yang berdampak pada psikis (perasaan putus asa dan menyerah) dan fisik (gangguan pencernaan, sulit tidur, dan mudah lelah) akibat dari banyaknya beban tugas dan durasi belajar yang lama. Selain itu stres akademik juga memiliki ciri lain seperti kelelahan dalam belajar, mudah marah, cemas berlebih, sering menyendiri, atau berubah menjadi pribadi yang destruktif. Tidak semua orang yang mengalami stres akademik memiliki keseluruhan ciri

---

<sup>96</sup> Siti Hafidzoh, Guru Pendidikan Agama Islam SMA Negeri 1 Taman, Wawancara Pribadi, Sidoarjo, 18 April 2022.



ciri tersebut. Semakin banyak ciri yang dimiliki oleh siswa tersebut maka semakin tinggi kadar stres akademiknya.

Berdasarkan temuan di lapangan siswa kelas XI memiliki bentuk stres akademik yang beragam. Peneliti akan memaparkan bagaimana bentuk stres akademik siswa sewaktu pembelajaran daring diterapkan. Menurut Rakha, bentuk stres akademik yang dia alami ditunjukkan dengan gejala berikut

"Kalau saya sih lebih ke pola makan dan istirahat terganggu kak karena mengerjakan tugas itu tadi dan jam istirahat saya juga terganggu. Karena tugas sekolah terlalu banyak jadi selain mengganggu jam makan sama tidur juga mengganggu jadwal saya yang lain seperti latihan sepak bola. Dengan tugas yang sangat banyak jadinya saya bukannya paham dengan materi pelajaran malah capek dan ngantuk karena keseringan begadang mengerjakan tugas"<sup>97</sup>

Jadi pernyataan tersebut dapat disimpulkan bahwa siswa tersebut mengalami stres akademik yang ditunjukkan dengan terganggunya jadwal makan, istirahat, dan waktu untuk mengeksplor hobinya. Munculnya stres tersebut disebabkan karena durasi belajar dan beban tugas yang sangat banyak. Dampak yang terlihat pada kesehatan fisik yang membuat dia menjadi lebih mudah lelah apalagi jika berkaitan dengan belajar dan juga berpengaruh pada aspek kognitifnya yang mana ditunjukkan dari kesulitan memahami materi pelajaran karena terlalu banyak tugas sehingga tidak ada waktu untuk mengulas materi yang diajarkan

---

<sup>97</sup> Rakha, Siswa Kelas XI SMA Negeri 1 Taman, Wawancara Pribadi, Sidaorjo, 30 April 2022.



Menurut Wahyu, gejala stres akademik yang dia alami ketika pembelajaran daring adalah,

"Jujur untuk kelas 10 itu bosan banget kak, karena bener bener gak ada waktu PTM dan kan biasanya pake *google classroom* ya kak, deadline itu juga kayak mepet banget, semua jadi kayak langsung kerasa beban dan siangnya nugas, malemnya juga nugas gitu kak kalo daring aku pribadi cenderung juga kurang belajarnya kak, waktu belajar dibuat ngerjain tugas jadi kayak dikejar deadline gitu, jatohnya boro boro mau belajar tugasnya aja ga selesai selesai. Terus kalo di aku dampak banget di fisik kak, tapi lebih ke mata si. Kalo di psikisnya itu aku gatau persis si aku kenapa kak, tapi kalo gabisa itu aku nangiss terus kek mau nyerahh gituu"<sup>98</sup>

Dari hasil wawancara tersebut dapat diambil kesimpulan bahwa stres akademik yang ditunjukkan oleh siswa tersebut adalah hilangnya semangat belajar, kesehatan fisik yang menurun dan kecemasan berlebih. Dalam hal hilangnya semangat belajar membuat dia merasa belajar adalah hal - hal yang membosankan bahkan dalam momen tertentu berubah menjadi kegiatan yang menjengkelkan karena pada saat itu, belajar dilakukan dengan terburu buru sebab deadline tugas yang terlalu singkat sehingga tidak memiliki cukup waktu untuk memahami kembali materi yang diberikan guru. Dari aspek fisik, siswa tersebut seringkali merasa kelelahan akibat terlalu lama belajar selain itu pembelajaran daring yang menuntut siswa untuk selalu berada di depan layar laptop dalam rentang waktu yang lama membuat kesehatan mata menjadi terganggu seperti pada kasus siswa tersebut bertambahnya jumlah minus dimatanya. Selain itu stres akademik juga

---

<sup>98</sup> Wahyu, Siswa Kelas XI SMA Negeri 1 Taman, Wawancara Pribadi, Sidaorjo, 8 April 2022.

mempengaruhi kondisi psikis dan emosional pada siswa tersebut stres akademik membuat dia merasa putus asa dalam belajar karena dia mengalami kesulitan dalam memahami materi materi pelajaran sehingga pada suatu titik dia merasa untuk menyerah dalam bersekolah.

Menurut Farrel, bentuk stres akademik yang dialami saat pembelajaran daring diterapkan adalah

"Kalo waktu daring yang tidak ada PTM itu bikin bosan kak karena pembelajaran daring itu beban tugas yang banyak terus deadline singkat jadi bikin waktuku semrawut karena sibuk nugas."<sup>99</sup>

Dari hasil wawancara tersebut dapat disimpulkan bahwa stres akademik yang dia rasakan ketika pembelajaran daring adalah hilangnya minat belajar siswa yang ditunjukkan dengan rasa bosan saat pembelajaran. Hal itu disebabkan oleh beban tugas yang terlalu banyak sementara tenggat yang diberikan cenderung singkat. Dengan beban tugas yang banyak membuat dia merasa kesulitan untuk mengatur waktunya karena waktunya banyak digunakan hanya untuk belajar.

Sementara menurut narasumber lain, stres akademik yang dia rasakan ditunjukkan dengan gejala berikut,

"Kalau saya biasanya lebih ke pikiran sering kacau dan sering tertekan juga, soalnya kalo daring itu sepertinya hampir semua mapel akan ada tugas dan deadline tugasnya lumayan mepet satu sama lain. Kalo gak tugas ya meet yang tentunya untuk meet juga memakan waktu yang lama. Nah karena waktunya lama jadi punggung saya selalu kram / capek setelah meet. Terus Kadang sering telat makan, soalnya ngejar waktu buat ngerjain tugas dan ikut merhatiin meet. Dan kalau masa daring tidak bisa sering-

---

<sup>99</sup> Farrel, Siswa Kelas XI SMA Negeri 1 Taman, Wawancara Pribadi, Sidaorjo, 8 April 2022

sering berinteraksi sama teman, interaksinya mungkin hanya lewat chat, jadi agak kesepian juga. "<sup>100</sup>

Dari hasil wawancara stres akademik yang ditunjukkan oleh siswa tersebut adalah perasaan tertekan untuk belajar karena dia tidak bisa fokus belajar. Selain itu, kurangnya interaksi dengan teman teman dan guru ketika pembelajaran daring berdampak pada psikis dan emosional, dia cenderung merasa kesepian karena tidak ada ruang diskusi aktif yang tercipta ketika pembelajaran daring. Keadaan yang demikian rupa juga disebabkan karena banyaknya tugas namun tenggat yang diberikan cukup singkat. Apabila tidak ada tugas pun pembelajaran terasa melelahkan karena pelaksanaan pembelajaran daring dengan *teleconference* memakan waktu yang lama dan cenderung membosankan karena biasanya saat pembelajaran daring siswa hanya berperan sebagai pendengar saja. Dampak yang kemudian dia rasakan mengalami stres akademik tersebut lelah secara fisik dalam kondisinya dia sering sekali merasa lelah di bagian punggung karena harus duduk dan memperhatikan penjelasan dari guru didepan laptop dalam jangka waktu yang lama selain itu dia juga seringkali melewatkan jam makan sehingga memicu penyakit pada pencernaannya karena dikejar waktu untuk mengerjakan tugas atau menyimak pembelajaran di *google meet*.

Stres akademik juga dirasakan oleh Zalfa yang ditunjukkan dengan gejala berikut,

---

<sup>100</sup> Lana, Siswa Kelas XI SMA Negeri 1 Taman, Wawancara Pribadi, Sidaorjo, 15 April 2022.

"Rasa bosan ketika daring itu tentunya 100% kak, soalnya daring tuh tugasnya banyak tapi kalau mengajar kurang efektif. Saya dituntut belajar nonstop sampai begadang karena juga tugasnya banyak. Dampaknya saya kemudian capek pas bangun pagi hari langsung buka laptop dan nugas lagi. Terus quality time nya juga jadi terkikis"<sup>101</sup>

Dari pernyataan tersebut dapat disimpulkan bahwa bentuk stres akademik ditunjukkan dengan kelelahan belajar yang meskipun sudah beristirahat tetap merasa lelah. Hal itu disebabkan karena pada pembelajaran daring banyak sekali tugas yang dibebankan oleh guru, tenggat waktu sebentar sementara proses belajar mengajarnya tidak efektif sehingga materi pembelajaran tidak tersampaikan dengan utuh dan menyeluruh kepada siswa. Dengan demikian stres akademik selain membuatnya merasa lelah dalam belajar, stres akademik juga menyebabkan waktu istirahat terganggu dan *quality timenya* berkurang karena waktunya banyak digunakan untuk mengerjakan tugas yang sangat banyak.

Menurut Marsya, bentuk stres akademik yang dia rasakan ditunjukkan dengan gejala seperti hasil wawancara berikut

"Waktu dulu awal awal pandemi itu. bosan banget apalagi kan harus dirumah terus capekk belajar karena ga nyambung ngerjain sama penjelasannya. Untuk PAI sendiri ada stresnya tapi tidak terlalu berat karena materinya tidak sesulit materi pelajaran lain"<sup>102</sup>

Menurut siswa tersebut, stres akademik yang dia alami adalah kelelahan dalam belajar dan kesulitan untuk memahami materi pembelajaran. Pemahaman materi yang sulit membuat dia merasa kesulitan dalam

---

<sup>101</sup> Zalfa, Siswa Kelas XI SMA Negeri 1 Taman, Wawancara Pribadi, Sidaorjo, 15 April 2022

<sup>102</sup> Marsya, Siswa Kelas XI SMA Negeri 1 Taman, Wawancara Pribadi, Sidaorjo, 15 April 2022

mengerjakan tugas dan membuat dia terbebani untuk belajar apalagi materi yang tergolong sulit dan sukar dipahami seperti perhitungan.

Menurut Erma, ketika pembelajaran daring diterapkan bentuk stres akademik yang dia rasakan adalah

"Waktu pembelajaran yang full daring benar-benar susah untuk memahami apa yang disampaikan, dipelajari berulang kali tapi kadang ndak faham. Terus jadi pegel pegel, pusing, mata jadi sakit karena lihat laptop terus, kadang nangis juga, soalnya kepikiran dari harapan orang tua yang besar jadi kek berat banget karena keseringan stres dampaknya kadang nilainya turun drastis kak"<sup>103</sup>

Menurut siswa tersebut stres akademik yang dialami ditunjukkan oleh kesulitan memahami materi pembelajaran, kelelahan secara fisik dan emosi. Kelelahan secara fisik ditunjukkan dengan rasa pegal pegal saat belajar, pusing, dan keluhan mata yang sering sakit karena terlalu banyak menatap layar laptop. Secara psikis, siswa tersebut mengalami perasaan cemas yang berlebih karena khawatir tidak bisa memenuhi tuntutan akademik disekitarnya seperti ekspektasi tinggi dari orang tua yang menginginkan agar hasil belajar anaknya selalu memuaskan. Namun karena terlalu banyak dorongan dari pihak eksternal bukan sebagai bentuk *support* melainkan sebagai *pressure* yang kemudian tidak membuat dia semakin bersemangat malah membuat semakin tertekan yang kemudian berdampak pada hasil belajarnya yang cenderung menurun.

---

<sup>103</sup> Erma, Siswa Kelas XI SMA Negeri 1 Taman, Wawancara Pribadi, Sidaorjo, 22 April 2022.

Menurut Fatta, penerapan pembelajaran daring memiliki dampak tersendiri bagi kesehatan mentalnya. Bentuk stres akademik yang dia alami adalah

"untuk beberapa mapel pernah sih kak ngerasain stress karena tugasnya yang terlalu banyak deadlinenya juga mepet tapi untuk mapel PAI sendiri belum pernah ngerasain stress sih kak, soalnya tugas yang diberikan itu wajar ga terlalu banyak ga terlalu sedikit gitu. yang saya rasain jika saya stres itu biasanya saya jadi gampang marah gitu kak, kalau dampaknya dalam hal akademik itu saya jadi kurang waktu buat belajar karena kebanyakan saya pakai buat ngerjain tugas itu kak"<sup>104</sup>

Dalam kasus tersebut stres akademik disebabkan karena banyaknya tugas namun tenggat waktu pengumpulan yang terlalu singkat yang kemudian berdampak pada *mood* yang dia rasakan sepanjang hari. Ketika mengalami stres narasumber cenderung menjadi pribadi yang tempramental. Secara akademik ketika mengalami stres dia tidak bisa memahami pembelajaran secara keseluruhan karena waktu yang ada hanya digunakan untuk mengerjakan tugas saja Sehingga tidak sempat mengulas kembali materi materi sebelumnya.

Menurut Egyst, bentuk stres akademik yang dia alami ketika pembelajaran daring adalah

"Capek belajar kak. Soalnya tugasnya terlalu banyak sama deadline terlalu dekat. Dari stres itu tadi saya jadinya ga pede kak malu nunjukkin nilai ke ortu kalau misal dibawah kkm"<sup>105</sup>

Berdasarkan hasil wawancara stres akademik menyebabkan kelelahan belajar yang faktor utamanya disebabkan karena banyaknya tugas namun

<sup>104</sup> Fatta, Siswa Kelas XI SMA Negeri 1 Taman, Wawancara Pribadi, Sidaorjo, 22 April 2022

<sup>105</sup> Egyst, Siswa Kelas XI SMA Negeri 1 Taman, Wawancara Pribadi, Sidaorjo, 22 April 2022

tidak sebanding dengan tenggat waktu yang diberikan. Banyaknya tugas yang dibebankan membuat waktunya hanya dihabiskan untuk mengerjakan tugas tanpa sempat untuk mengulas kembali materi pembelajaran yang telah diajarkan. Stres kemudian berdampak pada kepercayaan dirinya terhadap orang tua ketika mengajar stres dia cenderung tidak percaya diri untuk menunjukkan hasil belajarnya yang cenderung dibawah kkm jika dalam keadaan yang tidak baik baik saja.

Berdasarkan hasil wawancara yang sudah dilakukan oleh peneliti dapat diambil kesimpulan bahwa pembelajaran daring tanpa tatap muka dapat mengakibatkan stres akademik. Faktor utama yang menyebabkan siswa mengalami stres akademik pada saat pembelajaran daring adalah beban tugas yang berlebih, durasi belajar yang lama, dan pembelajaran daring yang monoton dan membosankan. Hal tersebut kemudian berakibat pada hilangnya minat belajar siswa, kelelahan secara fisik, kondisi psikis dan emosional yang negative seperti mudah marah, rasa cemas berlebih, frustasi dan kesulitan dalam mengolah maupun memahami materi pembelajaran dan akibat tersebut merupakan bentuk dari stres akademik yang paling sering ditemukan pada siswa kelas XI SMA Negeri 1 Taman

Berkaitan dengan implementasi model pembelajaran *blended-learning* dalam mengatasi stres akademik siswa pada mata pelajaran PAI kelas XI, data



diperoleh dari hasil wawancara guru PAI kelas XI dan siswa kelas XI. Kedua informan tersebut dipilih karena terlibat secara langsung dalam pembelajaran.

Menurut guru PAI kelas XI ibu Siti Hafidzoh ketika ditanya mengenai bagaimana implementasi model pembelajaran *blended-learning* dalam mengatasi stres akademik pada mata pelajaran PAI kelas XI jawaban beliau adalah

"Model *blended-learning* ini kan memungkinkan saya dan anak-anak sama-sama bertemu, ketika mereka bertemu dengan teman-temannya maka antusiasme belajar mereka itu meningkat sehingga pembelajarannya menjadi interaktif apalagi jika *blended-learning* ini diterapkan untuk membahas atau membicarakan materi pembelajaran yang sulit seperti materi fiqih yang sub babnya banyak dan realita di kenyataan yang beragam"<sup>106</sup>

Berdasarkan hasil wawancara dengan guru PAI dapat disimpulkan bahwa implementasi model pembelajaran *blended-learning* dapat mengatasi stres akademik pada mata pelajaran PAI dan Budi Pekerti Kelas XI hal itu dibuktikan dengan antusiasme yang tinggi ketika pembelajaran tidak hanya dilakukan secara daring saja melainkan dikombinasikan dengan pembelajaran tatap muka. Rasa antusias yang tinggi akan memicu hormon positif yang berdampak pada menurunnya stres akademik siswa yang dicerminkan dari keaktifan siswa, gairah belajar, hasil belajar meningkat. Apalagi jika model pembelajaran *blended-learning* diterapkan pada materi yang tepat dengan

---

<sup>106</sup> Siti Hafidzoh, Guru Pendidikan Agama Islam SMA Negeri 1 Taman, Wawancara Pribadi, Sidoarjo, 18 April 2022.



menggunakan metode yang sesuai maka penerapan model pembelajaran ini berpeluang besar dalam mengatasi stres akademik siswa.

Mengenai topik tersebut, peneliti juga mewawancarai siswa kelas XI, adapun diantara jawabannya adalah

"Menurut saya pembelajaran dari daring ke *blended-learning* itu cukup bisa ngilangin bosan sama jenuh dalam belajar jadi bisa semangat dalam belajar nah ketika semangat dalam belajar otomatis belajarnya tidak dalam kondisi tertekan sehingga belajar menjadi hal yang menyenangkan dan nda ada yang namanya stres lagi dan hasil akhirnya hasil nilaiku jadi makin baik"<sup>107</sup>

Menurut siswa ini implementasi *blended-learning* cukup berpengaruh dalam mengurangi rasa bosan atau jenuh yang mana bosan jenuh adalah salah satu gejala dari stres akademik dari aspek fisik. Implementasi pembelajaran *blended-learning* membuat dirinya lebih bersemangat dalam mengikuti pembelajaran karena pembelajaran *blended-learning* memungkinkan guru dan siswa untuk bertemu secara langsung yang mana siswa tersebut dapat mendengarkan penjelasan guru secara *on the spot* sekaligus dapat berdiskusi dengan teman – temannya Maka ketika belajar tidak diliputi rasa bosan maka belajar menjadi suatu hal yang menyenangkan dampaknya kemudian selain menikmati waktu belajar juga hasil belajarnya semakin membaik dengan adanya penerapan model pembelajaran *blended-learning*.

---

<sup>107</sup> Jihan, Siswa Kelas XI SMA Negeri 1 Taman, Wawancara Pribadi, Sidaorjo, 8 April 2022.

Menurut Farrel, penerapan pembelajaran *blended-learning* memiliki keterkaitan dengan teratasinya stres akademik yang diungkapkan pada hasil wawancara berikut

"Jadi kalau pembelajaran *blended-learning* apalagi ketika tatap muka sangat membantu kak karena bisa diskusi secara langsung dengan teman - teman ataupun gurunya. Jadi kalau ndak paham sama materinya bisa langsung tanya bu fidho atau mendengarkan penjelasan bu fidho secara langsung"<sup>108</sup>

Menurut siswa tersebut implementasi *blended-learning* membantu dia lebih mudah memahami materi karena dapat secara langsung bertanya kepada guru dan berdiskusi dengan teman temannya. Kesulitan memahami materi merupakan salah satu gejala dari stres akademik dalam aspek kognitif sehingga apabila siswa mudah memahami materi yang diajarkan maka tidak ada indikasi mengalami stres akademik.

Menurut Lana, pembelajaran *blended-learning* memiliki pengaruh tersendiri dalam mengatasi stres akademiknya yang dia ucapkan pada hasil wawancara berikut

"Kalo selama *blended-learning* tugas sekolah lebih berkurang daripada tugas saat daring saja. Selain itu lebih percaya diri dalam berinteraksi dengan guru saat guru mengajar jadi kalo saya pribadi bisa lebih aktif dalam mengikuti pembelajaran kak"<sup>109</sup>

Menurut siswa tersebut ketika pembelajaran *blended-learning* beban tugas berkurang sehingga waktu yang dia miliki tidak hanya digunakan untuk mengerjakan tugas tetapi juga untuk mengulas kembali materi pembelajaran

---

<sup>108</sup> Farrel, siswa Kelas XI SMA Negeri 1 Taman, Wawancara Pribadi, Sidaorjo, 22 April 2022.

<sup>109</sup> Lana, Siswa Kelas XI SMA Negeri 1 Taman, Wawancara Pribadi, Sidaorjo, 15 April 2022.

yang diajarkan sehingga dia lebih memahami materi tersebut. Menurutnya, pembelajaran *blended-learning* merupakan pembelajaran yang menyenangkan karena ketika belajar tidak merasa terbebani dengan tugas yang sangat banyak. Selain itu, pembelajaran *blended-learning* apalagi ketika pembelajaran tatap muka siswa tersebut merasa lebih percaya diri terlibat aktif dalam kegiatan pembelajaran yang berlangsung.

Menurut Zalfa, keterkaitan penerapan pembelajaran *blended-learning* dengan dalam mengatasi stres akademik adalah

"lebih baik begini sih kak, karena dalam pemahaman materi lebih mudah, terus ada interaksi. dan juga perhatian guru dapat secara langsung lebih memahami muridnya gitu kak soalnya temen teman saya itu cenderung pendiam kalau daring online, jadi saya mesti yang jadi juru bicara kalau di pembelajaran daring biar kelasnya ga krik krik"<sup>110</sup>

Implementasi model pembelajaran *blended-learning* mampu membuat stres akademik dalam dirinya teratasi hal itu dibuktikan dengan lebih mudah dalam pemahaman materi dan dapat membuat pembelajaran lebih interaktif sehingga pembelajaran lebih mudah dipahami. Karena ketika pembelajaran dilakukan secara jarak jauh atau pembelajaran daring, biasanya pembelajaran berlangsung pasif karena ketika pembelajaran jarak jauh guru tidak bisa mengontrol kelas secara langsung sehingga banyak yang mengikuti kelas hanya bermodalkan akun saja tanpa mengikuti pembelajaran dari awal hingga akhir.

---

<sup>110</sup> Zalfa, Siswa Kelas XI SMA Negeri 1 Taman, Wawancara Pribadi, Sidaorjo, 15 April 2022

Menurut narasumber lain, penerapan pembelajaran dari pembelajaran daring ke pembelajaran *blended-learning* memiliki dampak yang cukup signifikan dalam mengatasi stres akademik

"iya alhamdulillah sedikit membantu, karena kalo pembelajaran *blended-learning* kan pembelajaran tatap muka disekolah itu kan kalo dijelaskan misalnya ada yang gatau atau kurang paham gitu tapi takut buat tanya gurunya diskusi sama temen sebangku. jadinya nggak merasa kebingungan sendiri karena ada teman diskusi. Jadi nggak stress stress banget si"<sup>111</sup>

Implementasi model pembelajaran *blended-learning* membantu siswa mengatasi stres akademik karena pada pembelajaran *blended-learning* terdapat pembelajaran tatap muka yang mana siswa tersebut lebih mudah memahami materi karena dapat berdiskusi secara langsung dengan teman teman jika sungkan bertanya kepada guru sehingga dia tidak merasakan kebingungan atas materi pembelajaran sendirian.

Menurut Wahyu, penerapan pembelajaran *blended-learning* memiliki kemampuan dalam mengatasi stres akademik yang diungkapkan dengan hasil wawancara berikut

"bisa banget kak, karena waktu blended kan ada jadwal pembelajaran tatap mukanya dari situ bisa ketemu temen temen terus mulai akrab jadi gabosenin lagi belajarnya. Terus kaan kalo ptm, penjelasan dari gurunya itu cepet nyampeknnya soalnya bisa diskusi secara langsung sama guru atau temen temen dan gak ada delay penjelasan gara gara koneksi yang buruk"<sup>112</sup>

Pembelajaran *blended-learning* membantu siswa lebih mudah memahami materi pembelajaran karena bisa memahami materi pembelajaran

---

<sup>111</sup> Marsya, Siswa Kelas XI SMA Negeri 1 Taman, Wawancara Pribadi, Sidaorjo, 15 April 2022

<sup>112</sup> Wahyu, Siswa Kelas XI SMA Negeri 1 Taman, Wawancara Pribadi, Sidaorjo, 8 April 2022

seluruhnya tidak terputus-putus akibat dari koneksi yang buruk seperti yang sering terjadi ketika pembelajaran jarak jauh. Pada pembelajaran *blended-learning* terdapat pembelajaran tatap muka yang mana siswa tersebut dapat secara langsung berdiskusi dan bertanya dengan teman teman dan guru. Selain itu pembelajaran *blended-learning* ketika pembelajaran tatap muka selalu menyenangkan karena pembelajaran berlangsung interaktif karena adanya komunikasi yang aktif antara guru dan siswa atau sesama siswa.

Ketika ditanya mengenai penerapan pembelajaran *blended-learning* dalam mengatasi stres akademik siswa, salah satu siswa yakni Erma memberikan jawaban berikut

"menurut saya ada kaitannya penerapan *blended-learning* dengan stress akademik, soalnya lebih meringankan materi yang disampaikan lalu beban tugas ya jadi berkurang dan nilainya jadi agak naik"<sup>113</sup>

Menurut siswa tersebut, penerapan model pembelajaran *blended-learning* membantu dirinya mengatasi stres akademik karena beban tugas lebih sedikit daripada pembelajaran daring selain itu dengan beban tugas yang sedikit membuat dirinya memiliki banyak waktu untuk belajar memahami pelajaran sehingga hasil belajarnya meningkat.

Menurut hasil wawancara dengan Fatta salah satu siswa kelas XI, menyatakan bahwa dalam penerapan pembelajaran *blended-learning* memiliki keterkaitan dalam mengatasi stres akademik

---

<sup>113</sup> Erma, Siswa Kelas XI SMA Negeri 1 Taman, Wawancara Pribadi, Sidaorjo, 22 April 2022.

"Menurut saya ada apalagi ketika pembelajaran tatap muka karena saya lebih paham materi pembelajaran kalau diterangkan secara langsung kalau daring sama aja kak saya kurang paham materi kalau disampaikan secara daring"<sup>114</sup>

Menurut dia pembelajaran *blended-learning* mampu mengatasi dirinya dari stres akademik karena ketika pada pembelajaran *blended-learning* terdapat pembelajaran tatap muka yang mana siswa tersebut lebih mudah memahami materi pelajaran jika disampaikan secara langsung tidak secara virtual. Sama seperti hasil wawancara yang lain, dapat berinteraksi secara langsung dengan guru dan berdiskusi dengan teman – teman serta penjelasan materi yang tidak terputus – putus karena koneksi yang buruk amat membantu siswa tersebut memahami materi pelajaran secara keseluruhan.

Menurut Egyst, pembelajaran *blended-learning* ada kaitannya dalam mengatasi stres akademik

"Menurut saya sedikit terbantu kak kan kalo *blended-learning* ada ptm nya itu yang membantu karena lebih mudah memahami pelajaran kalau ada daring juga sama saja saya kurang paham dengan materi yang diterangkan oleh guru ketika daring baik daring ketika pembelajaran sepenuhnya daring atau pembelajaran daring ketika *blended-learning*"<sup>115</sup>

Dalam penerapan pembelajaran *blended-learning* terdapat pembelajaran tatap muka yang mana sangat membantu siswa tersebut memahami pelajaran karena memperoleh penjelasan secara langsung dari guru. Sementara ketika pembelajaran daring cenderung sulit memahami materi pembelajaran karena biasanya terkendala oleh jaringan yang buruk

---

<sup>114</sup> Fatta, Siswa Kelas XI SMA Negeri 1 Taman, Wawancara Pribadi, Sidaorjo, 22 April 2022

<sup>115</sup> Egyst, Siswa Kelas XI SMA Negeri 1 Taman, Wawancara Pribadi, Sidaorjo, 22 April 2022.

sehingga materi pembelajaran yang diterima hanya sebagian. Dengan memahami penjelasan dari guru maka akan mudah nantinya bagi siswa tersebut dalam mengerjakan tugas yang diberikan tanpa ada rasa tertekan atau cemas terutama ketika menghadapi ujian karena sudah memahami materi pembelajaran dengan baik.

Berdasarkan hasil temuan di lapangan, dapat diketahui bahwa bentuk stres akademik siswa kelas XI beragam yang ditunjukkan oleh berbagai gejala. Gejala yang paling sering ditemukan adalah gejala fisik seperti kelelahan dalam belajar, hilang semangat belajar, dan pegal – pegal dibagian tubuh tertentu saat belajar, dan jadwal tidur terganggu. Selain itu, beberapa siswa juga mengalami gejala emosional seperti cemas berlebih, mudah marah, dan merasa tidak berharga. Selain itu gejala pada aspek kognitif juga salah satu gejala stress akademik yang paling sering ditemui yaitu kesulitan memahami materi pembelajaran. Tidak semua siswa mengalami gejala stres yang sudah disebutkan beberapa siswa hanya mengalami beberapa aspek saja.

## **2. Kelebihan dan Kekurangan Model Pembelajaran *Blended-learning* Pada Mata Pelajaran PAI dan Budi Pekerti dalam Mengatasi Stress Akademik Siswa Kelas XI di SMA Negeri 1 Taman**

### **a. Kelebihannya:**

Dalam kaitannya dengan stres akademik siswa, model pembelajaran *blended-learning* juga memiliki beberapa kelebihan diantaranya:



### 1) Beban tugas berkurang

Berdasarkan hasil wawancara diperoleh informasi bahwa salah satu kelebihan model pembelajaran *blended-learning* adalah beban tugas lebih sedikit daripada saat pembelajaran daring.

Menurut Fatta salah satu kelebihan dari model pembelajaran *blended-learning* adalah,

“kalau waktu *blended-learning* untuk tugasnya memang lebih sedikit dibandingkan daring”<sup>116</sup>

Menurut Lana, model pembelajaran *blended-learning* memiliki kelebihan salah satunya adalah,

“selama *blended-learning* tugas sekolah lebih berkurang daripada tugas saat daring saja.”<sup>117</sup>

Menurut Farrel, kelebihan model pembelajaran *blended-learning* salah satunya adalah,

“Pembelajaran daring itu punya beban tugas yang banyak dan deadline singkat”<sup>118</sup>

Hasil wawancara dengan beberapa siswa secara jelas, siswa – siswa tersebut menyebutkan bahwa dengan adanya model pembelajaran *blended-learning* efektif dalam mengurangi beban tugas. Ada juga menyebutkan secara jelas bahwa tugas saat pembelajaran daring jauh lebih banyak daripada saat pembelajaran *blended-learning* sehingga

<sup>116</sup> Fatta, Siswa Kelas XI SMA Negeri 1 Taman, Wawancara Pribadi, Sidaorjo, 22 April 2022

<sup>117</sup> Lana, Siswa Kelas XI SMA Negeri 1 Taman, Wawancara Pribadi, Sidaorjo, 15 April 2022.

<sup>118</sup> Farrel, siswa Kelas XI SMA Negeri 1 Taman, Wawancara Pribadi, Sidaorjo, 8 April 2022



dapat ditafsirkan bahwa secara tersirat jika pembelajaran *blended-learning* efektif dalam mengurangi beban tugas yang berlebih.

## 2) Lebih mudah memahami materi pembelajaran

Model pembelajaran *blended-learning* yang diterapkan pada mata pelajaran PAI dan Budi Pekerti memiliki kelebihan yang lain yakni lebih mudah memahami materi pelajaran. Berikut hasil wawancara dengan beberapa siswa.

Menurut Marsya, pembelajaran *blended-learning* memiliki kelebihan salah satunya adalah,

“Waktu *blended* kan ada pembelajaran disekolah itu kan kalo dijelasin minyalnya ada yang gatau itu bisa tanya gitu atau kalo takut ke gurunya gitu ya bisa diskusi sama temen sebangku lah minimal”<sup>119</sup>

Menurut Zalfa, salah satu keunggulan model pembelajaran *blended-learning* terletak pada kemudahan dalam menerima atau memahami materi pembelajaran sebagaimana hasil wawancara yang dilakukan peneliti,

“ada pastinya kak, misalnya dalam pemahaman materi karena saya tipe orang yang kalau memahami materi harus ada pendamping jadi kalau secara langsung bisa lebih mudah memahami materi”<sup>120</sup>

Menurut Wahyu, penerapan dari pembelajaran *blended-learning* memiliki kelebihan tersendiri diantaranya adalah

“kan kalo *ptm*, penjelasan dari gurunya itu cepet nyampeknnya”<sup>121</sup>

<sup>119</sup> Marsya, Siswa Kelas XI SMA Negeri 1 Taman, Wawancara Pribadi, Sidaorjo, 15 April 2022.

<sup>120</sup> Zalfa, Siswa Kelas XI SMA Negeri 1 Taman, Wawancara Pribadi, Sidaorjo, 15 April 2022.

<sup>121</sup> Wahyu, Siswa Kelas XI SMA Negeri 1 Taman, Wawancara Pribadi, Sidaorjo, 8 April 2022

Menurut Erma, kelebihan dari implementasi model pembelajaran *blended-learning* adalah

“kelebihannya mungkin dapat mempermudah siswa dalam memahami materi,”<sup>122</sup>

Menurut Lana, implementasi model pembelajaran *blended-learning* memiliki kelebihan salah satunya,

“ketika *blended-learning* ketika pembelajaran luringnya aja lebih mudah memahami materi pembelajaran karena bisa tanya – tanya”<sup>123</sup>

Hasil wawancara dari beberapa siswa dapat disimpulkan bahwa salah satu kelebihan model pembelajaran *blended-learning* pada mata pelajaran PAI dan Budi Pekerti kelas XI adalah siswa lebih mudah memahami materi pembelajaran yang disampaikan karena pada model pembelajaran *blended-learning* terdapat pembelajaran tatap muka yang mana siswa dapat mendengarkan secara langsung penjelasan guru. Disamping itu, siswa juga dapat bertanya secara langsung dan berdiskusi dengan guru dan teman – teman apabila ada materi yang kurang jelas pemahamannya.

### 3) Keaktifan siswa meningkat

Salah satu kelebihan model pembelajaran *blended-learning* pada mata pelajaran PAI dan Budi Pekerti kelas XI adalah meningkatnya keaktifan siswa. Menurut Lana, kelebihan dari model pembelajaran *blended-learning* lainnya adalah

<sup>122</sup> Erma, Siswa Kelas XI SMA Negeri 1 Taman, Wawancara Pribadi, Sidaorjo, 22 April 2022.

<sup>123</sup> Lana, Siswa Kelas XI SMA Negeri 1 Taman, Wawancara Pribadi, Sidaorjo, 15 April 2022.

“Selain itu lebih percaya diri dalam berinteraksi dengan guru saat guru mengajar.”<sup>124</sup>

Menurut Zalfa, kelebihan lain dari model pembelajaran *blended-learning* adalah

“salah satu kelebihannya ada interaksi sehingga guru dapat secara langsung memperhatikan muridnya”<sup>125</sup>

Penerapan model pembelajaran *blended-learning* dapat meningkatkan keaktifan siswa selama proses pembelajaran karena siswa dapat berinteraksi secara langsung dengan guru dan berdiskusi sesama murid untuk membahas materi atau berdiskusi mengenai materi yang kurang dipahami

#### 4) Pembelajaran menjadi lebih menyenangkan

Adanya interaksi nyata antara guru dan siswa serta sesama siswa membuat pembelajaran *blended-learning* terutama saat pembelajaran tatap muka lebih menyenangkan. Hal itu diungkapkan berdasarkan hasil wawancara dengan siswa kelas XI yakni Wahyu

“soalnya kan sekarang uda lebi ketemu temen temen, mulai akrab jadi gabosenin”<sup>126</sup>

Pernyataan serupa juga diungkapkan oleh Zalfa salah satu siswa kelas XI di SMA Negeri 1 Taman

“tentunya 100% kak. soalnya daring tuh tugasnya banyak tapi kalau mengajar kurang efektif”<sup>127</sup>

<sup>124</sup> Lana, Siswa Kelas XI SMA Negeri 1 Taman, Wawancara Pribadi, Sidaorjo, 15 April 2022.

<sup>125</sup> Zalfa, Siswa Kelas XI SMA Negeri 1 Taman, Wawancara Pribadi, Sidaorjo, 15 April 2022.

<sup>126</sup> Wahyu, Siswa Kelas XI SMA Negeri 1 Taman, Wawancara Pribadi, Sidaorjo, 8 April 2022.

<sup>127</sup> Zalfa, Siswa Kelas XI SMA Negeri 1 Taman, Wawancara Pribadi, Sidaorjo, 15 April 2022.

Dengan penerapan model pembelajaran *blended-learning* memungkinkan terjadi pembelajaran tatap muka. Dalam penerapannya pembelajaran tatap muka berpeluang besar terjadi interaksi antara sesama siswa dan antara siswa dengan guru. Interaksi yang terjadi membangkitkan semangat siswa dalam belajar yang sejak pembelajaran daring kehilangan semangat belajar karena hanya berinteraksi virtual yang cenderung membosankan dan jenuh.

#### **b. Kekurangannya**

Selain memiliki kelebihan, model pembelajaran *blended-learning* juga memiliki kelemahan sebagaimana model pembelajaran yang lain

##### 1) Fasilitas daring yang tidak memadai

Berdasarkan hasil wawancara ditemukan bahwa salah satu kelemahan model pembelajaran *blended-learning* adalah fasilitas daring yang tidak memadai. Hal ini diungkapkan oleh Lana salah satu siswa kelas XI

“Kadang ada beberapa teman yang kurang punya sarana internet yang memadai. Jadi saat jadwal daring ada beberapa kendala jaringan yang menghambat pembelajaran.”<sup>128</sup>

Selain Lana, kelemahan model pembelajaran *blended-learning* pada segi fasilitas juga diungkapkan oleh Zalfa siswa kelas XI

“Kalau saya, mungkin kendala jaringan gitu atau paketan karena banyak teman - teman saya yang juga punya masalah yang sama gitu.”<sup>129</sup>

<sup>128</sup> Lana, Siswa Kelas XI SMA Negeri 1 Taman, Wawancara Pribadi, Sidaorjo, 15 April 2022

<sup>129</sup> Zalfa, Siswa Kelas XI SMA Negeri 1 Taman, Wawancara Pribadi, Sidaorjo, 15 April 2022.

Selain siswa, kekurangan dari implementasi model pembelajaran *blended-learning* juga diucapkan oleh Ibu Siti Hafidzoh selaku guru Pendidikan Agama Islam dari hasil wawancara yang dilakukan oleh peneliti

"Kalo menurut saya kekurangannya tertelak di fasilitas saja mbak karena saya menemui secara langsung siswa yang hp itu tidak update, walaupun ada hpnya rumahnya itu ndak support sinyal jadi akhirnya dalam kondisi tersebut sekolah menyediakan fasilitas labkom beberapa anak juga dibantu dengan dibelikan smartphone"<sup>130</sup>

Problematika tersebut merupakan problematika yang paling sering ditemui saat pembelajaran daring. Dari hasil wawancara tersebut, fasilitas seperti smartphone yang memadai, kuota internet yang banyak, serta koneksi yang stabil merupakan fasilitas krusial saat pelaksanaan pembelajaran daring. Jika siswa tidak memiliki salah satunya maka tentu saja pembelajaran tidak akan berjalan dengan baik karena materi pembelajaran tidak tersampaikan dengan merata dan sempurna. Disamping itu, ketika pembelajaran daring biasanya akan diberi tugas untuk mengukur pemahaman siswa tentang materi yang telah disampaikan. Jika siswa tidak memahami materi secara baik karena terkendala fasilitas tetapi dituntut untuk menyelesaikan tugas maka siswa tentu tertekan dalam belajar. Karena bagaimana siswa dapat

---

<sup>130</sup> Siti Hafidzoh, Guru Pendidikan Agama Islam SMA Negeri 1 Taman, Wawancara Pribadi, Sidoarjo, 18 April 2022.

mengerjakan tugas dengan baik jika materi yang diajarkan tidak paham karena ketidaktersediaan fasilitas yang memadai

## 2) Kesulitan mengakses materi pembelajaran

Model pembelajaran *blended-learning* memungkinkan adanya pembelajaran daring dan pembelajaran tatap muka. Berdasarkan hasil wawancara dengan beberapa siswa kelas XI salah satu kelemahan model pembelajaran *blended-learning* adalah kesulitan memahami materi pembelajaran karena sulit mengakses materi pembelajaran. Sebagaimana yang diungkapkan oleh Erma mengenai salah satu kekurangan dari model pembelajaran *blended-learning*

"mungkin kekurangannya ada yang berberapa yang belum faham, karena kadang delay waktu jelasin tapi masi bisa difahami."<sup>131</sup>

Pernyataan yang sama juga diungkapkan oleh Egyst dari hasil wawancara dengannya selaku siswa kelas XI di SMA Negeri 1 Taman

"karena dalam *blended-learning* itu kan ada daring, nah saya sendiri kalau daring materi pembelajaran yang diterangkan sama guru itu jadi kurang paham"<sup>132</sup>

Kekurangan pada poin kedua ini masih erat kaitannya dengan poin pertama. Berdasarkan temuan di lapangan, ketika pembelajaran daring seringkali materi yang disampaikan tidak diterima secara utuh oleh siswa karena adanya koneksi yang buruk sehingga penjelasan guru, materi presentasi dari sesama siswa, atau diskusi tanya jawab menjadi

<sup>131</sup> Erma, Siswa Kelas XI SMA Negeri 1 Taman, Wawancara Pribadi, Sidaorjo, 22 April 2022.

<sup>132</sup> Egyst, Siswa Kelas XI SMA Negeri 1 Taman, Wawancara Pribadi, Sidaorjo, 22 April 2022.

delay atau terputus putus. Dampaknya kemudian siswa tidak memahami materi secara utuh padahal ada tugas yang harus diselesaikan maka siswa merasa terbebani karena tugas tersebut sebab tidak memahami materi yang disampaikan secara utuh sehingga dapat memicu stres akademik pada siswa.

### 3) Sulit untuk fokus

Ketika model pembelajaran *blended-learning* diterapkan terdapat kekurangan atau kelemahan dalam penerapannya yaitu sulit fokus saat pembelajaran daring. Sebagaimana hasil wawancara dengan Lana salah satu siswa kelas XI yang mengungkapkan

"Kalo kekurangan blended itu ada di pelajaran daring itu gak bisa fokus aja kak soalnya Interaksi antar manusianya virtual jadi gampang ke *distrac* sama kegiatan lain."<sup>133</sup>

Sulit fokus ketika belajar daring juga menjadi kelemahan untuk model pembelajaran *blended-learning* karena ketika pembelajaran daring dilakukan siswa seringkali terganggu dengan keadaan sekitarnya seperti notifikasi telepon, orang tua yang meminta bantuan dan sebagainya. Ketika siswa tertinggal materi pembelajaran tentu tidak bisa mengerjakan tugas dengan baik dengan demikian maka tugas, belajar, sekolah merupakan suatu hal yang membebani diri siswa. Ketika

---

<sup>133</sup> Lana, Siswa Kelas XI SMA Negeri 1 Taman, Wawancara Pribadi, Sidaorjo, 15 April 2022.

sekolah dan hal akademik lainnya dianggap sebagai beban yang berat maka tentu dapat memicu stress akademik pada diri siswa.



UIN SUNAN AMPEL  
S U R A B A Y A



## BAB V

### PEMBAHASAN

#### **A. Implementasi Model Pembelajaran *Blended-learning* dalam Mengatasi Stres Akademik Siswa Pada Mata Pelajaran PAI dan Budi Pekerti Kelas XI di SMA Negeri 1 Taman**

Model pembelajaran *blended-learning* pada mata pelajaran PAI dan Budi Pekerti kelas XI di SMA 1 Taman diterapkan dengan menggabungkan pembelajaran daring dan pembelajaran tatap muka dengan penggabungan antar metode, antar media, dan antar evaluasi pembelajaran. Model pembelajaran *blended-learning* diterapkan dengan menggunakan pendekatan *enriched-virtual* dengan tipe interaksi pembelajaran *asynchronous* dan *synchronous*.

Dalam pelaksanaan model pembelajaran *blended-learning* baik pada pembelajaran tatap muka maupun pembelajaran jarak jauh diterapkan secara berimbang. Dengan artian, metode, media, maupun bentuk evaluasi pembelajaran yang digunakan pada saat pembelajaran tatap muka dan pada saat pembelajaran jarak jauh dalam model pembelajaran *blended-learning* adalah sama.

Adapun yang membedakan diantara keduanya adalah adanya penambahan penggunaan media pembelajaran saat pembelajaran daring. Pembelajaran daring membutuhkan lebih banyak media pembelajaran untuk menunjang kegiatan pembelajaran yang mana dilakukan tidak pada ruang atau tempat yang terbatas.

Penjelasan mengenai metode, media, maupun evaluasi pembelajaran yang digunakan pada model pembelajaran *blended-learning* akan dijabarkan lebih rinci pada paragraf di bawah.

Adapun metode – metode yang digunakan pada model pembelajaran *blended-learning* pada mata pelajaran PAI dan Budi Pekerti adalah metode diskusi, metode tanya jawab, dan metode ceramah. Metode diskusi diimplementasikan dengan pembagian KD terkait materi dalam mata pelajaran Pendidikan Agama Islam kepada setiap kelompok. Biasanya masing masing kelompok beranggotakan 5 - 6 orang yang dibagi berdasarkan no urut absen. Masing masing kelompok akan berdiskusi terkait KD yang sudah dibagikan dan hasil diskusinya akan dipresentasikan ke depan kelas dihadapan teman-temannya. Metode diskusi dipilih karena memiliki tujuan untuk meningkatkan daya pikir kritis siswa terhadap masalah yang muncul dan berkaitan dengan materi yang disampaikan agar ketika mempresentasikan hasil diskusi kelompok di hadapan kelas memiliki pemahaman yang utuh tentang KD terkait.

Metode diskusi pada mata pelajaran PAI dan Budi Pekerti kelas XI juga diterapkan setelah materi hasil diskusi dipresentasikan. Jika salah satu kelompok sudah mempresentasikan hasil diskusinya maka *audience* akan bertanya tentang materi yang sudah dipresentasikan sementara kelompok yang mendapat tugas untuk melakukan presentasi bertugas untuk menjawab pertanyaan tersebut. Dengan

demikian arah diskusinya tidak hanya untuk satu kelompok saja melainkan dalam satu kelas.

Tujuan dari pemilihan metode diskusi yang diimplementasikan dalam mata pelajaran PAI dan Budi Pekerti kelas XI sesuai dengan tujuan dari metode diskusi itu sendiri yaitu meningkatkan kemampuan siswa dalam pemahaman konsep dan keterampilan pemecahan masalah karena dengan metode diskusi siswa belajar menilai bukti atau argumentasi baik dari pendapatnya sendiri maupun pendapat anggota kelompoknya untuk mendapatkan pemecahan masalah terbaik.<sup>134</sup> Metode diskusi yang apabila dilakukan secara langsung atau saat pembelajaran tatap muka memiliki peluang lebih besar untuk membuat siswa lebih memahami materi pelajaran terlebih bagi kelompok yang bertanggung jawab atas materi tersebut karena dapat berdiskusi secara langsung jadi apabila ada permasalahan atau materi yang sulit dipahami maka siswa bisa mengkomunikasikan secara langsung.

Implementasi metode tanya jawab pada mata pelajaran PAI dan Budi Pekerti kelas XI diterapkan setiap pertemuan. Metode tanya jawab biasanya diterapkan setelah presentasi dan diskusi dilakukan. Metode tanya jawab ini dilakukan ketika guru akan memberikan penekanan pada aspek-aspek penting atau pertanyaan yang perlu dibahas yang muncul ketika metode diskusi dilakukan. Metode tanya jawab pada mata pelajaran PAI dan Budi Pekerti kelas XI dilakukan untuk mengukur seberapa pemahaman siswa terkait materi yang telah disampaikan. Hal itu sesuai

---

<sup>134</sup> Helmiati, *Model Pembelajaran* (Yogyakarta : Aswaja Pressindo, 2012), h.66.

dengan tujuan metode tanya jawab yaitu untuk meninjau atau melihat penguasaan siswa terhadap materi yang diajarkan sebagai bahan pertimbangan untuk melanjutkan materi berikutnya.<sup>135</sup>

Jika siswa sudah berpartisipasi dan aktif dalam menjawab pertanyaan - pertanyaan guru dengan jawaban yang benar maka materi dapat dilanjutkan ke materi berikutnya. Namun apabila masih belum menguasai, maka metode ceramah akan diterapkan untuk pertemuan berikutnya.

Seperti yang sudah disinggung sebelumnya, metode ceramah pada mata pelajaran PAI dan Budi Pekerti kelas XI diterapkan ketika guru akan memberi penguatan atas materi yang telah disampaikan. Disamping itu, apabila dengan metode diskusi dan metode tanya jawab masih belum memahami materi secara keseluruhan maka guru akan menggunakan metode ceramah untuk memahami materi yang sudah disampaikan. Hal ini sesuai dengan tujuan metode ceramah yaitu untuk memberikan informasi baru atau pemahaman baru terkait materi yang telah disampaikan.<sup>136</sup>

Meskipun metode ceramah diterapkan di setiap pertemuan baik saat pembelajaran daring maupun pembelajaran tatap muka. Metode ceramah ini memiliki peranan penting dalam memberikan pemahaman terhadap materi lebih mendalam. Porsi untuk pendalaman materi PAI dan Budi Pekerti lebih banyak dilakukan saat pembelajaran tatap muka. Hal ini dilakukan agar guru dapat secara

---

<sup>135</sup> Ibid, h.70.

<sup>136</sup> Ibid, h. 63.

langsung mengontrol dan mengendalikan kelas serta menaruh perhatian lebih terhadap peserta didik yang mana hal itu sulit dilakukan saat pembelajaran daring karena tidak ada interaksi langsung antara guru dan siswa sehingga guru tidak mengetahui dengan jelas apakah materi yang tersampaikan saat pendalaman materi benar – benar tersampaikan dengan baik atau tidak. Penerapan dari metode – metode tersebut sesuai dengan karakteristik dari model *blended-learning* jenis *enriched-virtual* yaitu fokus dari pembelajaran tatap muka adalah pendalaman materi.

Metode - metode tersebut diterapkan pada model pembelajaran *blended-learning* baik saat pembelajaran daring ataupun saat pembelajaran tatap muka. Metode - metode tersebut jauh lebih efektif mencapai tujuan pembelajaran apabila dilakukan saat pembelajaran tatap muka daripada saat pembelajaran daring karena siswa dapat berinteraksi, bertanya, dan berdiskusi secara langsung baik dengan teman teman maupun guru. Dengan demikian siswa tidak mengalami kesulitan dalam memahami materi karena lebih bersemangat ketika proses belajar mengajar berlangsung yang mana meningkatnya motivasi belajar yang ditunjukkan dengan lebih semangat untuk belajar merupakan salah satu manfaat dari penerapan model pembelajaran *blended-learning*. Jadi ketika siswa mudah memahami materi pembelajaran dan bersemangat mengikuti pembelajaran maka siswa tersebut tidak mengalami stres akademik karena salah satu gejala stress akademik adalah hilangnya semangat belajar dan sulit memahami materi pembelajaran.

Penggunaan media pembelajaran yang beragam disesuaikan dengan metode pembelajaran yang digunakan sehingga tujuan pembelajaran dapat tercapai. Media pembelajaran yang digunakan adalah *google meet*, *whatsapp group*, dan *google classroom*. Media *google meet* untuk melakukan presentasi, *whatsapp group* untuk membagikan materi presentasi, info ujian, *link meeting* dan *classroom* biasanya digunakan untuk memberikan penugasan atau mengumpulkan hasil kerja siswa.

Whatsapp grup digunakan sebagai media untuk berbagi materi pembelajaran menunjukkan bahwa model pembelajaran *blended-learning* yang diterapkan di SMA Negeri 1 Taman pada mata pelajaran PAI dan Budi Pekerti menggunakan pendekatan *enriched-virtual*. Materi yang dibagikan melalui whatsapp group dapat diakses kapan pun dan dimanapun tidak harus saat jam pembelajaran dan tidak harus di sekolah. Sementara *google classroom* yang memiliki peran sebagai media untuk membagikan penugasan juga memiliki karakter yang sama dengan whatsapp group yakni *accessible* atau dapat diakses dimana saja dan kapan saja. Karakteristik yang *accessible* tanpa terbatas ruang dan waktu merupakan karakteristik utama dari jenis model pembelajaran *blended-learning asynchronous*.

Selain dua media tersebut, media pembelajaran lain yang digunakan adalah *google meet*. *Google meet* pada model pembelajaran *blended-learning* digunakan untuk melakukan atau menyampaikan presentasi Tidak seperti *whatsapp group* dan *google classroom*, *google meet* merupakan jenis media yang memiliki karakteristik *synchronous*. Karakteristik *synchronous* yang paling utama adalah adanya interaksi

pembelajaran antara guru dan siswa pada waktu yang bersamaan seperti teleconference ataupun video call. Dari pemaparan tersebut dapat disimpulkan bahwa berdasarkan jenis interaksi pembelajarannya, model pembelajaran *blended-learning* yang diterapkan adalah *synchronous* dan *asynchronous*.

Namun, penerapan pembelajaran daring pada model belajar *blended-learning* dengan penggunaan media tersebut biasanya menemui kendala seperti koneksi yang buruk atau kuota yang terbatas. Koneksi yang buruk membuat penjelasan guru terputus putus sehingga tidak dapat memahami secara utuh. *Teleconference* juga memerlukan kuota yang cukup banyak sehingga jika tidak memiliki kuota yang cukup maka tidak bisa mengikuti kelas dan tidak bisa mendapat materi secara keseluruhan. Namun disisi lain siswa dituntut untuk memperoleh nilai yang diatas KKM belum lagi ekspektasi lebih dari orang tua untuk menjadi yang terbaik di sekolah. Tuntutan yang tinggi tidak sebanding dengan kemampuan siswa dalam menerima materi pembelajaran tentu berpengaruh pada kondisi stres siswa. Tuntutan sekolah atau orang tua terkait hasil akademik merupakan salah satu akademik stressor atau faktor yang menyebabkan stres akademik

Penerapan pembelajaran tatap muka pada model pembelajaran *blended-learning* sangat membantu siswa dalam meningkatkan pemahaman atas materi pembelajaran karena siswa dapat memperoleh informasi langsung tanpa *delay* karena koneksi yang buruk atau kuota yang tidak mencukupi. Disamping itu siswa juga dapat bertanya langsung kepada guru apabila ada penjelasan yang tidak



dipahami atau berdiskusi dengan sesama teman. Dengan kondisi demikian stres akademik siswa dapat teratasi karena tuntutan akademik yang dibebankan kepada mereka sebanding dengan kemampuan siswa menerima materi pembelajaran.

Evaluasi yang digunakan pada model pembelajaran *blended-learning* mata pelajaran PAI dan Budi Pekerti Kelas XI juga disesuaikan dengan aspek materi yang diujikan. Evaluasi tersebut dapat diklasifikasikan sebagai evaluasi formatif. Evaluasi formatif yaitu jenis evaluasi yang bertujuan untuk mengetahui sekaligus memantau kemajuan hasil belajar peserta didik selama proses pembelajaran berlangsung dan setelah menyelesaikan satu kompetensi dasar pada mata pelajaran tertentu.<sup>137</sup>

Evaluasi yang diterapkan pada model pembelajaran *blended-learning* mata pelajaran PAI dan Budi Pekerti kelas XI bertujuan untuk mengetahui dan mengukur penguasaan siswa terhadap materi yang sudah diajarkan. Hal ini sesuai dengan tujuan dari evaluasi formatif itu sendiri yakni untuk mengetahui penguasaan peserta didik tentang materi yang diajarkan dalam satu satuan/rencana pembelajaran.<sup>138</sup>

Instrumen evaluasi yang digunakan pada model pembelajaran *blended-learning* mata pelajaran PAI dan Budi Pekerti adalah tes lisan, tes tulis, dan penugasan. Tes lisan yang digunakan pada model pembelajaran *blended-learning* mata pelajaran PAI dan Budi Pekerti ada dua macam yakni tes lisan berupa

---

<sup>137</sup> Elis Ratna Wulan dan Rusdiana, *Evaluasi Pembelajaran Dengan Pendekatan Kurikulum 2013*, (Bandung: Pustaka Setia, 2014), h.256.

<sup>138</sup> Sawaluddin, "Konsep Evaluasi dalam Pembelajaran Pendidikan Islam", *Jurnal al-Thariqah*, Vol. 3 No.1, (2018), h.50.



menjawab pertanyaan yang diujikan secara lisan dan tes lisan berupa hafalan. Macam tes tulis yang digunakan adalah tes tulis dengan bentuk uraian. Sementara instrumen evaluasi berbentuk penugasan biasanya berbentuk pekerjaan rumah atau proyek yang dikerjakan secara individu atau kelompok.

Tes lisan biasanya digunakan untuk menilai atau mengukur pemahaman siswa pada aspek materi aqidah. Tes lisan dipilih untuk materi aqidah dengan pertimbangan agar siswa memahami konsep abstrak mengenai pembahasan aqidah. Pertimbangan lain memilih tes lisan sebagai instrumen penilaian adalah untuk meminimalisir kecurangan saat ujian yang seringkali terjadi saat tes tulis apalagi jika tes tulis berbentuk objektif.

Tes lisan dilakukan dengan menjawab daftar pertanyaan yang diberikan guru sesuai dengan materi ujian yang sudah diinfokan sebelumnya. Dengan tes lisan guru dapat secara langsung menilai pemahaman atau daya serap siswa mengenai materi aqidah yang telah diajarkan. Bagi siswa tes lisan dapat melatih kemampuan komunikasi mereka dalam mengemukakan pendapat dan argumentasinya secara bebas sesuai dengan pemahamannya dengan tetap menyertakan rasionalisasi yang mendukung argumentasinya. Hal itu sesuai dengan salah satu tujuan dari tes lisan siswa mampu mempertanggungjawabkan pendapat atau konsep yang dikemukakan.<sup>139</sup>

---

<sup>139</sup> Wulan dan Rusdiana, *Evaluasi Pembelajaran*, h.222.

Tes lisan juga digunakan untuk mengukur daya serap siswa pada materi quran hadis. Tes lisan yang diterapkan pada aspek qur'an hadis cenderung berbentuk praktik keterampilan dalam membaca atau menghafal ayat – ayat al-qur'an atau hadis yang menjadi materi pada kompetensi dasar tersebut. Pemilihan instrumen evaluasi didasarkan pada pertimbangan bahwa indikator ketercapaian kompetensi dasar untuk materi quran hadis biasanya terkait dengan keterampilan hafalan.

Sementara ujian tulis biasanya diterapkan sebagai instrumen evaluasi pada aspek fiqih. Materi fiqih biasanya diujikan dengan ujian tulis yang berbentuk uraian. Guru akan menyajikan masalah mengenai realita di kehidupan nyata mengenai fiqih dan siswa diminta untuk memberikan solusi atas permasalahan itu. Penerapan dari instrumen evaluasi tersebut sesuai dengan tujuan dari ujian tulis bentuk uraian yang salah satunya yaitu menuntut siswa untuk memecahkan masalah, menganalisa masalah, dan menarik kesimpulan.<sup>140</sup>

Sementara untuk penugasan dikerjakan secara individu dan kelompok. Penugasan secara individu merupakan instrumen evaluasi yang biasanya diperuntukkan untuk menguji pemahaman siswa pada materi PAI dan Budi Pekerti aspek akhlak. Penugasan secara individu yang diberikan berupa essay. Biasanya siswa diberikan tugas untuk menceritakan pengalaman terkait penerapan akhlak pada kehidupan mereka sehari – hari atau mengkritisi penyimpangan akhlak yang kerap ditemui pada kehidupan bermasyarakat.

---

<sup>140</sup> Asrul, et.al, *Evaluasi Pembelajaran* (Bandung : Citapustaka Media, 2015), h.42.

Penugasan kelompok biasanya berupa pengerjaan materi untuk presentasi pada *powerpoint*. Proyek *powerpoint* yang dikerjakan secara berkelompok menjadi salah satu bentuk penilaian. Konten dari setiap slide *powerpoint* menunjukkan hasil diskusi kelompok tersebut. Dari konten tersebut guru dapat menilai seberapa berbobot materi yang ada pada *powerpoint* tersebut.

Selain itu, keaktifan siswa di kelas juga menjadi salah satu bentuk penilaian pada mata pelajaran PAI dan Budi Pekerti itu sendiri. Siswa yang aktif dalam kelas seperti aktif bertanya, menjawab, menanggapi jawaban memiliki nilai tambah tersendiri. Dari keaktifan siswa di kelas guru dapat menganalisis seberapa berminat siswa tersebut pada saat pembelajaran sehingga dapat diketahui secara langsung semangat atau minat belajar siswa pada kegiatan pembelajaran PAI dan Budi Pekerti.

Bentuk evaluasi yang variatif tidak membuat mereka cemas, takut, atau khawatir berlebih jika mereka memahami keseluruhan materi pembelajaran. Perlu diketahui bahwa cemas, takut, dan khawatir berlebih karena beban akademik merupakan salah satu gejala dari stres akademik pada aspek emosional. Implementasi Model pembelajaran *blended-learning* memiliki peran penting dalam proses pemahaman materi pembelajaran kepada siswa seperti yang sudah dibahas pada paragraf awal. Maka ketika siswa paham keseluruhan materi pembelajaran maka dia tidak perlu merasa stres yang ditunjukkan cemas, khawatir atau takut ketika akan menghadapi ujian atau menerima hasil belajarnya.

## **B. Kelebihan dan Kekurangan Model Pembelajaran *Blended-learning* dalam Mengatasi Stress Akademik Siswa pada Mata Pelajaran PAI dan Budi Pekerti Kelas XI di SMA Negeri 1 Taman**

### **1). Kelebihannya**

Seperti model pembelajaran yang lain. Model pembelajaran *blended-learning* juga memiliki kelebihan dan kekurangan. Adapun kelebihan dan kekurangan model pembelajaran *blended-learning* dalam mengatasi stres akademik pada mata pelajaran PAI dan Budi Pekerti kelas XI diantaranya:

#### **a. Beban tugas berkurang**

Menurut Mufdhal Barseli dan Ifdil beban pelajaran yang padat seperti beban tugas yang banyak, jam belajar yang lama, persaingan akademik yang ketat merupakan salah satu faktor eksternal penyebab stres akademik. Berdasarkan hasil survei KPAI tentang pembelajaran jarak jauh, saat pembelajaran daring sebanyak 77,8% kesulitan dirasakan oleh siswa adalah beban tugas yang menumpuk karena guru memberikan banyak tugas.<sup>141</sup>

Pelaksanaan pembelajaran daring hanya difokuskan untuk pemberian tugas tanpa adanya interaksi, tanya jawab, diskusi. Dengan pelaksanaan pembelajaran *blended-learning* yang mana dalam pembelajaran *blended-learning* itu terdapat pembelajaran tatap muka kondisi pembelajaran mulai

---

<sup>141</sup> Komisi Perlindungan Anak Indonesia, Sistem Pelaksanaan Pembelajaran Jarak Jauh (PJJ) dan Sistem Penilaian Jarak Jauh Berbasis Pengaduan KPAI. Lihat di [https://bankdata.kpai.go.id/files/2021/02/Paparan-Survei-PJJ-KPAI-29042020\\_Final-update.pdf](https://bankdata.kpai.go.id/files/2021/02/Paparan-Survei-PJJ-KPAI-29042020_Final-update.pdf) diakses pada 27 April 2022.

kembali sediakala sehingga pembelajaran tidak hanya tentang pemberian tugas semata melainkan juga ada interaksi tanya jawab dan diskusi.

b. Lebih mudah memahami materi pembelajaran

Dalam implementasi model pembelajaran *blended-learning* terdapat pembelajaran daring dan pembelajaran tatap muka. Ketika pembelajaran tatap muka dilaksanakan siswa lebih mudah memahami materi pembelajaran karena penjelasan guru dapat didengar secara keseluruhan karena tidak terhambat oleh koneksi internet yang buruk. Ketika menemui kesulitan dalam memahami materi dapat ditanyakan secara langsung baik kepada guru maupun berdiskusi dengan teman – teman.

Ketika siswa mudah memahami materi pembelajaran maka dia tidak akan menemui kesulitan yang berarti jika mengerjakan tugas ataupun mengerjakan ujian. Dengan begitu, siswa tidak merasa tertekan saat mengerjakan tugas dan tidak merasa cemas berlebihan ketika menghadapi ujian karena sepenuhnya memahami materi pembelajaran. Jika siswa tidak tertekan ketika belajar dan tidak merasa cemas berlebih maka stress akademik yang dia rasakan teratasi atau setidaknya berkurang.

c. Keaktifan siswa meningkat

Dengan model pembelajaran *blended-learning* keaktifan siswa dapat dikatakan meningkat karena siswa bersemangat untuk belajar. Hal itu terlihat dari banyaknya siswa yang terlibat aktif pada proses pembelajaran saat model

pembelajaran *blended-learning* terutama ketika pembelajaran tatap muka dilaksanakan. Keaktifan siswa meningkat terbukti saat siswa aktif bertanya, menjawab, dan berdiskusi. Hal ini juga sejalan dengan salah satu manfaat dari penerapan pembelajaran *blended-learning* yaitu meningkatkan partisipasi siswa yang dibuktikan dengan keterlibatan siswa yang meningkat ketika pembelajaran *blended-learning* diterapkan.

Keaktifan siswa saat kegiatan pembelajaran berlangsung yang ditunjukkan dengan kegiatan bertanya, menjawab, maupun berdiskusi merupakan respon positif bahwa siswa tidak merasa jenuh karena salah satu gejala stres akademik adalah jenuh ketika belajar. Jika siswa tidak menunjukkan rasa jenuh dalam belajar maka siswa tersebut tidak mengalami gejala stress akademik

d. Pembelajaran menjadi lebih menyenangkan

Pelaksanaan pembelajaran daring cenderung tidak menyenangkan hal itu dibuktikan dengan survey KPAI dari 1700 bahwa 76,7% siswa tidak senang dengan belajar dirumah.<sup>142</sup> karena tidak ada interaksi riil dari guru dengan siswa atau sesama siswa. Pembelajaran menjadi menyenangkan karena pembelajaran berlangsung aktif dan interaktif. Hal ini disebabkan karena siswa dapat bertemu secara langsung dengan teman dan gurunya

---

<sup>142</sup> Komisi Perlindungan Anak Indonesia Lihat di [https://bankdata.kpai.go.id/files/2021/02/Paparan-Survei-PJJ-KPAI-29042020\\_Final-update.pdf](https://bankdata.kpai.go.id/files/2021/02/Paparan-Survei-PJJ-KPAI-29042020_Final-update.pdf) diakses pada 27 April 2022.

sehingga tercipta diskusi yang . Respon positif saat pembelajaran menjadi bukti bahwa siswa menikmati pembelajaran tersebut seperti keaktifan siswa meningkat. Selain itu, pembelajaran *blended-learning* ini dapat meningkatkan daya tarik pembelajaran yang dibuktikan dengan banyaknya siswa yang menganggap pembelajaran *blended-learning* jauh lebih menyenangkan.

Kaitannya dengan stress akademik jika siswa senang terhadap belajar maka dia tidak mengalami stress akademik karena belajar bukan hal yang membosankan atau kegiatan yang menjenuhkan yang mana rasa bosan dan jenuh adalah salah satu gejala dari stress akademik

## **2). Kekurangan Model Pembelajaran *Blended-learning* dalam Mengatasi Stres Akademik Siswa Pada Mata Pelajaran PAI dan Budi Pekerti Kelas XI di SMA Negeri 1 Taman**

Kekurangan model pembelajaran *blended-learning* lebih banyak terdapat pada penerapan pembelajaran daring. Kekurangan tersebut diantaranya adalah :

### a. Fasilitas daring yang tidak memadai

Pembelajaran daring mengharuskan siswa memiliki peralatan yang mendukung pembelajaran daring seperti *smartphone* yang canggih, koneksi internet yang baik, dan kuota internet yang melimpah. Jika tanpa *smartphone* atau gawai yang canggih maka siswa tidak dapat mengikuti pembelajaran daring. Jika koneksi buruk maka siswa kesulitan untuk mengakses kelas daring. Jika kuota yang dimiliki terbatas maka tidak dapat mengikuti kelas

dengan keseluruhan. Maka dapat disimpulkan bahwa jika salah satu peralatan tersebut tidak ada maka siswa tidak dapat mengikuti pembelajaran daring secara baik sehingga dampaknya materi pembelajaran yang dia dapatkan hanya sebagian. Apabila materi yang diperoleh hanya sebagian kemudian berdampak pada pengerjaan tugas maupun ujian yang mana siswa merasa sulit untuk mengerjakannya. Kekurangan tersebut sesuai dengan teori yang dipaparkan oleh peneliti bahwa kelemahan dari model pembelajaran blended-learning yang utama adalah sarana prasarana.<sup>143</sup> Sarana prasarana yang tidak memadai sangat berpengaruh terhadap tercapai tidaknya pembelajaran online yang dilakukan.

Selain itu, pembelajaran daring yang cenderung monoton dan tanpa pengawasan langsung membuat pembelajaran menjadi membosankan. Pembelajaran daring yang monoton disebabkan karena kurangnya pengetahuan terhadap pengoperasian teknologi sehingga pembelajaran daring hanya terbatas pada metode itu – itu saja. Hal ini sejalan dengan teori yang dipaparkan peneliti bahwa salah satu kekurangan dari pembelajaran blended learning adalah minimnya pengetahuan sumber daya pembelajaran baik guru, siswa, dan orang tua terhadap penggunaan teknologi.<sup>144</sup> Selain itu, Ketidakmampuan guru mengontrol peserta didik secara individual saat

---

<sup>143</sup> Husamah, *Pembelajaran Bauran...*, h. 232

<sup>144</sup> *Ibid*, h. 232.



pembelajaran daring seringkali membuat siswa meninggalkan kelas seandainya. Kehadiran di kelas hanya berbasis akun pada aplikasi saja sehingga ketika ada diskusi tidak berjalan aktif karena siswa tidak berselera menyimak pembelajaran yang membosankan. Pembelajaran yang jenuh, membosankan, diikuti beban tugas yang banyak tanpa pemahaman materi yang lengkap memicu munculnya stress akademik pada siswa.

b. Kesulitan mengakses materi pembelajaran

Kekurangan pada poin kedua masih memiliki keterkaitan dengan poin pertama. Kesukaran dalam memahami materi terjadi karena siswa sulit mengakses materi pembelajaran sehingga siswa tidak dapat menyimak materi pembelajaran dari awal hingga akhir sehingga dampaknya siswa tidak menerima materi pembelajaran secara utuh dan menyeluruh. Hal ini sering terjadi karena tidak terpenuhinya fasilitas untuk pembelajaran daring baik karena tidak adanya ketersediaan smartphone, koneksi sinyal yang buruk ataupun kuota yang tidak banyak. Selain itu, pembelajaran yang membosankan dan monoton seringkali membuat siswa mengantuk apalagi ketika pembelajaran daring yang tidak mendapatkan pengawasan langsung dari guru. Materi yang disampaikan dalam kegiatan belajar mengajar yang membosankan dengan *audience* atau pendengar yang mengantuk dan bosan tentu tidak dapat diterima dengan baik.

Dengan pemahaman materi yang kurang tetapi beban tugas dan tuntutan akademik yang terus bertambah tentu saja dapat memicu stres pada siswa yang dapat ditunjukkan dengan emosi negatif seperti rasa marah, bosan, jenuh, lelah, dan putus asa.

c. Sulit fokus

Pada saat pembelajaran daring fokus siswa seringkali terpecah karena banyak hal. Notifikasi gawai, rumah sebagai tempat belajar kurang kondusif, orang – orang disekitar rumah kurang partisipatif tentu saja menyebabkan fokus belajar siswa terpecah. Konsentrasi yang mudah terpecah menyebabkan siswa tidak dapat mengikuti pembelajaran dengan baik sehingga pemahaman yang siswa dapatkan juga tidak sempurna. Perolehan materi yang kurang akan berdampak pada pengerjaan tugas yang tidak maksimal. Hal itu kemudian menyebabkan siswa mendapatkan hasil belajar yang tidak memuaskan atau cenderung menurun. Salah satu gejala akademik adalah penurunan prestasi maka jika siswa mengalami penurunan prestasi yang drastis ada kemungkinan bahwa siswa tersebut mengalami stres akademik

## **BAB VI**

### **PENUTUP**

#### **A. Kesimpulan**

Berdasarkan pembahasan dari hasil penelitian yang telah dipaparkan pada bab sebelumnya, maka dapat ditarik kesimpulan sebagai berikut:

1. Implementasi model pembelajaran *blended-learning* dalam mengatasi stres akademik siswa pada mata pelajaran PAI dan Budi Pekerti kelas XI dilaksanakan dengan menggabungkan pembelajaran tatap muka di dalam kelas dan pembelajaran daring. Implementasi model pembelajaran *blended-learning* pada mata pelajaran PAI dan Budi Pekerti kelas XI menggunakan metode, media, dan evaluasi pembelajaran yang bervariasi. Metode yang digunakan pada model pembelajaran *blended-learning* adalah metode diskusi, metode tanya jawab, dan metode ceramah. Media pembelajaran yang digunakan adalah *google meet*, *whatsapp group*, *google classroom*, dan *powerpoint*. Bentuk evaluasi pembelajaran yang digunakan adalah ujian lisan, hafalan, ujian tulis, dan essay. Implementasi model pembelajaran *blended-learning* dalam mengatasi stres akademik siswa pada mata pelajaran PAI dan Budi Pekerti kelas XI dinyatakan berhasil hal ini ditunjukkan dengan berkurangnya atau hilangnya gejala stres akademik pada siswa seperti tuntutan tugas berlebih, bosan dalam pembelajaran, sulit fokus dan konsentrasi, kelelahan dalam belajar, terganggunya jadwal tidur dan makan serta perasaan mudah marah dan cemas berlebih. Berkurangnya

gejala tersebut dibuktikan dengan beban tugas berkurang, siswa tidak merasa bosan dalam pembelajaran *blended-learning*, lebih mudah memahami materi pembelajaran, dan antusias dalam proses pembelajaran.

2. Kelebihan dan kekurangan model pembelajaran *blended-learning* dalam mengatasi stres akademik siswa pada mata pelajaran PAI dan Budi Pekerti kelas XI. Adapun kelebihannya adalah beban tugas berkurang, lebih mudah memahami materi pembelajaran, keaktifan siswa meningkat, dan pembelajaran lebih menyenangkan sementara kekurangan model pembelajaran *blended-learning* dalam mengatasi stress akademik pada mata pelajaran PAI dan Budi Pekerti kelas XI adalah fasilitas daring yang tidak memadai, kesulitan mengakses materi pembelajaran ketika pembelajaran daring, dan sulit fokus saat pembelajaran daring.

## **B. Saran**

Implementasi dari model pembelajaran *blended-learning* sangat membantu siswa dalam mengatasi stres akademik siswa karena dengan menerapkan pembelajaran *blended-learning* memungkinkan adanya pembelajaran tatap muka yang sangat membantu siswa untuk mengatasi atau setidaknya mengurangi tingkat stres akademik mereka. Dengan pembelajaran tatap muka siswa dapat berinteraksi secara aktif dengan guru maupun sesama temannya sehingga pembelajaran berlangsung menyenangkan. Ketika pembelajaran berlangsung dengan menyenangkan maka siswa akan lebih bersemangat dalam belajar sehingga hasil

belajar yang didapatkan lebih maksimal. Dengan demikian, kepada pihak sekolah yang berwenang mengambil keputusan hendaknya porsi dari pembelajaran tatap muka pada pembelajaran *blended-learning* lebih ditingkatkan agar ketertarikan siswa terhadap belajar semakin bertambah.

Selain penambahan porsi pembelajaran tatap muka pada pembelajaran *blended-learning*, saran lain yang dapat diberikan peneliti kepada pihak sekolah adalah melakukan pengembangan terhadap model pembelajaran *blended-learning* sebagai alternatif pembelajaran yang interaktif dan menyenangkan di luar masa pandemi covid-19. Pengembangan model pembelajaran *blended-learning* dapat dilakukan dengan memberikan pelatihan kepada para guru agar lebih cakap untuk memanfaatkan teknologi sebagai sarana edukasi.

Bagi guru hendaknya mengembangkan kemampuan dalam penggunaan teknologi terutama yang digunakan sebagai media pembelajaran sehingga apabila pembelajaran dilakukan secara daring siswa tidak merasa jenuh atau bosan karena pembelajaran yang berlangsung monoton. Pemanfaatan aplikasi edukasi yang menyenangkan seperti quiziz, edmodo, atau yang lain dapat dijadikan sebagai media pembelajaran dalam pembelajaran daring.

Bagi siswa hendaknya selalu membaca materi pembelajaran sebelum kegiatan belajar mengajar berlangsung. Hal itu dilakukan supaya siswa memiliki pengetahuan dasar mengenai materi yang akan disampaikan di kelas sehingga siswa tidak hanya mengandalkan penjelasan guru saja. Proses belajar sebelum kegiatan

belajar mengajar berlangsung dapat melatih kemandirian belajar siswa dan dapat melatih kemampuan berpikir kritis siswa.

Bagi penelitian selanjutnya, hendaknya bisa merencanakan dan menyusun waktu penelitian yang lebih efektif dan efisien dan mencoba untuk meneliti indikator lain yang belum diteliti pada penelitian ini.



UIN SUNAN AMPEL  
S U R A B A Y A

## DAFTAR PUSTAKA

- Aji, Rizqon Halal Syah. “Dampak Covid-19 pada Pendidikan di Indonesia : Sekolah, Keterampilan, dan Proses Pembelajaran”. *Jurnal Sosial dan Budaya Syar’i*. Vol.7. No.5. 2020.
- Aryani, Farida. *Stres Belajar Suatu Pendekatan Dan Intervensi Konseling*. Palu : Edukasi Mitra Grafika, 2016.
- Asih, Gusti Yuli. dkk, *Stres Kerja*. Semarang : Semarang University Press, 2018.
- Asti, Elen. “Pengaruh Hubungan Pembelajaran Daring Di Era Pandemi Covid-19 Terhadap Mental Peserta Didik”. *Jurnal EPISTEMA*. Vol. 2. No. 2. 2021.
- Asrul, dkk. *Evaluasi Pembelajaran*. Bandung : Citapustaka Media, 2015.
- Azmy, Amy Noerul, dkk. “Deskripsi Gejala Stres Akademik dan Kecenderungan Pilihan Strategi Koping Siswa Berbakat”. *Indonesian Journal Of Educational Counseling*. Vol.1 No. 2. 2017.
- Bakar, Rifai Abu. *Pengantar Metodologi Penelitian*. Yogyakarta : SUKA Pres UIN Sunan Kalijaga, 2021.
- Barseli, Mufadhal. dan Ifdil Ifdil. “Konsep Stres Akademik Siswa”. *Jurnal Konseling dan Pendidikan*. Vol. 5. No.3. 2017.
- Cahyani, dkk. “Blended Online Learning : Combining The Strengths of Synchronous and Asynchronous Online Learning in EFL Context”. *Jurnal Pendidikan Teknologi dan Kejuruan*. Vol. 18 No. 2. 2021.
- Dewi, Kadek Cahya, dkk. *Blended-learning Konsep dan Implementasi pada Pendidikan Tinggi Vokasi*. Denpasar : Swasta Nulus, 2019.
- Handoko. *Blended-learning : Konsep dan Penerapannya*. Padang : LPTIK Universitas Andalas, 2018.
- Hardani. dkk. *Metode Penelitian Kualitatif dan Kuantitatif*. (Yogyakarta : CV. Pustaka Ilmu Group Yogyakarta, 2020.
- Helmiati. *Model Pembelajaran*. Yogyakarta : Aswaja Pressindo, 2012.

- Herawati, Anna Ayu. dkk. “Efektivitas Penggunaan Media Pembelajaran Berbasis *Blended-learning* Untuk Mengurangi Burnout Belajar Pada Perkuliahan Bimbingan Dan Konseling Keluarga Di Prodi Bimbingan Dan Konseling Universitas Bengkulu”. *Educational Guidance and Counselling Development*. Vol. 3. No. 2. 2020.
- Husamah. *Pembelajaran Bauran (Blended-Learning)*. Jakarta : Prestasi Pustaka, 2014.
- Istiningsih, Siti. dan Hasbullah. “*Blended-learning*, Trend Strategi Pembelajaran Masa Depan”. *Jurnal Elemen*. Vol. 1. No.1. (Januari 2015) : h. 49 – 56.
- Juliya, Mira. dan Yusuf Tri Herlambang. “Problematika Pembelajaran Daring dan Pengaruhnya Terhadap Motivasi Belajar”. *Genta Mulia*. Vol.12 No.1. 2021.
- Juniati. dan Khorul Huda, “The effect of Blended Learning Model on students’ Writing Skill (An Experiment Study at Tenth Grade of Madrasah Aliyah Ibnu Husain Surabaya”. *Journal of English Education and Technology*. Vol.01. No.03. (Oktober, 2020). h.54 – 172.
- Kemendikbudristek. *Panduan Penyelenggaraan Pembelajaran PAUDDIKDASMEN Di Masa Pandemi Covid-19*. Jakarta : Kemendikbudristek, 2021.
- Komisi Perlindungan Anak Indonesia. Sistem Pelaksanaan Pembelajaran Jarak Jauh (PJJ) dan Sistem Penilaian Jarak Jauh Berbasis Pengaduan KPAI. Lihat di [https://bankdata.kpai.go.id/files/2021/02/Paparan-Survei-PJJ-KPAI-29042020\\_Final-update.pdf](https://bankdata.kpai.go.id/files/2021/02/Paparan-Survei-PJJ-KPAI-29042020_Final-update.pdf)
- Kusumastuti, Adhi. dan Ahmad Mustamil Khoiron. *Metode Penelitian Kualitatif*. Semarang : Lembaga Pendidikan Sukarno Pressindo, 2019.
- Mundir. *Metode Penelitian Kualitatif dan Kuantitatif*. Jember : STAIN Jember Press, 2013.
- Nasution, Nurliana. dkk. *Blended-learning*. Pekanbaru : Unilak Press, 2019.
- Noor, Zulki Zulkifli. *Metodologi Penelitian Kualitatif dan Kuantitatif*. Sleman : CV. Budi Utama, 2012.
- Nugrahani, Farida. *Metode Penelitian Kualitatif*. Surakarta: ttb, 2014.
- Rahmadi. *Pengantar Metodologi Penelitian*. Banjarmasin : Antasari Press, 2011.



- Rasmun. *Stres Koping dan Adaptasi*. Jakarta : CV. Sagung Seto, 2004.
- Rialmi, Zackhria. *Manajemen Konflik dan Stres*. Bandung : Widina Bhakti Persada, 2021.
- Rinaldi, Sony Faisal. dan Bagya Mujianto, *Metodologi Penelitian dan Statistik*. Jakarta : Kementerian Kesehatan Republik Indonesia, 2017.
- Salim dan Syahrur. *Metodologi Penelitian Kualitatif*. Bandung : Citapustaka Media, 2012.
- Sari, Ria Puspita. dkk. “Dampak Pembelajaran Daring Bagi Siswa Sekolah Dasar Selama Covid-19”. *Jurnal Ilmiah Kependidikan*. Vol. 2. No.1. 2021.
- Sari, Indra Kartika. “Blended-learning Sebagai Alternatif Model Pembelajaran Inovatif di Masa Post-Pandemi di Sekolah Dasar”. *Jurnal Basicedu*. Vol. 5. No.4. (2021), h.2156 - 2163.
- Satuan Tugas Penanganan COVID-19. 2022. Peta Resiko. Lihat di <https://covid19.go.id/peta-risiko> diakses pada 10 Januari 2022.
- Sawaluddin. “Konsep Evaluasi dalam Pembelajaran Pendidikan Islam”. *Jurnal al-Thariqah*. Vol. 3 No.1. (2018) : h.39 – 53
- Semiawan, Conny R. *Metode Penelitian Kualitatif*. Jakarta : PT. Gramedia Widiasarana Indonesia, 2010.
- Siddiq, Umar. dan Miftachul Choirin. *Metode Penelitian Kualitatif di Bidang Pendidikan*. Ponorogo : CV. Nata Karya, 2019.
- Siyoto, Sandu. dan M. Ali Sodik. *Dasar Metodologi Penelitian*. Yogyakarta : Literasi Media Publishing, 2015.
- Sugono, Dendy. *Kamus Bahasa Indonesia*. Jakarta : Pusat Bahasa, 2008.
- Sukiati. *Metodologi Penelitian Sebuah Pengantar*. Medan : CV. Manhaji, 2016.
- Winata, Maria Rayna Kartika. “Penurunan Stres Akademik Menggunakan Teknik Relaksasi-Afirmasi Diri Ditinjau Dari Jenis Kelamin”. *Tesis Sarjana Psikologi* (Surabaya: Universitas 17 Agustus 1945, 2017). t.d.
- Wulan, Elis Ratna & Rusdiana. *Evaluasi Pembelajaran Dengan Pendekatan Kurikulum 2013*. Bandung: Pustaka Setia, 2014.