

BAB I

PENDAHULUAN

1.1. Latar Belakang Masalah

Stres merupakan reaksi fisiologis dan psikologis pada seseorang ketika dalam kondisi tertekan atau terancam. Stres yang didapatkan ketika menjalani proses pembelajaran disebut dengan stres akademik. Menurut Ayuningtyas, Jumhur dan Fardani, (2021 : 135) “Stres akademik merupakan salah satu permasalahan akademik yang muncul pada siswa yang disebabkan karena adanya ketidaksesuaian antara tuntutan yang diterima oleh individu dengan kemampuan untuk mengatasinya”. Sedangkan menurut Gaol, (2016 : 1) “Stres akademik merupakan problem yang sering dialami oleh siswa yang dimana disebabkan oleh semakin banyaknya tuntutan akademik yang dihadapi seperti tugas sekolah, ujian, lingkungan pergaulan dan lain-lain”. Stres akademik merupakan tekanan yang dirasakan oleh siswa karena adanya beban tugas serta ketegangan psikologis misalnya kesulitan dalam sistem pembelajaran, (Qian dan Fuqiang, 2018:41).

Fenomena stres akademik yang dialami siswa bukan hanya disebabkan oleh tuntutan akademik, tetapi juga adanya kompetisi di lingkungan sekolah untuk memperoleh nilai yang terbaik. Selain itu tuntutan akademik lainnya meliputi adanya jam belajar yang lama, tugas yang terlalu banyak dan jumlah mata pelajaran yang banyak. Hal itu harus dihadapi pesertadidik untuk memenuhi kebutuhan dan kualitas hidup di masa depan, tentunya juga berdasarkan kurikulum yang ada di sekolah. Stresor akademik pada siswa, yaitu stres yang bersumber dari kegiatan di lingkungan sekolah yang menimbulkan gejala takut nilai rendah, mengkhawatirkan karena banyak belajar, dan kurangnya pemahaman terhadap pelajaran. Hal ini sesuai dengan yang diungkapkan oleh Shahmohammadi (2011:395) menyampaikan

hal ini dengan menyatakan bahwa “sumber stres akademik siswa antara lain adalah ujian, jumlah dan kerumitan materi yang harus dipelajari, kesulitan dalam memahami materi, dan banyaknya tugas”.

Dalam keberhasilan suatu pembelajaran akan menghadapi permasalahan, salah satunya masa transisi dari SMP ke SMK pada kelas X, terutama pada jurusan Akuntansi yang dimana tingkat pemahaman siswa terhadap istilah-istilah mengenai akuntansi dasar masih kurang, hal tersebut dikarenakan akuntansi merupakan ilmu yang baru di dapat ketika siswa memasuki jenjang SMK. Diawal SMK siswa belum banyak memahami materi akuntansi, dan juga siswa mendapatkan mata pelajaran yang lebih banyak dibanding saat SMP. Selain itu siswa kelas X masih belum mengenal teman-teman barunya sehingga mereka belum dapat menyesuaikan diri di lingkungan belajarnya. Transisi dari masa sebelumnya menjadi sumber stress bagi siswa kelas X, hal ini sesuai yang diungkapkan oleh Fitria (2018 : 8) menyebutkan sekolah menengah atas berada pada masa transisi, sehingga tidak sedikit siswa mengalami kesulitan dalam mengembangkan dirinya karena terhambat oleh masalah-masalah seperti penyesuaian diri, konflik dengan orang tua atau teman, masalah pribadi atau masalah akademis yang semuanya dapat menjadi sumber stress akademik.

Adapun salah satu faktor yang mempengaruhi stres akademik dalam lingkungan sekolah adalah Efikasi Diri. Hal ini sesuai dengan penelitian yang dilakukan oleh Sri Utami, dkk (2020) menunjukkan hasil bahwa *self-efficacy* berpengaruh secara signifikan terhadap stress akademik. Kontribusi yang ditunjukkan oleh *self-efficacy* bersifat negatif dalam artian ketika *self-efficacy*

meningkat maka stress akademik menurun. Efikasi diri dianggap sangat penting dalam mempengaruhi stres akademik siswa karena akan membimbing siswa dalam memiliki kepercayaan diri untuk mengatasi tantangan dan tuntutan akademik yang ada di sekolah. Menurut Hernandez (2016 : 557) “Efikasi diri adalah seperangkat penilaian individu tentang kemampuan mereka sendiri untuk mengatur dan melaksanakan tindakan atau tugas yang diperlukan dalam mengelola situasi yang memungkinkan dan spesifik”. Jadi efikasi diri siswa sebenarnya adalah keyakinan siswa bahwa dia dapat melakukan beberapa tugas dengan sukses.

Keyakinan siswa mempengaruhi kemampuan mereka dalam proses pendidikan yang dimana keyakinan diri siswa ini secara terus-menerus dapat memberikan kekuatan dalam diri mereka untuk berhasil dan mengatasi situasi apa pun. “Siswa dengan efikasi diri yang tinggi percaya bahwa ia dapat menghadapi setiap peristiwa dan situasi secara efektif dan memiliki kepercayaan diri yang tinggi untuk berhasil dalam tugas apapun dan mengatasi hambatan apapun”, (Sarkar dan Chattopadhyay, 2017 : 22). Oleh karena itu stres akademik yang dialami siswa akan berkurang karena semakin tingginya efikasi diri siswa maka semakin rendah stres akademik yang mereka rasakan. Menurut (Olejnik & Holsbuh : 2007) juga menjelaskan bahwa “penyebab stres akademik adalah karena kurangnya pengetahuan seseorang terhadap kemampuan yang ada pada dirinya dalam menghadapi tantangan dan tugas akademik, yang meliputi keraguan dan tidak ketidakyakinan dalam menghadapi tantangan”.

Selain efikasi diri faktor lainnya yang mempengaruhi tingkat stres akademik adalah dukungan sosial. Dalam penelitian ini, peneliti akan fokus pada dukungan

sosial dari teman sebaya dari sekolah. Dukungan sosial bisa muncul dari teman-teman yang memiliki usia atau tingkat yang sama karena mereka biasanya memiliki pengalaman yang hampir sama dan mungkin akan dapat membantu satu sama lain untuk mengatasi masalah. Hal ini sesuai dengan pendapat Oktariani (2018:101) yaitu “teman sebaya adalah kelompok individu yang memiliki usia dan tingkat kedewasaan yang kurang lebih sama dengan temannya”. Oleh karena itu, dukungan sosial teman sebaya dapat memberikan dampak positif bagi temannya karena dapat berpikir positif dan *support* yang kuat bahwa ia dapat menghadapi rintangan dan hambatan yang ada. Terkait dengan stres akademik, dukungan sosial mengacu pada interaksi dalam jaringan sosial seseorang dengan cara yang membantu individu dalam menemukan solusi untuk masalah akademik di sekolah, (Ursin, Jarvinen, dan Pihlaja, 2020:4). Menurut Sarafino dan Smith (2011: 81) “dukungan sosial adalah suatu kesenangan, perhatian, penghargaan, ataupun bantuan yang dirasakan dari orang lain atau kelompok”. Teman sebaya merupakan sumber dukungan yang penting di masa remaja khususnya pada siswa. Ketika siswa merasa sulit untuk mengerjakan tugas, maka teman sebaya dapat memberikan dukungan berupa perhatian dan dapat membantunya dengan diskusi tentang menangani tugas.

Siswa yang mengalami stres akademik rendah cenderung memiliki dukungan sosial yang mendukung sehingga dia mampu mengalami kesulitan akademik dan tetap bersemangat ketika menghadapi kemunduran dan tantangan di sekolah. Sebaliknya siswa yang tanpa memiliki dukungan sosial yang optimal akan merasakan kesulitan dan mudah menyerah dalam menghadapi tantangan akademik. Lingkungan sosial yang rendah pengawasan mempengaruhi siswa mengalami

tingkat stres. Akibat dari lingkungan yang rendah pengawasan siswa tidak mendapatkan pengendalian dari pihak lain dalam melakukan dan mengelola aktivitas, sehingga siswa bebas melakukan aktivitas tanpa memperhatikan dan membutuhkan adanya dukungan sosial.

Berdasarkan hasil wawancara yang dilakukan dengan Ibu Evi Taruli selaku guru mata pelajaran Akuntansi Dasar kelas X Akuntansi di SMK Negeri 7 Medan, mengatakan bahwa pesertadidik masih kesulitan dalam memahami materi akuntansi karena mengalami masa transisi dari SMP ke SMK jadi masih menyesuaikan diri dengan mata pelajaran akuntansi, kurang semangat dan terlihat tidak aktif dalam kegiatan pembelajaran baik melalui daring dan PTM terbatas, banyak siswa yang masih kurang berkonsentrasi, merasa mudah jenuh saat belajar karena berubah-ubahnya sistem pembelajaran dan sering menunda dalam mengerjakan tugas serta beberapa siswa kurang yakin dengan tugas yang dikerjakannya karena kurangnya latihan dan memahami pelajaran akuntansi.

Kemudian hasil wawancara dengan beberapa siswa kelas X Akuntansi di SMK Negeri 7 Medan, mendapatkan informasi bahwa pada saat proses pembelajaran siswa merasa pusing karena berubahnya sistem pembelajaran baik online maupun PTM dan merasa kesulitan dengan materi yang dipelajari sehingga timbul rasa bosan dan sulit berkonsentrasi dalam belajar. Siswa juga dituntut untuk lebih aktif dalam proses belajar serta dalam mencari materi pelajaran, selain itu adanya tugas praktek dan PR yang dirasa begitu banyak dari guru mata pelajaran yang berbeda, kemudian kurangnya rasa percaya diri untuk menyelesaikan tugas tepat waktu dan terkadang beberapa siswa merasa kurang yakin dapat memperoleh

nilai yang baik jika dibandingkan dengan temannya, siswa juga menambahkan terkadang lebih memilih mencontek pekerjaan temannya untuk memperoleh nilai yang lebih baik dan beberapa orang siswa juga mengatakan harus mengerjakan tugas tersebut hingga larut malam.

Berdasarkan hasil wawancara diatas dapat disimpulkan bahwa siswa SMK Negeri 7 Medan mengalami kebosanan dalam belajar baik secara online maupun PTM terbatas dan juga mengalami kesulitan dalam mengerjakan tugas sekolah. Hal itu dikarenakan adanya masalah jaringan internet yang membuat siswa semakin malas dalam mengikuti pembelajaran daring. Selain itu jaringan internet yang mudah terputus membuat siswa sulit memahami penjelasan dari guru, sehingga siswa mengalami stress. Hasil wawancara itu juga menunjukkan siswa mengalami kelelahan dikarenakan banyaknya tugas yang diberikan oleh guru dengan jangka waktu yang menurut mereka terlalu singkat ditambah dengan terbenturnya dengan pengumpulan tugas dari mata pelajaran yang lainnya. Hal ini membuat siswa tersebut mengalami gejala stress akademik.

Berdasarkan observasi yang dilakukan penulis, siswa kelas X Akuntansi di SMK N 7 Medan mengalami stress akademik karena keadaan pandemic covid-19. Komisi Perlindungan Anak Indonesia (KPAI) telah menerima laporan bahwa 79,9% siswa tidak senang belajar dari rumah karena 76,8% guru tidak melakukan interaksi selain memberikan tugas (Fakhri, 2020). Sementara riset yang dilakukan Populix menemukan dampak negatif yang utama dari pembelajaran online adalah siswa-siswi kesulitan dalam berkonsentrasi sebesar 86% dan kurangnya keterampilan sosial sebesar 73% (Risna Halidi, 2021). Melalui data tersebut dapat

dilihat bahwa sistem belajar daring mempengaruhi sistem belajar sekarang yang kembali seperti sebelum pandemic Covid-19 dan menyebabkan potensi stress pada siswa meningkat, terutama siswa sekolah menengah tingkat akhir. Maka dari itu dampak pembelajaran online tersebut dapat mempengaruhi PTM Terbatas dan pembelajaran offline sekarang karena dengan berubahnya sistem pembelajaran tersebut ternyata dapat menimbulkan stres dikalangan siswa (Bahrodin dan Widiyati, 2021). Perubahan sistem pembelajaran saat ini menuntut siswa harus mampu beradaptasi dengan sistem pembelajaran yang dilaksanakan secara campuran atau biasa disebut dengan *hybrid learning* (menggabungkan antara pembelajaran online dengan PTM Terbatas). Jadi dalam waktu yang bersamaan separuh siswa mengikuti pembelajaran tatap muka di sekolah, setengahnya lagi mengikuti pembelajaran dari rumah secara online. Atas adaptasi itu, membuat para siswa banyak mengalami kelelahan, bosan dan stres dalam belajar.

Berdasarkan fenomena yang terjadi pada siswa kelas X Akuntansi SMK Negeri 7 Medan, jika siswa memiliki efikasi diri yang rendah dan kurang mendapatkan dukungan dari teman sebaya, maka tentu saja mereka tidak mampu mengatasi stress akademik dengan baik. Fenomena yang telah dijelaskan diatas membuat peneliti tertarik karena membahas mengenai reaksi individu ketika tidak mampu dalam menyelesaikan suatu tantangan dalam hidupnya yang ditandai dengan gejala-gejala yang dapat diamati. Oleh karena itu peneliti merumuskan judul skripsi pada penelitian ini adalah: “Pengaruh Efikasi Diri dan Dukungan Sosial Teman Sebaya terhadap Stres Akademik Siswa Kelas X Akuntansi SMK Negeri 7 Medan”.

1.2. Identifikasi Masalah

Berdasarkan uraian latar belakang masalah diatas, maka peneliti mengidentifikasikan masalah sebagai berikut:

1. Rendahnya Efikasi diri pada siswa kelas X Akuntansi SMK Negeri 7 Medan
2. Kurangnya Dukungan sosial teman sebaya pada siswa kelas X Akuntansi SMK Negeri 7 Medan
3. Stres akademik siswa masih tinggi sehingga siswa kurang mampu menghadapi tantangan disekolah.

1.3. Batasan Masalah

Berdasarkan identifikasi masalah diatas, maka peneliti membatasi penelitian ini hanya pada Pengaruh Efikasi diri siswa dan Dukungan sosial teman sebaya terhadap stres akademik siswa kelas X Akuntansi SMK Negeri 7 Medan T.A 2021/2022.

1.4. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang dan identifikasi masalah yang telah diuraikan diatas, maka rumusan masalah pada penelitian ini adalah sebagai berikut:

1. Apakah efikasi diri berpengaruh terhadap stres akademik siswa kelas X Akuntansi SMK Negeri 7 Medan?
2. Apakah dukungan sosial teman sebaya berpengaruh terhadap stres akademik siswa kelas X Akuntansi SMK Negeri 7 Medan?
3. Apakah efikasi diri dan dukungan sosial teman sebaya berpengaruh terhadap stres akademik siswa kelas X Akuntansi SMK Negeri 7 Medan?

1.5. Tujuan Penelitian

Berdasarkan rumusan masalah yang telah dijelaskan diatas, maka tujuan penelitian ini adalah sebagai berikut:

1. Untuk mengetahui pengaruh efikasi diri terhadap stres akademik siswa kelas X Akuntansi SMK Negeri 7 Medan
2. Untuk mengetahui pengaruh dukungan sosial teman sebaya terhadap stres akademik siswa kelas X Akuntansi SMK Negeri 7 Medan
3. Untuk mengetahui pengaruh efikasi diri dan dukungan sosial teman sebaya terhadap stres akademik siswa kelas X Akuntansi SMK Negeri 7 Medan

1.6. Manfaat Penelitian

Adapun penelitian ini diharapkan dapat bermanfaat diantaranya adalah sebagai berikut:

1. Bagi peneliti, untuk memperluas wawasan serta meningkatkan pengetahuan dalam bidang pendidikan dan memberi informasi tentang pengaruh efikasi diri dan dukungan sosial teman sebaya terhadap stres akademik siswa.
2. Bagi guru dan SMK Negeri 7 Medan sebagai bahan masukan untuk mengurangi stres akademik bagi siswa.
3. Bagi akademik, dapat dijadikan sebagai referensi atau informasi bagi yang ingin melakukan penelitian sejenis