

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Menurut Undang-undang Nomor 20 Tahun 2003 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, pengendalian diri, kepribadian, kecerdasan, akhlak mulia, serta keterampilan yang di perlukan dirinya, masyarakat, bangsa dan negara. Untuk mewujudkan hal tersebut diperlukan suatu usaha bersama antara pemerintah, sekolah dan masyarakat (Muzakki & Fauziah, 2015)

Keberhasilan pendidikan merupakan tolak ukur dari keberhasilan suatu negara, karena dengan kualitas pendidikan yang baik maka akan terbentuk kualitas sumber daya yang baik pula. Dengan demikian maka dunia pendidikan harus mendapatkan perhatian lebih dari *stakeholder* yang terkait, yaitu pemerintah sebagai pembuat kebijakan, masyarakat, dan para praktisi pendidikan, seperti guru dan siswa (Nanda & Mudzakkir, 2013). Dalam prakteknya, dari tahun ke tahun potret dunia pendidikan di Indonesia seringkali dan bahkan selalu saja diwarnai dengan perubahan kebijakan, mulai dari perubahan kurikulum, hingga perubahan sistem pembelajaran sebagai upaya mewujudkan harapan setiap oknum pendidikan, sehingga Menteri Pendidikan Nasional menggagas adanya sistem *full day school* (Baharudin & Alawiyah, 2018).

Full day school memiliki suatu sistem kegiatan belajar mengajar yang bercirikan siswa memulai jam pelajaran pada pukul 07.00 WIB dan pulang pukul 15.00 WIB (Wirawan & D. H. N., 2016). Sistem pembelajaran sepanjang hari (*full day school*) memberikan kesempatan kepada siswa untuk dapat belajar selama kurang lebih 8 (delapan) jam dalam sehari untuk melaksanakan segala aktivitas mereka di sekolah (Hawi, 2015). Permendiknas Nomor 23 tahun 2017 pasal 2 telah menetapkan aturan baru bahwa hari sekolah dilaksanakan 8 (delapan) jam dalam 1 (satu) hari atau 40 (empat puluh) jam selama 5 (lima) hari dalam 1 (satu) minggu.

Full day school sebenarnya memiliki kurikulum inti yang sama dengan sekolah pada umumnya. Namun, mempunyai kurikulum lokal seperti *leadership* (materi pembelajaran yang berkenaan dengan kepemimpinan), *green education* merupakan kegiatan belajar yang berpusat pada alam. Melalui alam, siswa diharapkan dapat menggali pengetahuan dengan baik tujuannya agar siswa lebih peka terhadap alam, selain itu juga ada teknologi informatika, mengaji dan lain-lain. Dengan demikian kondisi siswa lebih matang dari segi materi akademik dan non akademik. Dengan berbagai strategi yang dikembangkan oleh *full day school*, siswa lebih tenang, tidak terburu-buru dalam melakukan aktivitas sehari-hari dan memberikan pengalaman yang bervariasi. Sedangkan guru dapat memberikan kesempatan untuk mengukur dan mengobservasi perkembangan anak secara leluasa, dan terbinanya kualitas interaksi antara figur guru dan siswa secara lebih baik (Nanda & Mudzakkir, 2013).

Secara umum, *full day school* didirikan untuk mengakomodir berbagai permasalahan yang ada di masyarakat, yang menginginkan anak mereka mendapatkan pendidikan terbaik baik dari aspek akademik dan non akademik serta memberikan perlindungan bagi anak dari pergaulan bebas. (Astuti, 2013).

Menurut Santrock (2007) pendidikan di sekolah dapat memenuhi beberapa kebutuhan siswa dan menentukan kualitas kehidupan mereka dimasa depan. Namun dalam proses pendidikan di sekolah siswa tidak jarang juga mengalami stres karena ketidakmampuannya beradaptasi dengan program di sekolah. Stres yang di alami siswa di lingkungan sekolah akan terakumulasi terhadap gangguan psikologis dan penyakit fisik (Barseli, Ifdil, & Nikmarijal, 2017). Menurut Taufik, Ifdil dan Ardi (2013) stres yang sering dialami oleh siswa adalah stres akademik (Barseli, Ifdil, & Nikmarijal, 2017).

Berdasarkan pengambilan data awal yang dilakukan di SMAN 1 Besuki pada tanggal 29 Oktober 2018 pada 36 siswa, ternyata terdapat dampak negatif diterapkannya sistem *full day school*. 30 dari 36 siswa merasa terbebani dengan diterapkannya sistem *full day school* yang mereka anggap jauh lebih melelahkan dibandingkan dengan kurikulum sebelumnya. Siswa mengaku terdapat banyak dampak negatif dari diterapkannya *full day school* yaitu mereka mengatakan lelah akan banyaknya tugas yang diberikan dan terbatas oleh waktu, tidak terbiasa dengan metode pembelajaran *full day school* yang dilaksanakan dari pukul 7.00 WIB dan pulang pukul 15.00 WIB, belum lagi harus mengerjakan

tugas serta kurangnya istirahat. Hal tersebut menunjukkan adanya stres yang disebabkan oleh stressor akademik.

Stres akademik merupakan stres yang termasuk pada kategori distress. Stres akademik adalah keadaan dimana siswa tidak dapat menghadapi tuntutan akademik dan mempersepsi tuntutan-tuntutan akademik yang diterima sebagai gangguan. Stres akademik disebabkan oleh *academic stressor*. *Academic stressor* yaitu stres yang berpangkal dari pembelajaran atau hal yang berkaitan dengan pembelajaran yang meliputi: tekanan untuk naik kelas, lama belajar, mencontek, banyak tugas, mendapat nilai ulangan, birokrasi, mendapatkan beasiswa, keputusan menentukan jurusan dan karir serta kecemasan ujian dan manajemen waktu (Rahmawati, 2015).

Stres yang tidak dapat dikendalikan dan diatasi oleh individu akan memunculkan dampak negatif secara emosional, fisiologis dan perilaku. Dampak negatif secara kognitif antara lain sulit berkonsentrasi, sulit mengingat pelajaran, dan sulit memahami pelajaran. Dampak negatif secara emosional antara lain sulit memotivasi diri, munculnya perasaan cemas, dan efek negatif lainnya. Dampak negatif secara fisiologis antara lain gangguan kesehatan, sering pusing, dan insomnia (Fiftyanti, et al., 2015).

Berdasarkan penelitian oleh Bashori, Mujidin dan Mulyana (2015) diketahui bahwa siswa yang memiliki motivasi belajar tinggi akan memiliki kemampuan *self-regulated learning* yang tinggi. Siswa akan berusaha mencoba setiap tugas yang diberikan meskipun sulit untuk

dikerjakan. Siswa yang memiliki motivasi belajar menginginkan keberhasilan dan ketika mereka gagal akan melipat gandakan usaha mereka sehingga dapat berhasil. Mereka terdorong untuk merencanakan, mengatur, memonitor, mengevaluasi bahkan memanfaatkan lingkungan untuk mendukung aktivitas belajarnya. Sebaliknya siswa yang motivasi belajar rendah akan memiliki kemampuan *self regulated learning* yang rendah, dimana siswa akan merasa enggan melakukan tugas yang diberikan apabila ia tahu bahwa dirinya tidak mampu melakukannya, tanpa ada usaha. Keengganan tersebut membuat siswa tidak mampu merencanakan atau mengatur pikiran, perilaku, dan emosinya yang menyebabkan siswa lebih cenderung defensif seperti memilih membolos, menyontek dan sebagainya (Bashori, Mujidin, & Mulyana, 2015).

Penelitian sebelumnya juga pernah dilakukan oleh Fatoni, Rosmaharani dan Rifa'i (2016) yang dilakukan pada lansia, diketahui bahwa secara teoritis dukungan keluarga dapat menurunkan kecenderungan munculnya kejadian yang dapat menyebabkan stres. Apabila kejadian stres terjadi, dengan adanya interaksi pada anggota keluarga dapat memodifikasi dan mengubah persepsi individu untuk mengurangi potensi stres. Dukungan keluarga dapat mengubah respon individu terhadap kejadian stres dan mempengaruhi strategi untuk mengatasi stres.

Dukungan sosial keluarga menurut House dan Kahn (1985) didefinisikan sebagai tindakan bersifat membantu yang melibatkan emosi, pemberian informasi, bantuan instrumental dan penilaian positif pada

individu dalam menghadapi permasalahannya. Sumber dukungan yang diterima oleh anak akan turut mempengaruhi perkembangannya (Wibowo & Susanto, 2014). Menurut Uchino (2011) dukungan sosial keluarga juga dapat berfungsi sebagai strategi preventif untuk mengurangi stres dan konsekuensi negatifnya. Dukungan sosial mengacu pada kenyamanan, perhatian, penghargaan, atau ketersediaan bantuan kepada seseorang dari orang lain atau suatu kelompok (Vania & Dewi, 2014).

Berdasarkan penjelasan yang telah disampaikan maka perlu dilakukan penelitian lebih lanjut mengenai hubungan dukungan sosial keluarga dengan stres akademik pada siswa dengan sistem *full day school*.

B. Rumusan Masalah

1. Pernyataan Masalah

Penerapan *full day school* yang dilaksanakan dari pukul 07.00 WIB sampai pukul 15.00 WIB menimbulkan rasa bosan, lelah dan kurangnya istirahat pada siswa, maka sistem pembelajaran dengan sistem *full day school* ini membutuhkan kesiapan baik fisik, psikologis, maupun intelektual yang bagus. Pemasalahan ini mengakibatkan anak mengalami perasaan cemas, sulit memotivasi diri, sulit berkonsentrasi yang diakibatkan oleh stres. Dukungan sosial keluarga yang baik diduga dapat mempengaruhi penurunan stres pada siswa-siswi dengan sistem *full day school*.

2. Pertanyaan Masalah

- a. Bagaimanakah dukungan sosial keluarga pada siswa sistem *full day school* SMAN 1 Besuki?

- b. Bagaimanakah stres akademik pada siswa sistem *full day school* SMAN 1 Besuki?
- c. Adakah hubungan dukungan sosial keluarga dengan stress akademik pada siswa sistem *full day school* SMAN 1 Besuki?

C. Tujuan Penelitian

1. Tujuan Umum

Mengidentifikasi dukungan sosial keluarga dengan stress akademik pada siswa sistem *full day school* SMAN 1 Besuki.

2. Tujuan Khusus

- a. Mengidentifikasi dukungan sosial keluarga pada siswa *sistem full day school* SMAN 1 Besuki.
- b. Mengidentifikasi stres akademik pada siswa sistem *full day school* SMAN 1 Besuki.
- c. Menganalisis hubungan dukungan sosial keluarga dengan stress akademik pada siswa sistem *full day school* SMAN 1 Besuki.

D. Manfaat Penelitian

Penelitian ini bermanfaat bagi:

1. Instansi Layanan Kesehatan (Puskesmas)

Hasil penelitian diharapkan dapat dijadikan dasar bagi puskesmas khususnya pemegang program UKS dalam membentuk layanan keperawatan pada siswa yang mengalami stress akademik dengan mengoptimalkan dukungan sosial keluarga.

2. Instansi Pendidikan

Hasil penelitian di harapkan menjadi rujukan bagi instansi pendidikan dalam menerapkan *full day school* dengan mengoptimalkan dukungan sosial keluarga.

3. Peneliti Selanjutnya

Penelitian ini bisa dijadikan sarana menambah pengetahuan untuk peneliti selanjutnya dalam penelitian ini sebagai dasar dalam mengembangkan penelitian lanjutan terkait tentang upaya dalam mengatasi stres akademik pada siswa dengan sistem *full day school* dengan memperhatikan dukungan sosial keluarga.

