

# Analisis Tingkat Stres Siswa pada Pembelajaran Matematika dengan Menggunakan Strategi Coping di SMK Swasta Mandiri Alwasliyah Silangkitang

Petrus Simamora<sup>1</sup>, Indah Fitria Rahma<sup>2</sup>

<sup>1, 2</sup>Pendidikan Matematika, Fakultass Keguruan Ilmu Pendidikan, Universitas Labuhanbatu  
Jl. Sisingamangaraja No. 126 A KM 3.5, Aek Tapa, Bakaran Batu, Sumatera Utara  
Simamorapetrus256@gmail.com

## Abstract

This study aims to determine the level of stress experienced by students in class X majoring in Communication and Network Engineering at Alwasliyah Silangkitang Private Vocational School for Mathematics Learning. The researcher's response to Alwasliyah Silangkitang Private Vocational High School students inspired this study. Stress levels rise due to their lack of information about Mathematics Learning. Researchers seek to provide students with solutions to their stress levels associated with Mathematics Learning in response to the demands of Mathematics Learning Materials offered by the teacher. It is a descriptive research method that employs a qualitative approach and utilizes instruments in questionnaires and interviews to ascertain the level of stress experienced by students of X majoring in Communication and Network Engineering at Alwasliyah Silangkitang Private Vocational School. Field observations were used to create the research instrument. The best results for male and female students in this research were associated with the fourth indicator, namely the performance approach used by teachers to teach mathematics, which had a value of 185 %. Researchers used coping methods to alleviate the stress associated with mathematics study. The coping approach used is the Coping Planful way of problem-solving.

**Keywords:** Mathematics Learning Stress Level, Coping Methods

## Abstrak

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui tingkat stress siswa kelas X TKJ SMK Swasta Mandiri Alwasliyah Silangkitang didalam Pembelajaran Matematika. Penelitian ini bermula dari respon peneliti terhadap siswa SMK Swasta Mandiri Alwasliyah Silangkitang karena kurang pemahamannya terhadap Pembelajaran Matematika sehingga timbulnya tingkat stres. Peneliti berupaya untuk memberikan solusi bagi siswa bagaimana mengatasi tingkat stres mereka terhadap Pembelajaran Matematika atas tuntutan Materi Pembelajaran Matematika yang diberikan Guru. Penelitian ini adalah penelitian metode deskriptif dengan melakukan pendekatan kualitatif yang menggunakan instrumen berupa kuesioner dan wawancara sebagai alat ukur untuk mengetahui tingkat stres pada siswa-siswi X TKJ SMK Swasta Mandiri Alwasliyah Silangkitang. Instrumen penelitian, disusun berdasarkan observasi dilapangan. Pada penelitian ini diperoleh hasil paling tinggi dialami siswa laki-laki dan perempuan adalah mengenai indikator ke 4 yaitu proses kinerja Yang Digunakan Oleh Guru pada pembelajaran matematika, dengan nilai 185%, peneliti menerapkan strategi coping untuk mengatasi tingkat stres mereka terhadap Pembelajaran Matematika. Straregi coping yang dipilih adalah Strategi Coping *Planful problem solving*.

**Kata kunci:** Stres, Pembelajaran Matematika, Strategi Coping

Copyright (c) 2022 Petrus Simamora, Indah Fitria Rahma

✉ Corresponding author: Petrus Simamora

Email Address: Simamorapetrus256@gmail.com (Jl. Sisingamangaraja No. 126 A KM 3.5, Aek Tapa)

Received 05 April 2022, Accepted 13 April 2022, Published 27 April 2022

## PENDAHULUAN

SMK Swasta Mandiri Alwasliyah Silangkitang adalah sekolah yang memiliki banyak jurusan tingkat SMK dari berbagai tingkat sekolah SMK yang ada DiSilangkitang. Proses pembelajaran disekolah ini Sangatlah Efektif dikarenakan Siswa SMK Swasta Mandiri Alwasliyah tersebut rata-rata menghabiskan waktu Kurang lebih 11 jam di sekolah. Proses pembelajaran di sekolah ini diadakan

setiap hari dari Senin Sampai Sabtu, mulai pukul 07.30 sampai 14.00 WIB dan dilanjutkan ekstrakurikuler pukul 15.00 sampai 17.00 WIB. Hal tersebut membuat siswa rentan terhadap stres. Siswa SMK menghadapi banyak tuntutan akademik, sebagai contoh, ujian sekolah, menjawab pertanyaan di kelas, dan memperlihatkan progress mata pelajaran sehingga salah satu mata pelajaran yang menjadi tuntutan bagi mereka adalah ketika memasuki pembelajaran Matematika. (Khairunnisa, Rahman, dan Susanto 2018) Pembelajaran matematika adalah suatu proses belajar mengajar yang dibangun oleh guru matematika untuk mengembangkan kreativitas siswa dan dapat meningkatkan kemampuan berpikir siswa, serta dapat meningkatkan kemampuan pengetahuan baru sebagai upaya meningkatkan penguasaan yang baik terhadap materi matematika

Karena Matematika merupakan salah satu mata pelajaran yang wajib yang dipelajari di setiap jenjang pendidikan di Indonesia, mulai dari tingkat SD, SMP, SMA/SMK, bahkan di perguruan tinggi. "Matematika" berasal dari bahasa Yunani yaitu "Mathema" atau mungkin juga "Mathematikos" yang artinya Ilmu pasti atau ilmu yang dipelajari. Matematika suatu alat untuk mengembangkan cara berfikir. (Saufi 2013) pembelajaran matematika di sekolah tidak bisa terlepas dari sifat-sifat matematika yang abstrak dan sifat perkembangan intelektual siswa yang diajar. Pembelajaran matematika untuk membangun terbentuknya kemampuan berfikir kritis, logis dan sistematis melalui nilai-nilai yang ada di dalam matematika.

Menurut (Oseatiarla Arian.K, Taty. H, Nur Oktavia 2012) hal ini terjadi antara 15 sampai 18 tahun. tahap perkembangan intelektual dibagi menjadi beberapa tahapan, yaitu: a. sensorimotorik (0-2 tahun), b. praoperasional (2-7 tahun), c. operasional konkrit (7-11 tahun), d. operasional formal (11 tahun - ke atas). Dari penjelasan tersebut, dapat dilihat bahwa siswa SMA/SMK tergolong ke dalam tahapan operasional formal.

Salah satu kesulitan siswa dalam belajar matematika yaitu identik dengan menghafal rumus-rumus ditambah dengan membaca buku panduan yang sangat tebal (Manalu dkk., 2015). Setiap siswa tidak ada yang memiliki kesamaan dalam tingkah laku, perbedaan inilah yang menyebabkan siswa mengalami sebuah hambatan dalam proses pembelajaran sehingga materi yang diberikan oleh guru ada yang dianggap mudah dan juga ada yang dianggap sulit untuk dimengerti oleh siswa, hal itu juga dapat berpengaruh pada semangat belajar siswa yang selalu berubah-ubah yang nantinya dapat membuat siswa menjadi malas (Imanuel, 2015).

Menurut (Krishan 2013) sebagai konsekuensi hal tersebut adalah siswa akan mengalami stres, selama tuntutan akademik dihubungkan terhadap prestasi. Hal yang berbeda diungkapkan oleh (T et al. 2015) yakni tidak terdapat stres yang signifikan pada siswa SMA program akselerasi padahal beban belajar siswa akselerasi dua kali lipat dari siswa biasa. Stres adalah respon psikologis berupa perubahan emosional yang dapat disebabkan oleh berbagai stressor. Respon psikologis terhadap stressor yang terjadi pada tiap individu bermacam-macam serta memiliki dampak yang berbeda pula. Stres memiliki dampak positif dan negatif pada siswa. Stres terbagi menjadi dua yaitu, eustres, stres yang menghasilkan individu sehat dan positif, dan yang bersifat sebaliknya disebut distress. Stres dapat menstimulasi otak

untuk lebih berpikir dan meningkatkan prestasi belajar. Di sisi lain, stres yang berkepanjangan dapat menimbulkan masalah Kesehatan (Barseli, Ifdil, dan Nikmarijal 2017).

Berdasarkan latar belakang tersebut, Salah satu cara menangani stres siswa terhadap Pembelajaran Matematika dalam penelitian ini yaitu menggunakan penerapan Strategi Coping dan dari berbagai banyak jenis strategi coping namun peneliti memilih Strategi Coping *Planful problem solving*. Namun alasan dipilihnya penerapan Strategi Coping *Planful problem solving* pada kegiatan Pembelajaran Matematika tersebut karena *Planful problem solving* yaitu bereaksi dengan melakukan usaha-usaha tertentu yang bertujuan untuk mengubah keadaan, diikuti pendekatan analitis dalam menyelesaikan masalah. Contohnya, seseorang yang melakukan *planful problem solving* akan bekerja dengan penuh konsentrasi dan perencanaan yang cukup baik serta mau merubah gaya hidupnya agar masalah yang dihadapi secara berlahan-lahan dapat terselesaikan.

Proses penerapan *Planful problem solving* dalam penelitian ini dibutuhkan oleh bantuan guru matematika disekolah tersebut karena untuk pencapaian strategi *Planful problem solving* memerlukan usaha-usaha tertentu yang bertujuan untuk mengubah keadaan stres siswa, dan diikuti dengan pendekatan analitis dalam menyelesaikan masalah penyebab stres sehingga terjadinya perubahan terhadap diri siswa dan guru. sama hal ini dinyatakan oleh (Maryam 2017) bahwa seseorang yang melakukan *planful problem solving* akan bekerja dengan penuh konsentrasi dan perencanaan yang cukup baik serta mau merubah gaya hidupnya agar masalah yang dihadapi secara berlahan-lahan dapat terselesaikan. Namiro dkk menyatakan mengurangi prinsip siswa yang takut akan pembelajaran matematika yang penuh hafalan rumus dan bisa mengikuti proses pembelajaran Matematika, agar tujuan materi Matematika didalam kelas dapat berjalan relative guru juga harus kreatif dalam proses belajar mengajar agar mengurangi tuntutan yang bisa mempengaruhi stres siswa terhadap pelajaran Matematika (Narimo, Hastuti, dan Sutopo 2019).

Maka itu perlu dilakukan studi kasus terhadap siswa SMK Swasta Mandiri Alwasliyah Silangkitang terkhususnya kelas X TKJ untuk menangani penyebab stres siswa terhadap tuntutan pembelajaran Matematika yaitu dengan banyaknya hapalan rumus-rumus dan memaksa siswa menjelaskan materi matematika oleh karena itu peneliti ingin melakukan Analisis Tingkat Stres Siswa Pada Pembelajaran Matematika dengan menggunakan Strategi Coping *Planful problem solving* yaitu bereaksi dengan melakukan usaha-usaha tertentu yang bertujuan untuk mengubah keadaan, diikuti pendekatan analitis dalam menyelesaikan masalah. di SMK Swasta Mandiri Alwasliyah Silangkitang

## **METODE**

Penelitian ini dilaksanakan di semester genap ditahun ajaran 2021/2022 bertempat di SMK Swasta Mandiri Alwasliyah Silangkitang Kabupaten Labuhanbatu Selatan dari tanggal 08 januari sampai dengan 10 januari 2022. Jenis penelitian ini tergolong dengan metode deskriptif dengan melakukan pendekatan kualitatif . Populasi penelitian ini adalah seluruh siswa kelas X TKJ SMK Swasta Mandiri Alwasliyah Silangkitang yang berjumlah 21 siswa . Teknik pengambilan sampel yang

digunakan adalah simple random sampling. Instrumen penelitian yang digunakan adalah lembar angket (kuesioner), dan tes wawancara. Data studi kasus dapat diperoleh dari semua pihak yang bersangkutan atau dikumpulkan dari berbagai sumber (Prawanti dan Sumarni, 2020). Rijali secara umum, terdapat tiga jalur analisis data kualitatif yaitu, reduksi data, penyajian data dan penarikan kesimpulan. Reduksi data adalah proses pemilihan, pemusatan perhatian pada penyederhanaan, pengabstrakan dan transformasi data kasar yang muncul dari catatan-catatan tertulis di lapangan. Penyajian data adalah kegiatan ketika sekumpulan informasi disusun, sehingga memberi kemungkinan akan adanya penarikan kesimpulan dan pengambilan tindakan. Penarikan kesimpulan adalah dimana peneliti terus menarik kesimpulan pada saat di lapangan. ditambah dengan pendapat, (Rijali 2018). Data yang dianalisis harus berdasarkan skor angket dan tes wawancara terhadap responden siswa. Setelah data diperoleh maka dilakukanlah langkah-langkah sebagai berikut (Nurchayani dan Fauzan 2016):

1. Untuk menganalisis data tentang tingkat stres matematika dilakukan pengambilan data yang dilakukan melalui angket dan tes wawancara. Langkah selanjutnya adalah menjumlahkan jawaban masing-masing siswa.
2. Selanjutnya pendeskripsian data angket tingkat stres matematika siswa juga akan ditampilkan dalam bentuk rata-rata perindikator dengan menggunakan rumus rata-rata.
3. Setelah data dalam bentuk rata-rata perindikator, maka analisis data yang akan digunakan selanjutnya adalah melakukan tes wawancara ke beberapa siswa. Untuk mengetahui hasil tingkat stres matematika. Angket dalam penelitian ini menggunakan skala *Likert* dan Teknik analisis data yang digunakan dalam penelitian ini adalah data yang sudah didapat maka akan dicari nilai persentase dari setiap jawaban yang sudah terkumpul.

Menurut Sugiyono (2008) skala *Likert* untuk mengukur pendapat, sifat, dan persepsi seseorang atau sekelompok orang mengenai fenomena sosial dapat berdasarkan indikator. Indikator mempunyai nilai yang berdistribusi normal terhadap masing-masing indikator lainnya. Karena permulaan yang kecil dapat menuntun ke arah perbedaan yang besar dalam pengujian, dengan demikian akan melemahkan kegunaannya. Maka dari itu pada penelitian ini digunakan indikator untuk mengetahui tingkat stres siswa SMK Swasta Mandiri Alwasliyah Silangkitang seperti berikut (Jonathan 2010).

Tabel 1. Indikator Penelitian

No	INDIKATOR
1	Pemahaman Siswa Pada Proses Pembelajaran Matematika
2	Stres siswa terhadap Pelajaran Matematika
3	Kewajiban Siswa Dalam Mengikuti Pembelajaran Matematika
4	Proses kinerja Yang Digunakan Oleh Guru pada Pembelajaran Matematika

## HASIL DAN DISKUSI

Penelitian Tingkat stres terhadap pembelajaran matematika ini dilaksanakan di kelas X TKJ SMK Swasta Mandiri Alwasliyah Silangkitang dengan 21 siswa. Hasil skor tingkat stres siswa terhadap pembelajaran matematika didapat dari pengisian angket dan tes wawancara. Peneliti terlebih dahulu melakukan kerja sama kepada guru matematika agar mengetahui faktor-faktor yang mempengaruhi stres siswa dalam proses pelajaran matematika yang dilaksanakn nya di kelas X TKJ sehingga hasil tersebut dapat dijadikan sebagai penguat indikator yang akan digunakan untuk melaksanakan observasi terhadap beberapa siswa untuk mendapatkan hasil angket dengan hasil wawancara agar penelitian tingkat stres di kelas X TKJ mendapatkan data yang lebih optimal. Pertama dilakukan peneliti Untuk menganalisis tingkat stres siswa kelas X TKJ adalah mengetahui jenis kelamin, Dari 21 responden yang ingin diteliti didapatkan 12 siswa berjenis kelamin perempuan yang ketika diubah ke bentuk persen yaitu (57,1%) dan 9 siswa berjenis kelamin laki-laki (42,9%). jenis kelamin responden dapat dilihat pada Tabel 1. sebagai berikut:

Tabel 1. Distribusi jenis kelamin Responden (n=21)

		<b>Frequency</b>	<b>Percent</b>	<b>Valid Percent</b>	<b>Cumulative Percent</b>
Valid	Laki-Laki	9	42.9	42.9	42.9
	Perempuan	12	57.1	57.1	100.0
	Total	21	100.0	100.0	

Adapun 3 topik wawancara terhadap siswa yang peneliti lakukan adalah, (1) suka atau tidaknya siswa terhadap pembelajaran Matematika, (2) bagaimana kinerja guru matematika dalam mengajar di kelas, (3) serta bagaimana kewajiban siswa terhadap tuntutan pembelajaran matematika. Didalam Penelitian ini penulis hanya melakukan wawancara terhadap 6 orang siswa saja dengan berdasarkan dua jenis kelamin yaitu 3 laki-laki dan 3 perempuan , dengan bertujuan agar hasil data penelitian tersebut menjadi optimal. Peneliti menemukan jawaban beragam tergantung dengan kondisi setiap siswa, dan juga ada beberapa jawaban siswa yang hampir sama seperti penjabaran dibawah ini.

Pertanyaan pertama diajukan kepada 2 perempuan dan 1 laki-laki dari diantara 21 siswa X TKJ, apa yang tidak kamu sukai terhadap Pembelajaran Matematika yang diberikan oleh guru? “selalu berbelit-belit dengan rumus yang diberikan jadi pusing saya” demikian yang disampaikan oleh siswa perempuan dengan inisial nama “ER”. “tidak” demikian yang disampaikan oleh siswa perempuan dengan inisial nama “SN”, “terkadang, suka dan dan terkadang tidak karna penuh dengan rumus dan angka-angka ” namun yang disampaikan oleh siswa laki-laki dengan inisial nama “HL” . Dari jawaban siswa yang beragam dapat ditarik kesimpulan bahwa pelaksanaan pembelajaran Matematika masih belum semuanya berjalan dengan baik, dikarenakan masih adanya siswa yang tidak suka dengan rumus matematika yang disampaikan oleh guru dikelas. sehingga wajar jika siswa mengalami stres dengan penjabaran rumus yang ada pada mata pelajaran matematika.

Pertanyaan kedua kepada 1 perempuan dan 2 laki-laki, Bagaimana penjabaran rumus matematika yang diberikan guru? “stressnya karna membosankan, guru selalu berpatokan rumus yang ada dibuku sehingga otak saya jenuh” yang disampaikan oleh siswa Perempuan dengan inisial nama “AN”. “kadang-kadang, dan kadang karena kami lagi ada masalah di kehidupan sehari” yang disampaikan oleh siswa laki-laki dengan inisial “KR. “tidak, saya stres karena selalu diberikan latihan soal yang banyak, padahal kami belum paham” yang disampaikan oleh siswa laki-laki dengan inisial nama “HL”. Jawaban mereka juga beragam, ada yang menyatakan membosankan dan ada juga yang menyatakan kadang menarik, hal ini disebabkan cara guru mengajar karena selalu merasa puas dengan keahliannya sehingga menimbulkan rasa tidak nyaman dan timbulnya stres bagi siswa sehingga siswa merasa tidak tertarik terhadap cara guru mengajar.

Pembelajaran Matematika yang efektif yang melibatkan aktivitas siswa dapat dicapai, oleh guru didalam kelas, Guru matematika yang efektif apabila guru yang dapat membuat siswa memiliki pengetahuan yang ingin dicapai setelah Pembelajaran. Langkah-langkah yang dilakukan guru agar pembelajaran matematika efektif dan tidak memicu stres siswa yaitu, menjelaskan secara singkat materi yang sudah tertinggal, menanyakan tujuan materi terlebih dahulu kepada siswa, memulai latihan materi dengan langkah kecil-kecil yang mudah dipahami siswa.

Pertanyaan ketiga kepada 1 perempuan dan 1 laki-laki, jika strategi coping dilakukan dalam kewajiban siswa terhadap Pembelajaran Matematika apakah anda setuju? . “iya, saya pasti sangat setuju karena meringankan kewajiban belajar matematika” yang disampaikan oleh siswa perempuan dengan inisial nama nama “AN “iya, saya setuju untuk itu, karena mengurangi prinsip takut akan pembelajaran matematika yang penuh hafalan rumus” yang disampaikan oleh siswa dengan inisial nama dan “RH”.

Jawaban mereka beragam tetapi semuanya menyatakan bahwasanya mereka akan lebih setuju jika adanya strategi coping *Planful problem solving* dan ditambah guru yang harus kreatif dalam proses belajar mengajar serta mampu mengaplikasikan dari berbagai bahan lain untuk mengetahui rumus matematika, seperti pengaplikasian jam dinding yang bisa dicontohkan kedalam bentuk lingkaran sehingga siswa tersebut mudah untuk mengetahui rumus lingkaran yang ada pada jam tersebut, Botol minum sebagai tabung dan lain-lain sehingga membantu sarana pembelajaran untuk pembelajaran matematika, karena proses pembelajaran Matematika tidak hanya berpatoka pada buku saja melainkan pembelajaran Matematika juga harus melakukan eksperimen-eksperimen yang baru terhadap bahan-bahan yang ada dilingkungan sekitar sehingga mengurangi tingkat kestressan siswa pada pembelajaran matematika. Hambatan siswa dalam pembelajaran Matematika dapat dilihat dari hasil observasi terhadap Guru Matematika dan wawancara kepada perwakilan siswa kelas X TKJ.

Tabel 2. Tingkat Stres Berdasarkan Perbandingan Jenis Kelamin

No	Indikator	Laki-laki	Perempuan	%
1	Pemahaman Siswa Pada Proses Pembelajaran Matematika	50	65	77
2	Stres siswa terhadap Pelajaran Matematika	40	35	114,28

3	Kewajiban Siswa Dalam Mengikuti Pembelajaran Matematika	30	50	60
4	Proses kinerja Yang Digunakan Oleh Guru pada Pembelajaran Matematika	75	75	100

Kemudian hasil tingkat Stres siswa diselesaikan dengan alat bantu Microsoft excel yang diperoleh dari pengisian angket berdasarkan 4 indikator utama yaitu . 1) Pemahaman Siswa Pada Proses Pembelajaran Matematika terhadap jenis kelamin laki-laki mendapat 50 skor dan jenis kelamin perempuan 65 skor dan jika diubah ke persen maka (77%), (2) Stres siswa terhadap Pembelajaran Matematika terhadap laki-laki mendapat 40 skor dan jenis kelamin perempuan 35 skor dan jika diubah ke persen maka (114,28%) , (3) Kewajiban Siswa Dalam Mengikuti Pembelajaran Matematika laki-laki mendapat 30 skor dan jenis kelamin perempuan 50 skor dan jika diubah ke persen maka (60%), namun jenis kelamin laki-laki dan perempuan mendapatkan skor yang seimbang yaitu 75 skor dan jika diubah kepersen maka (100%) di indikator ke 4 yaitu proses kinerja Yang Digunakan Oleh Guru pada pembelajaran matematika,dengan membuktikan bahwa stres siswa terhadap pembelajaran matematika lebih dominan kepada proses kinerja guru matematika.

**Diskusi**

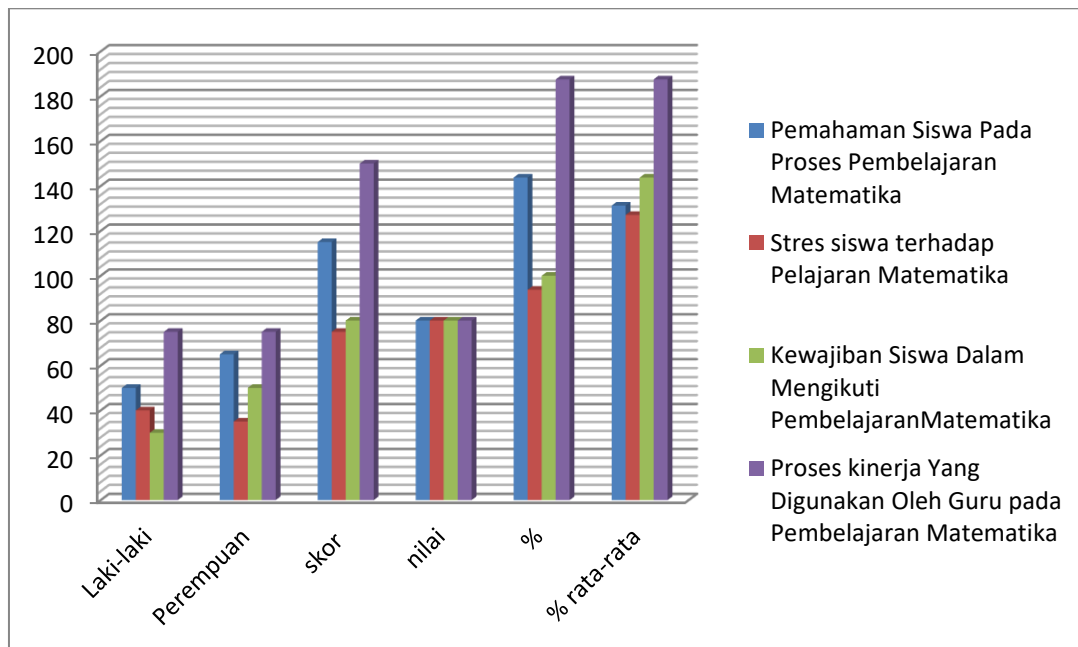


Diagram batang diatas menunjukkan bahwa faktor stres siswa terhadap pembelajaran matematika dikelas X TKJ SMK Swasta Mandiri Alwasliyah dengan berdasarkan jenis kelamin dan terhadap 4 indikator yaitu 1) Pemahaman Siswa Pada Proses Pembelajaran Matematika terhadap jenis kelamin laki-laki mendapat 50 skor dan jenis kelamin perempuan 65 skor dan jika diubah ke persen maka (77%) dan mendapatkan nilai rata-rata 130%, (2) Stres siswa terhadap Pembelajaran Matematika terhadap laki-laki mendapat 40 skor dan jenis kelamin perempuan 35 skor dan jika diubah ke persen maka

(114,28%) dan mendapatkan nilai rata-rata 125% , (3) Kewajiban Siswa Dalam Mengikuti Pembelajaran Matematika laki-laki mendapat 30 skor dan jenis kelamin perempuan 50 skor dan jika diubah ke persen (60%) maka mendapatkan nilai rata-rata 140 %,namun jenis kelamin laki-laki dan perempuan mendapatkan skor yang seimbang yaitu 75 skor dan jika diubah kepersen maka (100%) dan mendapatkan nilai rata-rata 185% di indikator ke 4 yaitu proses kinerja Yang Digunakan Oleh Guru pada pembelajaran matematika,dengan membuktikan bahwa stres siswa terhadap pembelajaran matematika lebih dominan kepada proses kinerja guru matematika.

Adapun waktu penelitian dilaksanakan pada semester genap tahun pembelajaran 2021/2022 yang dilaksanakan pada tanggal 08 januari sampai dengan 10 januari 2022 sebanyak Tiga pertemuan dengan 2 kali pertemuan 2x45 menit dan satu kali pertemuan lagi 2x30 menit. Materi dalam penelitian ini adalah penerapan strategi coping melalui penyebaran angket dan tes wawancara keberapa siswa. Penelitian tentang stres siswa terhadap Pembelajaran matematika dilaksanakan melalui 4 tahap berikut:

1. Menyampaikan tujuan penelitian dengan mempersiapkan siswa untuk nantinya akan menjadi sampel dalam penelitian tersebut.
2. Peneliti menjelaskan pengertian strategi coping.
3. Pemberian angket dan tes wawancara yang berisikan tentang indikator.
4. Menganalisis hasil data. Peneliti memberikan dampak positif terhadap tingkat stres siswa dengan menggunakan *Strategi Coping* didukung dengan instrument tes yang diberikan terhadap siswa

## KESIMPULAN

Berdasarkan hasil dan pembahasan maka dapat disimpulkan bahwa siswa bertipe *Campers* tidak dapat memenuhi semua tahapan Polya. Dari tiga subjek penelitian terpilih didapat dua siswa bertipe *Campers* hanya bisa memenuhi tahapan pertama Polya dan satu siswa bertipe *Campers* hanya bisa memenuhi sampai tahapan kedua Polya. Siswa bertipe *Campers* kurang maksimal dalam menyelesaikan suatu permasalahan. Namun meskipun demikian, siswa bertipe *Campers* masih memiliki sedikit inisiatif dalam mengerjakan soal. Meskipun jawaban yang dituliskannya tidak tepat namun mereka masih berusaha untuk mengerjakan soal yang diberikan. Hal ini terlihat dari hasil pekerjaan siswa bertipe *Campers* dalam penelitian ini, mereka tetap menuliskan jawaban dan tidak membiarkan lembar jawaban terkumpul dalam keadaan kosong. Tetapi siswa bertipe *Campers* juga tidak mau berusaha lebih untuk menemukan jawaban yang benar. Mereka hanya sekedar mengerjakan sebisanya saja.

## UCAPAN TERIMA KASIH

Peneliti mengucapkan terimakasih kepada Bapak Musyahwir, Nst.S.T. selaku kepala Sekolah SMK Swasta Mandiri Alwasliyah Kecamatan Silangkitang Kabupaten Labuhanbatu Selatan yang sudah memberi ijin agar dilaksanakannya penelitian ini dan Terimakasih juga kepada siswa siswa kelas X TKJ, kelas XI TKJ dan kelas XII karena bersedia menjadi subjek dalam penelitian ini.

## REFERENSI

- Awang, Imanuel Sairo. 2015. "Kesulitan Belajar IPA Peserta Didik Sekolah Dasar Awang, Imanuel Sairo." *Vox Edukasi* 6 (2): 211–21.
- Barseli, Mufadhal, Idris Idris, dan Nikmarijal Nikmarijal. 2017. "Konsep Stres Akademik Siswa." *Jurnal Konseling dan Pendidikan* 5 (3): 143–48. <https://doi.org/10.29210/119800>.
- Jonathan, Sarwono. 2010. "Pengertian Dasar Structural Equation Modeling (SEM)." *Jurnal Ilmiah Manajemen Bisnis Ukrida* 10 (3): 98528.
- Khairunnisa, Gusti Firda, Abdur Rahman, dan Hery Susanto. 2018. "Keberhasilan Siswa dalam Menyelesaikan Soal Cerita Berdasarkan Kemampuan Membuat Berbagai Representasi Matematis." *Jurnal Pendidikan: Teori, Penelitian dan Pengembangan* 3 (6): 723–30.
- Krishan, Lal. 2013. "Academic stress among adolescent in relation to intelligence and demographic factors." *American International Journal of Research in Humanities, Arts and Social Sciences* 5 (1): 123–29.
- Manalu, Remaaita, I Gede Meter, dan I Gusti Oka Negara. 2015. "Analisis Kesulitan-Kesulitan Belajar IPA Siswa Kelas IV dalam Implementasi Kurikulum 2013 di SD Piloting se-Kabupaten Gianyar." *e-Journal PGSD Universitas Pendidikan Ganesha* 3 (5).
- Maryam, Siti. 2017. "Strategi Coping: Teori Dan Sumberdayanya." *JURKAM: Jurnal Konseling Andi Matappa* 1 (2): 101. <https://doi.org/10.31100/jurkam.v1i2.12>.
- Narimo, Sabar, Desi Dwi Hastuti, dan Anam Sutopo. 2019. "Konsekuensi Tanggung Jawab dalam Pembelajaran Matematika SMA." *Jurnal VARIDIKA* 30 (2): 1–6. <https://doi.org/10.23917/varidika.v30i2.7568>.
- Nurchayani, Istiana, dan Lutfi Fauzan. 2016. "Efektivitas Teknik Relaksasi Dalam Konseling Kelompok Behavioral Untuk Menurunkan Stres Belajar Siswa SMA." *Jurnal Kajian Bimbingan dan Konseling* 1 (1): 1–6. <https://doi.org/10.17977/um001v1i12016p001>.
- Oseatiarla Arian.K, Taty. H, Nur Oktavia, H. 2012. "Gambaran Tingkat Stres Siswa SMAN 3 Bandung Kelas XII Menjelang Ujian Nasional," 1–14. <http://www.download.portalgaruda.org/article.php>.
- Prawanti, Lia Titi, dan Woro Sumarni. 2020. "Kendala Pembelajaran Daring Selama Pandemi Covid-19." In *UNNES SEMINAR NASIONAL PASCASARJANA 2020*, 286–91.
- Rijali, Ahmad. 2018. "Analisis Data Kualitatif Ahmad Rijali UIN Antasari Banjarmasin" 17 (33): 81–95.
- Saufi, M. 2013. "P – 12 mengelola kecemasan siswa dalam pembelajaran matematika," no. November: 978–79.
- Sugiyono. 2008. *metode penelitian pendidikan ( pendekatan kuantitatif, kualitatif, dan R&D )*. CV. ALFABETA.