

ABSTRAK

Maret 2020 seluruh lingkungan pendidikan ditutup demi mengurangi penyebaran virus covid-19, sehingga diberlakukan nya Pembelajaran Jarak Jauh (PJJ). Sekolah Menengah Atas (SMA) Telkom Bandung merupakan satu di antara sekolah yang memberlakukan PJJ sebagai cara pembelajarannya. Namun terdapat adanya indikasi siswa kelas XI SMA Telkom Bandung mengalami stres akademik dikarenakan PJJ ini hal ini dikhawatirkan dapat mengurangi prestasi akademik siswa.

Penelitian ini dilakukan pada siswa kelas XI di SMA Telkom Bandung. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui tingkat stres akademik siswa kelas XI di SMA Telkom Bandung. Aspek yang diteliti di sini adalah tingkat stres akademik siswa dengan menganalisis hasil kuesioner yang dibagikan.

Penelitian ini menggunakan metode deskriptif dengan pendekatan deskriptif. Teknik analisis data dalam penelitian ini menggunakan teknik analisis deskriptif. Peneliti menggunakan *sampling random sampling* yaitu pengambilan anggota sampel dari populasi dilakukan secara acak dan sampel pengambilan sampel ini dilakukan pada siswa kelas XI SMA Telkom Bandung sebanyak 200 siswa.

Hasil penelitian ini didapatkan bahwa 90% siswa mengalami tingkat stres yang tinggi. Didapatkan dari penelitian ini juga bahwa adanya 2% perbedaan tingkat stres akademik pada jenis kelamin siswa laki-laki dengan perempuan. siswa perempuan lebih dapat menekan tingkat stres dibandingkan siswa laki-laki.

Berdasarkan hasil penelitian ini maka untuk dapat mengurangi stres akademik siswa kelas XI di SMA Telkom Bandung pihak sekolah dapat melakukan diskusi dengan manajerial sekolah untuk membahas tentang model pembelajaran, pemberian serta jadwal pengumpulan tugas dan efektivitas bimbingan dan konseling dari sekolah.

Kata Kunci: Stres Akademik, Pembelajaran Jarak Jauh, Siswa