

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Pendidikan menurut Kunandar (2009) merupakan investasi Sumber Daya Manusia (SDM) jangka panjang yang mempunyai nilai strategis bagi kelangsungan hidup manusia di dunia. Hampir semua negara menempatkan pendidikan sebagai hal yang penting dalam membangun bangsa dan negara. Indonesia menetapkan pendidikan sebagai hal yang utama dan penting. Hal ini dapat dilihat pada tujuan Indonesia yang tertuang dalam pembukaan UUD 1945 yaitu mencerdaskan kehidupan bangsa. Upaya mencerdaskan kehidupan bangsa salah satunya ditempuh melalui sistem pendidikan. Pendidikan yang bermutu akan menciptakan manusia yang dapat membangun negara ke arah yang lebih maju.

Berdasarkan UU No. 20 Tahun 2003 tentang Sistem Pendidikan Nasional (SISDIKNAS), dikatakan bahwa pendidikan adalah usaha sadar dan terencana untuk mewujudkan suasana belajar dan proses pembelajaran agar peserta didik secara aktif mengembangkan potensi dirinya untuk memiliki kekuatan spiritual keagamaan, pengendalian diri, kepribadian, kecerdasan, akhlak mulia, serta keterampilan yang diperlukan dirinya, masyarakat, bangsa dan negara. Pada hakekatnya pendidikan mempunyai andil yang cukup besar dalam pembentukan jati diri siswa untuk menjadi warga negara yang terampil dan bertanggungjawab. Kegiatan pengajaran merupakan salah satu bagian dari kegiatan pendidikan yang mampu membawa manusia menjadi warga negara yang baik.

Menurut Slameto (2003), salah satu indikator untuk melihat kualitas pendidikan diantaranya dengan melihat prestasi belajar siswa. Realisasinya adalah peningkatan prestasi belajar, baik ditingkat dasar, sekolah menengah maupun disekolah tingkat atas. Banyak faktor yang mempengaruhi prestasi belajar, faktor-faktor itu dapat berasal dari diri sendiri (internal), misalnya bagaimana intelegensinya, minat bakat dan sebagainya maupun berasal dari luar diri anak (eksternal) yaitu faktor yang berasal dari keluarga, lingkungan belajar baik sekolah maupun masyarakat.

Menurut S. Nasution (1996) prestasi belajar adalah kesempurnaan yang dicapai seseorang dalam berfikir, merasa, dan berbuat. Prestasi belajar dikatakan sempurna apabila memenuhi tiga aspek yaitu kognitif, afektif dan psikomotor, sebaliknya dikatakan prestasi kurang memuaskan jika seseorang belum mampu memenuhi target dalam ketiga kriteria tersebut. Aspek kognitif meliputi kemampuan intelektual siswa seperti mengingat serta kemampuan memecahkan masalah, aspek afektif mencakup watak perilaku seperti perasaan, minat, sikap, emosi, dan nilai, sedangkan aspek psikomotor berkaitan dengan keterampilan atau kemampuan bertindak setelah seseorang menerima pengalaman belajar tertentu. Berdasarkan pengertian prestasi belajar ini, maka dapat disimpulkan bahwa prestasi belajar merupakan *output* dari proses belajar. Dapat dikatakan demikian karena setelah melakukan kegiatan atau aktivitas belajar pasti akan membuahkan prestasi belajar.

Sekolah sebagai lembaga pendidikan menyediakan sarana dan prasarana yang lengkap untuk mendukung proses belajar mengajar di sekolah, sehingga harapan agar sekolah dapat menghasilkan siswa-siswi yang berprestasi dapat terwujud. Dalam

wawancara yang peneliti lakukan dengan guru BK di SMA Negeri 1 Sawahlunto diketahui bahwa sebanyak 25% siswa kelas X memiliki nilai tidak tuntas di rapornya, dan mengharuskan siswa mengikuti program *remedial* untuk memperbaiki nilai tersebut. Hal yang sama juga ditemukan pada siswa kelas XI dengan persentasi yang lebih sedikit dibandingkan dengan kelas X.

Berdasarkan data prestasi sekolah yang peneliti dapatkan, SMA Negeri 1 Sawahlunto adalah sekolah yang memiliki prestasi yang lebih banyak dibandingkan sekolah lainnya. SMA ini sering menjuarai olimpiade maupun lomba tingkat kota. SMA Negeri 1 Sawahlunto merupakan SMA dengan akreditasi A. Sebelum menerapkan kurikulum 2013, SMA ini merupakan sekolah model di Kota Sawahlunto.

SMA Negeri 1 Sawahlunto gencar melakukan inovasi di bidang pendidikan, seperti program *full day school* yang sudah diterapkan sejak tahun 2009, penggunaan kurikulum 2013, serta menerapkan sistem penilaian sikap, diterapkannya penjurusan MIA (Matematika dan Ilmu Alam) dan IIS (Ilmu-ilmu Sosial) untuk kelas X sesuai dengan Permendikbud Nomor 69 Tahun 2013. Penjurusan ini ditentukan berdasarkan nilai yang dimiliki siswa ketika mendaftar ke SMA dan berdasarkan pada serangkaian tes yang dijalani siswa. Sekolah juga melakukan sistem *moving class* untuk beberapa mata pelajaran tertentu.

Inovasi dibidang pendidikan diharapkan dapat menaikkan kualitas pendidikan yang tercermin dalam prestasi belajar siswa. Inovasi dibidang pendidikan ini harusnya memaksimalkan prestasi siswa atau setidaknya bisa membuat prestasi siswa

menjadi meningkat dari masa ke masa. Namun, berdasarkan data yang peneliti dapatkan, siswa yang lulus ke perguruan tinggi tidak mengalami peningkatan dari lima tahun terakhir. Hal ini dapat dilihat pada tabel 1.1 berikut ini

Tabel 1.1 Data siswa yang diterima di Perguruan Tinggi

Tahun	Jumlah
2011	131 siswa
2012	128 siswa
2013	103 siswa
2014	105 siswa
2015	81 siswa

Sumber : Wakil Kepala sekolah SMA Negeri 1 Sawahlunto

Dari data tersebut, terlihat bahwa tidak terjadi kenaikan yang signifikan terhadap penerimaan siswa di perguruan tinggi. Jalur masuk perguruan tinggi semakin tahun kian bertambah, namun siswa yang lulus di perguruan tinggi tidak mengalami peningkatan yang signifikan.

Penurunan prestasi akademik ini menjadi keluhan bagi guru maupun siswa karena banyak siswa memiliki nilai yang tidak mencapai Kriteria Ketuntasan Minimum (KKM) yang ditetapkan pihak sekolah. Suhartana (2013) menyatakan bahwa prestasi belajar rendah ditandai dengan tidak tercapainya batas minimal ketuntasan belajar. Hal ini secara umum menimbulkan turunnya indeks prestasi kemampuan siswa. Akibat rendahnya prestasi belajar yaitu menyebabkan tingkat ketidak lulusan siswa menjadi bertambah.

Banyak hal yang bisa dikaitkan dengan penurunan prestasi belajar siswa. Salah satunya adalah stres akademik. Hal ini dapat dilihat pada penelitian yang dilakukan oleh Rahmi (2013) tentang Hubungan tingkat stres dengan prestasi belajar pada

mahasiswa. Dalam penelitian tersebut didapatkan hasil bahwa mahasiswa yang memiliki prestasi baik dijumpai pada tingkat stres yang normal, sedangkan mahasiswa berprestasi baik namun berada pada tingkat stres berat jumlahnya sembilan kali lebih kecil dibandingkan dengan mahasiswa pada stres normal. Selain itu, Lestari (2012) juga menyampaikan hal yang serupa bahwa siswa yang memiliki prestasi tinggi mempunyai kondisi psikologis yang bagus, yaitu motivasi yang tinggi, stres belajar yang rendah serta hubungan interaksi sosial yang harmonis, sedangkan siswa yang berprestasi rendah mempunyai kondisi psikologis yang sebaliknya. Jadi dapat dikatakan bahwa prestasi belajar yang rendah disebabkan karena stres yang dirasakan oleh siswa atau peserta didik.

Peneliti kemudian menyebarkan kuesioner terbuka kepada 50 siswa untuk menggali fenomena yang terjadi pada siswa SMA Negeri 1 Sawahlunto. Berdasarkan data kuesioner, diperoleh data sebesar 82% siswa dituntut untuk memiliki prestasi tinggi. Tuntutan berprestasi tinggi tersebut berasal dari diri sendiri, orang tua, dan guru. Namun, di sisi lain sebanyak 76% siswa merasa kesulitan untuk mencapai nilai standar *minimum* yang ditetapkan pihak sekolah. Jika dilihat dari persentase tersebut, terdapat kesenjangan dimana siswa dituntut untuk berprestasi tinggi, baik oleh diri sendiri, orang tua, maupun guru, namun disisi lain siswa kesulitan untuk memenuhi tuntutan yang ada.

Peneliti kemudian menyimpulkan bahwa fenomena yang terjadi di lapangan yaitu adanya tuntutan kepada siswa untuk meraih prestasi tinggi, namun siswa merasa kesulitan untuk memenuhi tuntutan tersebut. Ketidakmampuan siswa untuk

memenuhi tuntutan yang ada bisa mengakibatkan terjadinya stres terutama stres di bidang akademik. Hal ini sesuai dengan yang dikemukakan Shahmohammadi (2011) bahwa stres di bidang akademik pada anak muncul ketika harapan untuk meraih prestasi akademik meningkat, baik dari orang tua, guru ataupun teman sebaya. Harapan tersebut seringkali tidak sesuai dengan kemampuan yang mereka miliki.

Desmita (2010) menyatakan bahwa stres pada siswa terjadi karena banyaknya harapan dan tuntutan dalam bidang akademik yang sering disebut dengan stres akademik. Lebih lanjut Desmita menjelaskan bahwa siswa mengemukakan mereka mengalami stres akademik pada setiap semester dengan sumber stres akademik yang tinggi akibat dari belajar sebelum ujian, kompetensi nilai, dan dari begitu banyak materi yang harus dikuasai dalam waktu yang singkat. Siswa merasa terbebani dengan tuntutan untuk berprestasi tinggi yang datang dari diri sendiri maupun lingkungannya.

Menurut Baldwin (2002) dalam menghadapi beban pelajaran yang dirasa cukup berat di sekolah dapat menimbulkan stres pada remaja, terutama bagi remaja sekolah menengah atas (SMA), mengingat pada masa ini remaja pada umumnya mengalami tekanan dari pihak sekolah dan kadangkala dari orang tua untuk memperoleh nilai yang tinggi agar dapat melanjutkan pendidikan ke perguruan tinggi favorit. Lebih lanjut Rainham (dalam Taufik & Ifdil, 2013) menyatakan bahwa masa sekolah menengah merupakan kesempatan untuk mendapatkan pengalaman yang sangat berharga bagi remaja, tetapi disisi lain mereka dihadapkan dengan banyaknya tuntutan dan perubahan yang cepat yang pada akhirnya dapat membuat mereka

mengalami masa-masa yang penuh dengan stress. Hal-hal mengancam yang membuat seseorang menjadi stres disebut dengan stresor. Ancaman yang dirasakan siswa dikenal dengan nama stresor akademik.

Stressor akademik merupakan sumber stress yang berasal dari proses belajar mengajar atau hal-hal yang berhubungan dengan kegiatan belajar yang meliputi tekanan naik kelas, lama belajar, menyontek, banyak tugas, mendapat nilai ulangan, birokrasi, mendapat beasiswa, keputusan menentukan jurusan dan karir, serta kecemasan ujian dan yang terakhir adalah manajemen waktu (Desmita, 2010). Melalui penelitian yang dilakukan pada remaja di Amerika Serikat, terdapat tiga kategori utama sumber stres yang mereka alami, yaitu hal-hal yang berkaitan dengan akademik, diri sendiri, dan hubungan interpersonal (Burnett & Fanshawe, 1997). Menurut Burnett dan Fanshawe (1997) harapan tinggi dan tuntutan dari orang tua, guru, sekolah, dan masyarakat merupakan sumber (*stressor*) utama dari stres akademik.

Sejalan dengan pendapat ahli di atas, beberapa *stressor* juga dirasakan oleh siswa SMA Negeri 1 Sawahlunto. Peneliti mendapatkan hal apa saja yang membuat siswa merasa terancam (membuat stres) dari kuesioner terbuka. Data menunjukkan bahwa sebanyak 68% siswa mengaku merasa bosan dengan kegiatan belajar di kelas, 40% siswa merasa terancam karena banyak pelajaran yang dipelajari, selain itu 60% siswa merasa jadwal sekolah yang terlalu padat membuat dirinya merasa terancam, sebanyak 78% siswa merasa terancam jika tidak mendapatkan tempat di perguruan tinggi. Hal lain yang dituliskan siswa yaitu *full day scholl*, kurikulum 2013, metode

guru dalam mengajar, kurangnya waktu istirahat, takut tidak naik kelas dan banyaknya tugas menjadi ancaman tersendiri yang dirasakan siswa.

Selain mendapatkan data dari kuesioner terbuka, peneliti melakukan wawancara dengan guru BK. Dalam wawancara yang peneliti lakukan dengan guru BK didapatkan informasi bahwa siswa sering mengeluh merasa jenuh dan bosan karena waktu pembelajaran yang dinilai terlalu lama yaitu dari pukul 07.15 – 16.00 WIB dengan total waktu istirahat selama 30 menit untuk hari Senin-Kamis dan selama 15 menit untuk hari Jumat dan Sabtu. Selain itu, hari Minggu yang seharusnya digunakan untuk hari libur siswa, kadang digunakan sebagai kegiatan ekstrakurikuler untuk kegiatan tertentu.

Sumber stres seperti masalah akademik, keuangan, dan kesehatan sering dirasakan oleh hampir sebagian siswa di sekolah dan mampu membuat siswa merasakan ketidaknyamanan dan menurunkan prestasi akademik yang mereka miliki (dalam Misra & Mc Kean, 2000). Emmanuel dan Adom (2014) menyatakan bahwa level stres siswa menjadi tinggi ketika mendapat peringkat atau nilai yang rendah. Hal ini dikarenakan banyak siswa yang menghubungkan peringkat atau nilai yang mereka dapatkan dengan masa depan mereka.

Dari hasil penelitian yang dilakukan oleh Khanekhesi dan Basavarajappa (2011) tentang Stres akademik dengan agresi, depresi dan performa akademik pada mahasiswa di Iran menunjukkan bahwa terdapat korelasi negatif signifikan antara stres akademik dengan performa akademik. Artinya mahasiswa yang memiliki tingkat stres akademik yang tinggi, maka performa akademiknya akan rendah.

Berdasarkan hasil wawancara, kuesioner terbuka serta penelitian yang dilakukan Khahenkeshi dan Basavarajappa (2011), fenomena terkait prestasi belajar dan adanya indikasi stres akademik yang dirasakan siswa SMA Negeri 1 Sawahlunto mendorong peneliti untuk melakukan penelitian mengenai Hubungan Stres Akademik terhadap Prestasi Belajar pada siswa SMA Negeri 1 Sawahlunto.

1.2 Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang yang telah dipaparkan sebelumnya, maka rumusan masalah dari penelitian ini yaitu apakah ada hubungan negatif yang signifikan antara stres akademik dengan prestasi belajar pada siswa SMA Negeri 1 Sawahlunto?

1.3 Tujuan Penelitian

Adapun tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui hubungan antara stres akademik dengan prestasi belajar pada siswa SMA Negeri 1 Sawahlunto.

1.4 Manfaat Penelitian

Manfaat dilakukannya penelitian ini adalah sebagai berikut:

1.4.1 Manfaat Teoritis

Memberikan sumbangan literatur bagi dunia psikologi pendidikan dan psikologi perkembangan yang berhubungan dengan stres akademik dan prestasi belajar.

1.4.2 Manfaat Praktis

Manfaat praktis dari penelitian ini bagi pendidik maupun siswa diharapkan dapat digunakan sebagai acuan dalam pengelolaan siswa, sehingga mampu mengurangi stres akademik untuk meningkatkan prestasi belajar siswa.

1.5 Sistematika Penulisan

Sistematika penulisan yang digunakan dalam penelitian adalah sebagai berikut:

BAB I : PENDAHULUAN

Bab pendahuluan berisikan uraian singkat mengenai latar belakang masalah, rumusan masalah, tujuan penelitian, dan manfaat penelitian.

BAB II : LANDASAN TEORI

Bab ini menjelaskan mengenai teori-teori yang berkaitan dengan variabel yang diteliti, kerangka berpikir dan hipotesis penelitian.

BAB III : METODE PENELITIAN

Metode penelitian berisikan penjelasan mengenai identifikasi variabel penelitian, definisi operasional, populasi, sampel, teknik pengambilan sampel, metode pengambilan data, uji validitas, uji daya beda dan reliabilitas alat ukur, metode analisis data serta hasil uji alat ukur penelitian.

BAB IV : PEMBAHASAN

Bab ini menjelaskan tentang hasil penelitian, gambaran variabel penelitian, dan pembahasan.

BAB V : PENUTUP

Bab ini menguraikan tentang kesimpulan dari hasil penelitian yang telah dijelaskan di bab sebelumnya, dan juga saran terkait dengan hasil penelitian ataupun untuk peneliti berikutnya.