

# BAB I

## PENDAHULUAN

### 1.1 LATAR BELAKANG MASALAH

Dalam UU Nomor 20/2003 tentang Sistem Pendidikan Nasional, Pasal 3, disebutkan bahwa pendidikan nasional berfungsi mengembangkan kemampuan dan membentuk watak serta bermartabat dalam rangka mencerdaskan kehidupan bangsa, serta bertujuan untuk mengembangkan potensi peserta didik agar menjadi manusia yang beriman kepada Tuhan Yang Maha Esa, berakhlak mulia, sehat, berilmu cakap, kreatif, mandiri, dan menjadi warga Negara yang demokratis serta bertanggung jawab.

Tujuan Pendidikan Nasional di Indonesia yang sesuai dengan Pasal 3 Nomor 20/2003 menjelaskan tentang pengembangan potensi anak. Dalam hal ini pengembangan potensi anak di sekolah sangatlah diperlukan guna mewujudkan tujuan Pendidikan Nasional.

Dengan semakin pesatnya perkembangan dunia pendidikan, berkembangnya kurikulum pendidikan dan juga semakin berkembangnya persaingan antar sekolah untuk menjadi sekolah yang terbaik membuat para penyelenggara pendidikan semakin berlomba-lomba untuk memberikan program pendidikan yang terbaik bagi anak didiknya. Berbagai macam program pendidikan ditawarkan kepada masyarakat bahwa program tersebut adalah untuk membekali peserta didik agar menjadi orang yang lebih baik atau dengan kata lain lebih kompeten dibandingkan dengan peserta didik di sekolah lainnya. Namun dengan kondisi tersebut mungkin para penyelenggara pendidikan tidak menyadari

bahwa program yang ditawarkan tersebut justru akan semakin membebani peserta didik.

Lazarus & Folkman (dalam Cooper, 2004) menyatakan bahwa :

Seseorang dapat mengalami stres jika ada tuntutan atau tekanan terhadap dirinya yang melebihi batas kemampuannya. Salah satu tekanan/tuntutan terhadap siswa berprestasi bersumber dari lingkungan sekolah. Tekanan dari lingkungan sekolah dapat membuat siswa menjadi stres. Stres yang berkaitan dengan sekolah salah satunya karena *academic pressures* (tekanan akademik). Tekanan akademik ini bersumber dari proses belajar mengajar atau hal-hal yang berhubungan dengan kegiatan belajar. Tekanan akademik yang cenderung dihadapi oleh siswa antara lain: ujian, persaingan nilai, tuntutan waktu, guru, lingkungan kelas, karir, dan masa depan.

Stress yang dibahas disini adalah stress yang terjadi pada anak berprestasi pada bidang akademik. Efek negatif dari terjadinya stres yaitu mempengaruhi keefektifan individu dalam melakukan sebuah tugas, dapat mengganggu fungsi kognitif, yang menyebabkan masalah, gangguan psikologis dan fisik. Keadaan ini dapat menurunkan prestasi siswa dalam bidang akademik. Selain itu, stres berhubungan langsung dengan prestasi yang rendah di sekolah. Stres dapat membuat seorang siswa merasa tidak sanggup untuk belajar. Stres dan marah akan menghasilkan perilaku agresif dan efek negatif yang tetap ada walaupun peristiwa yang membuat stres sudah tidak ada. Tuntutan/tekanan yang dialami siswa juga dapat bersumber dari orang tua, guru atau teman. Siswa dituntut agar dapat berprestasi di sekolah misalnya mendapatkan nilai tinggi, menyelesaikan tugas dengan baik, dapat masuk perguruan tinggi favorit namun hal ini jika tidak sesuai dengan kemampuan yang dimiliki siswa dapat membuat siswa menjadi stres.

Stres yang terjadi di lingkungan sekolah atau pendidikan biasanya disebut dengan stres akademik. Stres akademik ialah respon yang muncul karena terlalu banyaknya tuntutan dan tugas yang harus dikerjakan siswa. Stres akademik muncul karena adanya tekanan-tekanan untuk menunjukkan prestasi dan keunggulan dalam kondisi persaingan akademik yang semakin meningkat sehingga mereka semakin terbebani oleh berbagai tekanan dan tuntutan.

Berdasarkan uraian di atas dapat disimpulkan bahwa stres anak berprestasi belajar tinggi di bidang akademik adalah kondisi ketegangan yang dialami siswa karena adanya kesenjangan antara tuntutan lingkungan terhadap prestasi akademik serta kemampuan mereka untuk mencapainya, sehingga situasi tersebut mengakibatkan perubahan respon dalam diri siswa, baik secara fisik, ataupun psikologis. stress dalam akademik yang dialami oleh siswa akan mengakibatkan penurunan daya tahan tubuh siswa, dan menderita kelelahan mental maupun patah semangat. Ketidak mampuan siswa dalam mengatasi stress dapat menyebabkan siswa mengalami masalah perilaku, emosi meledak-ledak, merusak diri sendiri, mengkonsumsi narkoba, dan alkohol.

Berdasarkan pengamatan yang telah dilakukan penulis, melalui wawancara dengan siswa, konselor, dan guru bidang studi lainnya di SMA Negeri 8 Medan. Jika siswa –siswa yang berprestasi tidak giat dalam belajar maka peringkat kelasnya akan turun.karena siswa tersebut terlalu fokus untuk belajar,dan terkadang jatuh sakit bahkan sebelum ujian dilaksanakan. Mengingat banyaknya siswa berprestasi belajar tinggi yang mengalami stress dalam menyelesaikan tugas-tugas dari sekolah, persaingan untuk memperebutkan juara kelas, tuntutan orang tua yang terlalu tinggi, siswa tidak mampu mengelola stress maka perlu

diberikan bantuan kepada siswa berupa konseling kelompok, baik itu dari guru bidang studi ataupun dari guru pembimbing. Namun diharapkan peran yang lebih besar yaitu peran guru pembimbing itu sendiri.

Untuk mengatasi permasalahan ini perlu adanya cara yang benar- benar efektif dan efisien. Cara yang dapat digunakan untuk mengatasi hal ini adalah melakukan Konseling Kelompok Eklektik . Alasan peneliti menggunakan cara ini karena mengingat pada usia remaja seperti siswa SMA masih memiliki kemampuan berfikir yang terbatas, dan mereka lebih senang terbuka bercerita dengan teman sebayanya. Jika dilihat dari tujuan layanan Konseling Kelompok Eklektik sangatlah tepat bila dilaksanakan dalam usaha mengurangi stress pada anak berprestasi.

Menurut Natawidjaja dalam (Wibowo, 2005: 32)

Konseling kelompok merupakan upaya bantuan kepada individu dalam suasana kelompok yang bersifat pencegahan dan penyembuhan, dan diarahkan kepada pemberian kemudahan dalam rangka pengembangan dan pertumbuhannya. Bersifat pencegahan dalam arti bahwa klien-klien bersangkutan mempunyai kemampuan untuk berfungsi secara wajar dalam masyarakat, tetapi mungkin memiliki titik lemah dalam kehidupannya sehingga mengganggu kelancaran berkomunikasi dengan orang lain. apabila konseling kelompok itu berhasil, maka titik-titik lemah itu akan segera dapat ditanggulangi tanpa terjadi gangguan kepribadian yang gawat. Bersifat penyembuhan bagi klien yang “ terperangkap” dalam perilaku yang cenderung menyalahkan diri sendiri, akan tetapi persoalan dan kesalahan tindakanya itu tidak terlalu parah, dalam konseling kelompok hanya mempercepat dan memperlancar penyelesaian masalah yang dihadapinya oleh individu- individu yang bersangkutan.

Menurut Latipun dalam ( Lumongga, 2011: 190) Eklektik adalah suatu pendekatan yang berusaha menyelidiki berbagai sistem metode dan tiori dengan tujuan untuk memahami dan menerapkannya dalam situasi konseling.

Dari pengertian diatas dapat disimpulkan bahwa, Konseling Kelompok Eklektik merupakan bantuan kepada individu menyelidiki berbagai sistem metode mengembangkan pribadi, untuk mengatasi masalah- masalahnya, serta memberi kemudahan dalam perkembangan individu itu sendiri untuk melakukan tindakan yang selaras dengan kemampuannya.

Dari semua uraian diatas, peneliti menganggap penting untuk melakukan penelitian tentang “ **Pengaruh Layanan Konseling Kelompok Eklektik Dalam Mengurangi Stress Pada Anak Berprestasi Belajar Tinggi Siswa Kelas XI Di SMA Negeri 8 Medan T.A 2014/2015.**

### **1.2 Identifikasi Masalah**

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

- a. Tugas- tugas siswa yang menumpuk.
- b. Persaingan siswa untuk memperebutkan juara kelas.
- c. Siswa dituntut berusaha untuk belajar segiat mungkin untuk menghadapi ujian.
- d. Ketidak mampuan siswa dalam mengatasi stress
- e. Tuntutan dari orang tua siswa yang terlalu tinggi
- f. Sifat pribadi guru yang dapat memicu stres pada siswanya antara lain kasar, suka marah, kurang senyum, suka membentak, sinis, atau sombong, acuh, dan tidak adil. Dan bosan dengan cara pengajarannya.

g. Ekstrakurikuler siswa yang terlalu padat.

### **1.3 Pembatasan Masalah**

Mengingat banyaknya faktor yang menyebabkan siswa berprestasi yang mengalami stress dan keterbatasan kemampuan, waktu, dana untuk melakukan penelitian ini, peneliti perlu membatasi masalah penelitiannya pada masalah stress anak berprestasi dalam mengelola stress, upaya mengurangi stress pada anak berprestasi adalah dengan Konseling Kelompok Eklektik siswa yang menjadi objeknya adalah “ Siswa Kelas XI Di SMA Negeri 8 Medan Tahun Ajaran 2014/2015”

### **1.4 Rumusan Masalah**

Berdasarkan pembatasan masalah diatas, maka yang menjadi rumusan masalah dalam penelitian ini adalah,”Apakah ada Pengaruh Layanan Konseling Kelompok Eklektik Dalam Mengurangi Stress pada Anak Berprestasi Belajar Tinggi Siswa Kelas XI Di SMA Negeri 8 Medan T.A 2014/2015?”.

### **1.5 Tujuan Penelitian**

Dengan mengetahui tujuan penelitian, penulis dapat mengarahkan pemikirannya serta menempatkan uraian- uraian yang wajar . Langkah selanjutnya adalah merumuskan tujuan penelitian ini, yaitu“ Untuk Mengetahui Pengaruh Layanan Konseling Kelompok Eklektik Dalam Mengurangi Stress pada Anak Berprestasi Belajar Tinggi Siswa Kelas XI di SMA Negeri 8 Medan Tahun Ajaran 2014/2015.

## 1.6 Manfaat Penelitian

Setiap kegiatan yang dilakukan dalam hidup ini hendaknya memiliki nilai guna atau mamfaat, demikianlah juga dengan hasil penelitian ini diharapkan memiliki mamfaat, diantaranya :

### 1.6. 1 Mamfaat Praktis

- a. Bagi sekolah, dapat dijadikan sebagai pertimbangan dalam meningkatkan kualitas dan mutu bagi sekolah dalam mendidik siswa-siswa berprestasi.
- b. Bagi guru pembimbing di sekolah, khususnya dapat membantu siswa/ anak berprestasi yang mengalami stress dengan dilakukannya upaya layanan konseling kelompok.
- c. Bagi siswa, sebagai masukan dalam membantu untuk mengurangi stress dengan bantuan dari kelompok dan dari konselor.

### 1.6.2 Mamfaat Konseptual

- a. Hasil penelitian sebagai alternatif untuk mengurangi stress pada siswa/ anak berprestasi.
- b. Sebagai bahan masukan dan sumber referensi bagi penelitian lain yang akan melakukan penelitian dibidang yang sama