

## BAB I

### PENDAHULUAN

#### A. Latar Belakang Masalah

Proses pendidikan merupakan suatu sistem yang terdiri dari input, proses dan out put. Input merupakan peserta didik yang akan melaksanakan aktifitas belajar, proses merupakan kegiatan dari belajar mengajar sedangkan out put merupakan hasil dari proses yang dilaksanakan. Dari pelaksanaan proses pendidikan tersebut diharapkan dapat menghasilkan sumber daya manusia yang berkualitas dan berdaya saing yang tinggi untuk menghadapi persaingan di era globalisasi. Maka dari itu setiap institusi pendidikan berusaha menghasilkan peserta didik yang berkualitas dan berkompeten. Setiap pengajar dan peserta didik diharapkan dapat menjalani proses pendidikan dengan disiplin yang baik, sehingga peserta didik nantinya tidak mendapatkan hambatan-hambatan dalam menjalani proses pendidikan dan menghasilkan peserta didik yang berkualitas pula. Tetapi, dewasa ini banyak permasalahan yang dialami para pelaku pendidikan.

Khususnya di sekolah, siswa banyak menghadapi masalah baik itu masalah pribadi, sosial, pendidikan, maupun masalah menghadapi masa depan. Di sekolah siswa menghadapi proses kegiatan belajar mengajar tidak selamanya sesuai dengan apa yang diharapkan, karena banyak faktor-faktor tertentu yang menjadi hambatan sehingga tidak mendukung proses belajar yang diharapkan. Setiap siswa berbeda-beda masalah yang dialaminya, faktor penyebab dan tingkat kemampuan terhadap proses belajar pun berbeda. Salah satu permasalahan yang dialami siswa yang akan dibahas pada penelitian ini adalah masalah tekanan dan

tuntutan akademik yang menyebabkan siswa mengalami stres yang biasa disebut dengan stres akademik.

MTsN Lhokseumawe merupakan salah satu sekolah tingkat menengah pertama yang mengadakan sistem kelas unggulan. Disekolah ini terdapat empat kelas unggulan, yaitu pada kelas satu memiliki dua kelas, kelas dua memiliki satu kelas dan kelas tiga memiliki satu kelas. Untuk masuk kekelas unggulan para calon siswa harus mengikuti beberapa seleksi tes, seperti nilai raport harus rata-rata diatas tujuh, tes psikotest, tes akademis, tes mengaji dan ibadah. Konsep yang diterapkan dikelas unggulan ini adalah pembimbingan terpadu (pendekatan secara personal dalam pelajaran). Seperti yang dijelaskan diatas, dikelas unggulan pada MTsN Lhokseumawe ini pun memiliki tingkat nilai standart akademik yang berbeda antara kelas unggulan dan kelas reguler. Nilai standart akademik pada kelas unggulan berbeda-beda tiap pelajaran, dikelas unggulan khususnya standart nilai ini minimal 70 keatas bahkan ada yang 80 minimal.

Dengan diterapkannya sistem akademik seperti ini membuat beberapa siswa mengalami tekanan akademik yang membuat mereka stres. Berdasarkan observasi studi awal yang telah dilakukan, banyak siswa kelas unggulan yang merasa tertekan dengan tuntutan tugas dan lelah dengan lamanya jam belajar disekolah. Beberapa dari mereka mengaku tertekan dan merasa stres saat tidak mampu mengejar target belajar seperti tidak sempat mengerjakan Pekerjaan Rumah karena lelah dan butuh istirahat karena seharian belajar disekolah, ini termasuk dalam stres ringan. Lalu tertekan karena tidak mampu mempertahankan peringkat semester, tidak mampu mengejar ketinggalan dengan teman lain, tidak mampu mewujudkan keinginan orang tua yang berharap dengan peringkat terbaik,

hingga berkeinginan keluar dari kelas unggulan dan ini memasuki stres berat. Sesuai dengan yang dinyatakan Shahmohammadi (dalam Barriyah:2012) menyatakan bahwa stress dibidang akademik pada anak muncul ketika harapan untuk pencapaian prestasi akademik meningkat, baik dari orang tua, guru atau pun teman sebaya dan harapan tersebut tidak sesuai dengan kemampuannya. Dari hasil penelitiannya Shahmohammadi menyimpulkan bahwa penyebab stres dikalangan siswa karena takut tidak mendapatkan tempat diperguruan tinggi, ujian sekolah, terlalu banyak konten yang dipelajari, dan jadwal sekolah yang terlalu padat. Semua stress ini terkait dengan masalah akademik.

Akan tetapi, ternyata tidak semua siswa kelas unggulan di MTsN Lhokseumawe merasa tertekan, diantara mereka ada yang senang dan santai menjalani kegiatan belajar yang demikian. Tapi tak bisa dipungkiri banyak pula siswa yang mengalami stress karena tuntutan akademik bahkan ada pula yang berkeinginan pindah kekelas reguler. Jika mereka diberi pilihan, mereka memilih ingin tetap belajar dikelas unggulan akan tetapi mendapatkan solusi atas permasalahan stres akademik yang mereka rasakan. Banyak siswa yang mengalami stres akibat permasalahan dan tak mampu mencari solusi atas permasalahan yang mereka hadapi.

Jika dikaitkan dengan psikologi perkembangan, siswa pada tingkat Menengah Atas yang berada pada masa remaja stres, ada beberapa masalah yang mereka hadapi seperti kesulitan akademik (stres dalam mengelola waktu belajar/strategi belajar dan cemas menghadapi ujian), konflik dengan teman sebaya, konflik dengan guru dan konflik dengan orang tua. Hal ini juga sesuai dengan hasil penelitian yang dilakukan oleh Elias (dalam Barriyah:2012) pada

376 siswa di Malaysia yang membuktikan bahwa sebagian besar sumber stres remaja berasal dari masalah akademik, terlebih pada siswa tingkat pertama. Apalagi sekarang banyak sekolah memberlakukan program kelas unggulan dan kelas reguler. Dari nama kelasnya saja sudah berbeda dan tentu sistem kegiatan belajar mengajarnya pun juga berbeda.

Tuntutan akademik pada siswa kelas unggulan lebih banyak dibandingkan siswa dikelas reguler. Biasanya ada perbedaan tingkat nilai standart akademik pada tiap-tiap bidang studi. Misalnya, standart nilai akademik pada kelas unggulan akan lebih tinggi dari pada kelas reguler (kelas biasa), lama waktu belajar juga berbeda. Biasanya kelas reguler hanya memiliki 6 sampai 7 jam tapi pada kelas unggulan siswa belajar mulai pagi hingga sore hari yaitu 7- 9 jam tiap harinya, belum lagi banyaknya tugas disekolah dan tugas pekerjaan rumah yang setiap hari diberikan oleh guru bidang study. Sementara mereka memiliki jadwal sekolah yang terlalu padat, seperti yang telah dijelaskan diatas mereka pulang sekolah pada sore hari dan malamnya dilanjutkan dengan mengerjakan tugas pekerjaan rumah yang diberikan oleh guru. Tentu minimnya waktu istirahat juga menjadi permasalahan bagi siswa kelas unggulan. Belum lagi harus bersaing ketat dengan sesama siswa lain yang rata-rata memiliki IQ tinggi. Tekanan atau tuntutan seperti inilah yang membuat siswa terkadang merasa stres dan stres seperti ini dinamakan dengan stres akademik. Stres akademik diartikan sebagai tekanan-tekanan yang dihadapi anak berkaitan dengan sekolah, dipersepsikan secara negatif dan berdampak pada kesehatan fisik, psikis dan performansi belajarnya. Tentu permasalahan tuntutan akademik dikelas unggulan ini erat hubungannya dengan beberapa permasalahan yang dihadapi para peserta didik.

Seperti yang telah dijelaskan diatas, pada umumnya para siswa kelas unggulan lebih banyak menghabiskan waktu bersama guru dan temannya disekolah dibandingkan dengan orang tua dirumah. Oleh karena itu, tentu apabila ada permasalahan yang dialami maka target utama tempat siswa menyampaikan keluhan atau masalahnya ialah kepada guru atau teman sebayanya. Dengan demikian, selain orang tua, maka guru dan teman juga sangat penting perannya dalam memahami masalah yang dihadapi siswa tersebut. Untuk mengatasi permasalahan ini maka pelaksanaan layanan konseling kelompok harus dilaksanakan, alasan utama mengapa harus dilaksanakannya konseling kelompok dalam mengatasi permasalahan stres akademik ini, karena pada konseling kelompok siswa dan guru berperan aktif dalam membangun dinamika kelompok guna menyelesaikan masalah yang sedang dihadapi siswa peserta konseling kelompok. Dalam perspektif konseling, sebagai salah satu bentuk layanan kemanusiaan, teman sebaya dapat dimanfaatkan sebagai salah satu teknik layanan konseling kelompok. Didalam layanan konseling kelompok, teman sebaya dapat berperan sebagai orang yang mendukung satu sama lain.

Berdasarkan pada uraian pendahuluan diatas, maka penelitian yang berjudul “Pengaruh Konseling Kelompok Terhadap Stres Akademik Siswa Kelas VIII Di MTsN Lhokseumawe” penting untuk dilaksanakan.

## **B. Identifikasi Masalah**

Identifikasi masalah adalah masalah-masalah yang mungkin muncul dan dapat diangkat sebagai masalah peneliti. Berdasarkan observasi disekolah MTsN Lhokseumawe adapun yang menjadi identifikasi masalah dalam penelitian ini adalah :

1. Siswa mengalami stres atas tuntutan akademik di sekolah
2. Tidak adanya solusi untuk menurunkan tingkat stres akademik siswa
3. Siswa yang mengalami stres akademik tidak mencoba berkonsultasi dengan orang tua dan guru.
4. Layanan konseling kelompok belum dilaksanakan secara efektif
5. Kurangnya tenaga konselor profesional.

### **C. Pembatasan Masalah**

Berdasarkan identifikasi masalah-masalah di atas, perlu kiranya dilakukan pembatasan masalah dalam penelitian ini agar masalah yang diteliti lebih jelas dan terarah. Masalah penelitian ini dibatasi pada Pengaruh Konseling Kelompok Terhadap Stres Akademik Siswa kelas VIII MTsN Lhokseumawe.

### **D. Rumusan Masalah**

Berdasarkan latar belakang masalah yang di atas, maka dapat dirumuskan masalah dalam penelitian ini adalah:

1. Bagaimana tingkat stres akademik siswa sebelum dilaksanakan konseling kelompok?
2. Bagaimana tingkat stres akademik siswa sesudah dilaksanakan konseling kelompok?
3. Apakah ada pengaruh sebelum dan sesudah dilaksanakannya layanan konseling kelompok terhadap penurunan stres akademik siswa?

### **E. Tujuan Penelitian**

1. Untuk melihat gambaran tingkat stres akademik siswa sebelum dilaksanakannya layanan konseling kelompok pada siswa kelas VIII MTsN Lhokseumawe.
2. Untuk melihat gambaran tingkat stres akademik siswa sesudah dilaksanakannya layanan konseling kelompok pada siswa kelas VIII MTsN Lhokseumawe
3. Untuk melihat pengaruh sebelum dan sesudah dilaksanakannya layanan konseling kelompok terhadap penurunan stres akademik pada siswa kelas VIII MTsN Lhokseumawe.

### **F. Manfaat Penelitian**

1. Manfaat Teoritis
  - a. Penelitian ini dapat bermanfaat dalam memberikan masukan untuk pengembangan ilmu, khususnya untuk melihat pengaruh konseling kelompok terhadap stress akademik siswa.
  - b. Hasil penelitian ini diharapkan dapat memperluas pengetahuan dalam bidang psikologi pendidikan dan bimbingan konseling, mengenai pengaruh konseling kelompok terhadap stres akademik siswa kelas VIII MTsN Lhokseumawe.
2. Manfaat Praktis
  - a. Bagi pihak guru dan konselor disekolah

Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberi masukan kepada pihak guru dan konselor disekolah mengenai program layanan konseling kelompok

dan stres akademik yang dimiliki siswa, sehingga diharapkan dapat bermanfaat dalam pembinaan siswa terutama menurunkan stres akademik yang diperkirakan dapat mengganggu prestasi belajarnya.

b. Bagi para siswa

Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberi masukan kepada para siswa mengenai pengaruh pelaksanaan layanan konseling kelompok dan stres akademik yang dimiliki, sehingga diharapkan dapat digunakan dalam menurunkan stres akademik yang diperkirakan dapat mengganggu prestasi belajarnya.

c. Bagi peneliti

Hasil penelitian ini diharapkan dapat mengembangkan penalaran, membentuk pola pikir dinamis, sekaligus mengetahui kemampuan peneliti dalam menerapkan ilmu yang dipelajari.



THE  
*Character Building*  
UNIVERSITY