

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang Masalah

Kelas unggulan dalam arti secara umum merupakan kelas yang berisi anak-anak yang memiliki bakat akademis atau kecerdasan di atas rata-rata, dilihat dari nilai akademis yang tinggi, IQ yang di atas rata-rata (>120). Pengelompokan ini dimaksudkan untuk membina siswa dalam mengembangkan kecerdasan, kemampuan, keterampilan, dan potensinya seoptimal mungkin sehingga memiliki pengetahuan, keterampilan, dan sikap yang terbaik. Program kelas unggulan ini diselesaikan dalam waktu 3 tahun, mempunyai kurikulum tersendiri, menambah penambahan mata pelajaran sesuai jurusan yang dipilih. Dalam proses belajar siswa kelas unggulan ditargetkan mencapai ketuntasan belajar di atas kelas reguler.

Menurut Direktorat Pendidikan Dasar yang ditulis kembali oleh Agus Supriyono “kelas unggulan adalah sejumlah anak didik yang karena prestasinya menonjol dikelompokkan di dalam satu kelas tertentu kemudian diberi program pengajaran yang sesuai dengan kurikulum yang dikembangkan dan adanya tambahan materi pada mata pelajaran tertentu”.

Kemudian Mulyawati dan Reni-Hawadi Akbar (Hawadi, 2004:182-183) menyatakan bahwa anak berbakat akademik mempunyai beberapa karakteristik yang muncul karena keberbakatannya tersebut, tetapi bisa menimbulkan masalah baginya seperti: a) Anak berbakat akademik mempunyai perspektif yang kritis baik terhadap diri sendiri ataupun terhadap orang lain. Pandangan bahwa mereka

hanya dapat melihat kegagalan saja dapat menyebabkan frustrasi dan keengganan dalam melakukan tugas; b) Anak berbakat akademik mempunyai perbedaan perspektif waktu dan ruang. Anak berbakat akademik mempunyai anggapan bahwa keterlambatan melakukan suatu tugas dapat disebabkan karena memiliki kemampuan untuk mencapai tujuan yang diinginkannya yang hanya masuk akal bagi dirinya; c) Anak berbakat akademik memiliki keragaman alternatif yang valid karena memiliki beberapa keahlian yang dapat menyebabkan kebingungan ketika harus memilih satu kegiatan atau keahlian yang akan ditekuninya; d) Anak berbakat akademik cenderung menekuni minatnya dalam waktu yang lama, sehingga menimbulkan frustrasi bagi staf pengajarnya, sehingga topik yang diminatinya cenderung diabaikan; e) Anak berbakat akademik cenderung bertindak antisosial akibat frustrasi akan kemampuannya yang superior, hal ini terjadi karena kurangnya pekerjaan yang menantang, penolakan dari teman sebaya dan guru.

Dilihat dari permasalahan di atas menunjukkan bahwa masalah terbesar siswa kelas unggulan adalah adanya tekanan berprestasi (stres akademik) yang tinggi sebagai tuntutan lingkungan yang membuat siswa kelas unggulan harus belajar lebih giat lagi serta lebih mempersiapkan diri. Ini menjadikan beban tersendiri bagi siswa kelas unggulan yang dapat berakibat negatif terhadap perkembangan kognitif, emosional, dan psikologis. Hal ini juga sesuai dengan hasil penelitian yang dilakukan oleh Elias (2011) pada 376 siswa di Malaysia yang membuktikan bahwa sebagian besar sumber stres remaja berasal dari masalah akademik, terlebih pada siswa kelas unggulan.

Shahmohammadi (2011) dalam acara 2nd Word Conference On Psychology, Counseling And Guidance menyatakan bahwa “stres di bidang akademik pada anak muncul ketika harapan untuk pencapaian prestasi akademik meningkat, baik dari orang tua, guru ataupun teman sebaya dan harapan tersebut tidak sesuai dengan kemampuannya”. Dari hasil penelitiannya Shahmohammadi menyimpulkan bahwa penyebab stres dikalangan siswa karena: 1) jadwal sekolah yang terlalu padat; 2) kurikulum sekolah yang tinggi; (3) kompetisi di dalam kelas; (4) tugas yang menumpuk; dan (5) ujian-ujian. Semua stres ini terkait dengan masalah akademik (<http://konselingkita.com>, diakses 27 Februari 2013).

Stres akademik diartikan sebagai tekanan-tekanan yang dihadapi anak berkaitan dengan sekolah, dipersepsikan secara negatif dan berdampak pada kesehatan fisik, psikis dan performansi belajarnya. Stres akademik yang dialami siswa secara terus menerus akan mengakibatkan penurunan daya tahan tubuh siswa. Stres jangka panjang juga dapat mempengaruhi mental siswa. Siswa menderita kelelahan mental dan patah semangat. Bagi siswa yang memiliki kemampuan mengatasi stres yang rendah dapat merusak rasa percaya diri. Kombinasi ketidakmampuan siswa mengatasi stres dapat menyebabkan siswa mengalami masalah perilaku, seperti berbuat onar di dalam kelas, berperilaku aneh, merusak diri sendiri, pasif, emosi meledak-ledak, berperilaku anti sosial, menyendiri, mengkonsumsi rokok, obat-obatan, dan alkohol.

Berdasarkan pengamatan selama melaksanakan Program Praktik Lapangan (PPL) pada bulan Oktober fenomena siswa berbakat akademik yang mengalami stres/tekanan masih banyak terjadi di SMA Negeri 1 Pantai Cermin, Kabupaten

Serdang Bedagai sekitar 60% siswa berbakat menghadapi tekanan dalam bidang akademik. Informasi ini diperoleh melalui wawancara dengan siswa, guru, konselor, dan pengamatan peneliti selama PPL. Kondisi yang sama juga terjadi di SMA Nur Azizi Tanjung Morawa yang menjadi sasaran penelitian ini. Sekitar 70% siswa berbakat di SMA tersebut mengalami permasalahan stres akademik. Hal ini dapat dilihat dari ciri-ciri yang sering siswa alami seperti tidak dapat berkonsentrasi dalam belajar, resah atau tidak tenang, sering marah-marah, merasa pusing ketika berpikir, murung atau diam dan suka melamun.

Dari hasil wawancara yang dilakukan pada konselor, stres yang terjadi pada siswa di SMA Nur Azizi Tanjung Morawa ini biasanya disebabkan karena jadwal di sekolah tersebut yang terlalu padat dari pagi hingga sore. Selain itu tugas yang diberikan setiap harinya juga banyak. Ditambah lagi ketika mereka harus menghadapi ujian, siswa-siswa tersebut harus berusaha belajar keras agar mereka dapat mempertahankan peringkat kelas mereka. Hal ini dikarenakan persaingan di dalam kelas unggulan cukup ketat. Jika siswa-siswa tersebut tidak lebih giat dalam belajarnya maka kemungkinan peringkat kelasnya akan turun. Karena terlalu fokusnya mereka dalam belajar terkadang siswa-siswa tersebut sering jatuh sakit bahkan sebelum ujian dilaksanakan. Selain itu dampak yang siswa alami ketika mengalami stres diantaranya yaitu tidak dapat berkonsentrasi dalam belajar, nilai pelajaran jadi menurun atau rendah, serta malas untuk bersekolah.

Untuk mengatasi permasalahan ini perlu adanya cara yang benar-benar efektif dan efisien. Cara yang dapat digunakan untuk mengatasi permasalahan tersebut yaitu dengan melakukan bimbingan kelompok dengan teknik *home room*. Alasan

peneliti menggunakan cara ini karena mengingat pada usia remaja seperti siswa SMA masih memiliki kemampuan berpikir yang sangat terbatas, mereka juga senang berkelompok dan lebih suka membahas masalahnya dengan teman sebaya. Hasil pengamatan peneliti, diketahui bahwa guru pembimbing di sekolah SMA Nur Azizi Tanjung Morawa telah melakukan upaya untuk mengurangi stres seperti memanggil siswa yang teridentifikasi mengalami stres akademik, melakukan tanya jawab mengenai keadaan tersebut, lalu guru pembimbing hanya memberikan nasehat. Upaya tersebut kurang efektif. Hal ini diketahui bahwa masih kurang berhasil upaya tersebut karena tidak ada tindak lanjut yang dilakukan sehingga siswa mengalami permasalahan ini berulang-ulang walaupun sudah dinasehati. Jika ini belum efektif maka perlu ada upaya lain yang harus dilakukan pembimbing atau konselor sekolah seperti memberikan layanan bimbingan kelompok dengan teknik *home room*, karena lebih menyenangkan dan meningkatkan keaktifan konseli dalam berpikir serta memahami persoalan selama sesi bimbingan.

Layanan bimbingan kelompok merupakan upaya bantuan untuk dapat memecahkan masalah dengan memanfaatkan dinamika kelompok. Dalam layanan bimbingan kelompok menggunakan pendekatan interaksional, dimana dalam pendekatan tersebut menitikberatkan interaksi atau hubungan timbal balik antar anggota, anggota dengan leader (pemimpin kelompok) dan sebaliknya, yang akan nampak dalam dinamika kelompok. Interaksi itu selain berusaha bersama untuk dapat memecahkan masalah juga setiap anggota kelompok dapat belajar untuk

mendengarkan secara aktif, melakukan konfrontasi dengan tepat, memberikan perhatian yang sungguh-sungguh terhadap anggota lain.

Di dalam kelompok, anggota kelompok akan saling menolong, menerima, berempati dengan tulus. Keadaan ini membutuhkan suasana yang positif antara anggota, sehingga mereka akan merasa diterima, dimengerti, dan menambah rasa positif dalam diri mereka. Bimbingan kelompok bersifat memberikan kemudahan dalam pertumbuhan dan perkembangan individu, dalam arti bahwa bimbingan kelompok memberikan dorongan dan motivasi kepada individu untuk membuat perubahan-perubahan atau bertindak dengan memanfaatkan potensi secara maksimal sehingga dapat mewujudkan diri. Selain itu layanan bimbingan kelompok dengan teknik *home room* juga merupakan suatu program pembimbingan siswa dengan cara menciptakan situasi atau hubungan bersifat kekeluargaan sehingga siswa dihadapkan dengan situasi yang lebih tenang atau tidak tegang. Teknik ini cocok bila digunakan untuk mengatasi siswa yang mengalami stres akademik (Nana Sy. Sukmadinata, 1977 dalam <http://ratnafitriyani.blogspot.com/>, diakses 7 Februari 2013).

Jika dilihat dari tujuan layanan bimbingan kelompok tersebut sangatlah tepat bila dilaksanakan dalam usaha mengurangi stres anak berbakat akademik. Karena dalam layanan bimbingan kelompok kebutuhan-kebutuhan memperoleh penghargaan, kebutuhan untuk diterima atau merasa bagian dalam kelompok, kebutuhan untuk merasa dibutuhkan orang lain, kebutuhan memperoleh prestasi dan posisi, kebutuhan hidup bersama, kebutuhan memperoleh kebebasan, kebutuhan memperoleh kasih sayang dan rasa aman, yang kesemuanya kebutuhan

itu dapat terpenuhi, yang pada akhirnya individu belajar untuk berfikir secara rasional dan logis dalam sikap, persepsi, cara berfikir, keyakinan serta pandangan-pandangan anggota kelompok.

Dari semua uraian di atas, peneliti menganggap penting untuk melakukan penelitian tentang **“Mengurangi Stres Anak Berbakat Akademik Melalui Pemberian Layanan Bimbingan Kelompok Teknik *Home Room* Pada Siswa Kelas XI IPA 1 SMA Nur Azizi Tanjung Morawa T.A 2012/2013”**.

1.2 Identifikasi Masalah

Berdasarkan latar belakang masalah seperti diuraikan di atas, maka peneliti mengidentifikasi masalah dalam penelitian ini sebagai berikut:

- a. Materi pelajaran yang tidak dipahami siswa.
- b. Persaingan untuk memperebutkan juara kelas
- c. Beban pelajaran yang terlalu banyak
- d. Tugas yang menumpuk.
- e. Siswa dituntut untuk berusaha belajar lebih giat pada saat menjelang ujian.
- f. Siswa tidak mampu mengelola stres

1.3 Pembatasan Masalah

Dikarenakan penulis memiliki berbagai keterbatasan baik dari segi waktu, pengetahuan maupun pengalaman, maka penulis membatasi permasalahan penelitian tentang: “Mengurangi stres anak berbakat akademik melalui pemberian

layanan bimbingan kelompok teknik *home room* pada siswa kelas XI IPA 1 SMA Nur Azizi Tanjung Morawa T.A 2012/2013”.

1.4 Rumusan Masalah

Berdasarkan pembatasan masalah di atas, maka yang menjadi rumusan masalah dalam penelitian ini, adalah: “Bagaimana layanan bimbingan kelompok teknik *home room* dapat mengurangi stres anak berbakat akademik pada siswa kelas XI IPA 1 SMA Nur Azizi Tanjung Morawa T.A 2012/2013?”.

1.5 Tujuan Penelitian

Berdasarkan keterangan di atas, maka langkah selanjutnya adalah merumuskan tujuan penelitian ini, yaitu: “Untuk mengetahui pemberian layanan bimbingan kelompok teknik *home room* dapat mengurangi stres anak berbakat akademik pada siswa kelas XI IPA 1 SMA Nur Azizi Tanjung Morawa T.A 2012/2013”.

1.6 Manfaat Penelitian

Setiap kegiatan yang dilakukan dalam hidup ini hendaknya memiliki nilai guna atau manfaat. Demikian juga halnya dengan hasil penelitian ini diharapkan hendaknya memiliki manfaat, diantaranya:

1.6.1 Manfaat praktis

- a. Bagi sekolah, sebagai pertimbangan dalam meningkatkan kualitas dan mutu sekolah dalam mendidik anak-anak berbakat.

- b. Bagi guru pembimbing di sekolah, khususnya untuk membantu siswa/anak berbakat yang mengalami stres dengan dilakukan upaya layanan bimbingan kelompok.
- c. Bagi siswa, sebagai masukan dalam membantu untuk mengurangi stres dengan bantuan dari kelompok.

1.6.2 Manfaat Konseptual

- a. Hasil penelitian ini sebagai alternatif untuk mengurangi stres pada siswa/anak berbakat di SMA.
- b. Sebagai bahan masukan dan sumber referensi bagi penelitian lain yang akan melakukan penelitian dibidang yang sama.