

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang Masalah

Pendidikan dapat berperan sangat penting bagi individu untuk meningkatkan ilmu pengetahuan baru serta taraf hidup seorang individu, sehingga pendidikan merupakan salah satu jembatan yang berperan penting untuk seorang individu. Menurut Nurlatifah (dikutip Ramadhani, 2020) pendidikan berfungsi meningkatkan hidup yang lebih baik, memiliki kemampuan, individu menjadi cerdas, dapat bersosialisasi dengan baik. Menurut Hamalik (dikutip Ade, 2019) pendidikan adalah suatu proses dari aktivitas yang dilakukan siswa sehingga seorang siswa memiliki kemampuan untuk menyesuaikan lingkungan serta membuat dirinya berfungsi kuat serta bersosialisasi didalam kehidupan bermasyarakat. Kemudian tujuan dari pendidikan yang tertulis dalam Undang-undang No.20 tahun 2003 menjelaskan sistem pendidikan nasional memiliki fungsi sebagai berikut “Pendidikan nasional berfungsi untuk mengembangkan kemampuan dan membentuk watak serta peradaban bangsa, bertujuan untuk berkembangannya potensi peserta didik agar menjadi manusia yang beriman dan bertaqwa kepada Tuhan Yang Maha Esa, berakhlak mulia, sehat, berilmu, cakap, kreatif, mandiri, dan menjadi warga negara yang demokratis serta bertanggung jawab”.

Dalam undang-undang yang diutarakan oleh Pemerintah Republik Indonesia Nomor 17 Tahun 2010 tentang pengelolaan dan penyelenggaraan pendidikan Pasal 1 Ayat 13 menyatakan “Sekolah Menengah Atas, yang selanjutnya disingkat SMA, adalah salah satu bentuk satuan pendidikan formal yang menyelenggarakan pendidikan umum pada jenjang pendidikan menengah

sebagai lanjutan dari SMP, MTs, atau bentuk lain yang sederajat atau lanjutan dari hasil belajar yang diakui sama/setara SMP atau MTs". Menurut Ade (2019) mengatakan bahwa pemerintah memberikan fasilitas dengan adanya lembaga-lembaga pendidikan agar tercapainya suatu pendidikan, dengan cara salah satunya adalah mengikuti pembelajaran pada bidang Pendidikan Sekolah Menengah Atas (SMA).

Menurut Utami (2015) peran sekolah sangat diperlukan sebagai perkembangan serta taraf kehidupan seorang siswa, untuk dapat mengembangkan kualitas kehidupan peserta didik pendidikan harus dilakukan dengan berkualitas serta efektif untuk siswa, sehingga dapat merubah siswa menjadi individu yang berkualitas tinggi. Namun akibat dari pandemi *covid-19* ini bidang pendidikan mengalami penurunan efektivitas proses pembelajaran yang menyebabkan siswa mengalami kesulitan dalam mengikuti proses pembelajaran yang berubah-ubah dari pembelajaran yang pernah dilakukan secara *online* kini pembelajaran kembali dilakukan secara tatap muka. Pada siswa yang sebelumnya belum pernah merasakan proses pembelajaran tatap muka pada tingkat pendidikan sekolah menengah atas kemudian kini harus mengikuti proses dari pembelajaran yang berbeda yaitu dilakukan secara tatap muka sehingga membuat siswa merasa belum terbiasa dengan sistem pembelajaran yang baru.

Proses pembelajaran yang dilakukan pada pasca pandemi *covid-19* mengalami penurunan efektivitas yang disebabkan oleh pembagian jumlah siswa yang berada di kelas agar tidak terlalu banyak siswa yang berkumpul, waktu yang digunakan dalam proses pembelajaran terlalu singkat, dan lain sebagainya. Menurut Desmita (2009) dalam proses belajar mengajar terdapat banyak kegiatan dan tuntutan yang dihadapi oleh siswa, tekanan untuk mendapatkan nilai baik,

tekanan untuk dapat naik kelas, banyaknya aktivitas serta tuntutan untuk menyelesaikan tugas sekolah maupun tuntutan untuk menyelesaikan tugas yang ada di rumah yaitu pekerjaan rumah untuk membantu orang tua, kecemasan siswa menghadapi ujian. Selain itu faktor lingkungan yang dihadapi siswa seperti dukungan orang-orang sekitar, jarak dari rumah menuju sekolah, kondisi kelas yang kurang, fasilitas yang digunakan untuk mengikuti proses pembelajaran, strategi yang dijalankan oleh guru dalam proses penyampaian materi-materi kepada siswa, kurikulum yang kurang cocok untuk siswa tersebut, berbagai macam tekanan dan aktivitas tersebut dapat memicu stres akademik siswa.

Menurut Olejnik & Holschuh (2016) stres akademik merupakan kondisi siswa saat merespon banyaknya tuntutan dan tanggung jawab yang harus diselesaikan, sehingga membuat siswa merasa cemas dan tertekan. Menurut Sun, Dunne, Hou, Xu (2011) stres akademik merupakan suatu keadaan yang bersumber dari harapan siswa terhadap hasil yang tinggi akan tetapi hasil yang diterima tidak sesuai, kemudian faktor lain seperti harus dapat menyelesaikan pekerjaan rumah serta tugas dari sekolah, menganggap bahwa materi diberikan sulit sehingga memunculkan pikiran negatif, kehilangan minat untuk menyelesaikan proses pembelajaran menjadi penyebab dari terjadinya stres akademik siswa.

Barseli, Ildil, Nikmarijal (2017) mengutarakan bahwa siswa yang mengalami stres akademik diakibatkan oleh kesulitan penyesuaian yang dialami oleh siswa sehingga siswa kesulitan dalam menerima materi. Ketidakyakinan siswa dalam berhasil dalam mengikuti proses pembelajaran mengakibatkan siswa merasa tertekan, siswa merasa bahwa dirinya tidak dapat mengikuti proses pembelajaran karena materi yang diberikan terlalu sulit. Nilai yang diperoleh tidak

sesuai dengan ekspektasi membuat siswa mengalami kecemasan akan proses pembelajaran selanjutnya. Penilaian siswa yang menganggap bahwa tuntutan mengerjakan tugas terlalu banyak itu sulit, nilai yang belum tentu baik, materi yang diberikan sulit, sehingga hal tersebut dapat memicu stres akademik siswa.

Adapun wawancara dilakukan dengan tiga siswa Sekolah Menengah Atas Negeri 1 Bawang pada tanggal 08 April 2022, siswa mengatakan bahwa selama pergantian pembelajaran menjadi (PTM) Pertemuan Tatap Muka dari (PJJ) Pembelajaran Jarak Jauh siswa merasa senang dapat merasakan kembali pembelajaran tatap muka karena siswa merasa sudah terlalu jenuh dengan proses pembelajaran jarak jauh akan tetapi siswa dalam mengikuti proses pembelajaran tatap muka ini mengalami beberapa kendala yang dikeluhkan siswa berupa faktor eksternal dan faktor internal. Kemudian terdapat indikasi bahwa siswa mengalami stres akademik, adapun gejala fisik dari siswa berinisial A mengatakan “badannya capek kurang istirahat kalau tatap muka harus bangun lebih pagi untuk siap-siap berangkat sekolah”. Siswa juga mengalami gejala perubahan emosional seperti yang dikatakan siswa berinisial A “aku kalau ujian kan sering menyontek di internet tapi kalau tatap muka ini jadi tidak bisa mencontek, rasanya aku mau marah banget kak” siswa berinisial B juga mengatakan “lebih susah tatap muka soal yang dikasih sama guru harus langsung selesai dan dikumpulin jadi tegang cemas sama nilainya” kemudian siswa berinisial C juga mengatakan “takut dimarahin sama mama kalau nilainya jelek jadi nangis”.

Berikut salah satu contoh dari faktor internal yang dialami siswa seperti pola pikir para siswa SMA Negeri 1 Bawang memiliki pemikiran bahwa ternyata pembelajaran tatap muka tidak semudah yang dibayangkan, siswa harus fokus untuk mengikuti pembelajaran tidak dapat melakukan aktivitas yang lain secara

bersamaan, kemudian saat ada ujian mendadak siswa tidak yakin dapat mengerjakan soal itu dengan baik dan nilainya baik karena sebelumnya siswa dapat mencari jawaban melalui internet akan tetapi sekarang tidak bisa dikarenakan sudah pembelajaran tatap muka. Kemudian salah satu contoh eksternal adalah siswa merasa kurang bisa berbaur dengan teman-teman yang lainnya dikarenakan pembelajaran sebelumnya dilakukan secara jarak jauh

Kendala lain yang dialami oleh siswa berinisial C termasuk pada salah satu aspek stres akademik yaitu aspek tekanan belajar yang mengatakan “Mama selalu nyuruh untuk belajar kak terus-terusan kak dan nilainya harus bagus”, kemudian terdapat aspek beban tugas yang dikatakan siswa berinisial A “Guru kalau ngasih tugas aneh-aneh dan banyak banget, ngga satu pelajaran tapi macam-macam”, selanjutnya terdapat aspek kekhawatiran terhadap nilai akademik yang dikatakan oleh siswa berinisial B “Nilaiiku kan ngga bagus-bagus banget kak aku takut kalau ngga bisa masuk universitas yang aku impikan”, kemudian terdapat aspek ekspektasi diri yang dikatakan oleh siswa berinisial C yang mengatakan “Aku udah berusaha belajar terus kak tapi kalau pelajaran matematika pasti nilainya jelek ngga sesuai sama yang aku harpin” , kemudian terdapat aspek keputusan yang dialami oleh siswa berinisial A yang mengatakan “Aku malu sama temen-temen kak kalau aku nilainya jelek tapi emang aku tu kadang emang ngga bisa sama sekali kak”, sehingga dari kendala-kendala tersebut mengakibatkan siswa SMA Negeri 1 Bawang kelas XI mengalami stres akademik.

Peneliti menekankan pada faktor *self efficacy*, dari beberapa faktor pemicu terjadinya stres akademik pada siswa salah satu dari faktor yang menjadi fokus penelitian merupakan *self efficacy* dikarenakan pada hasil wawancara yang telah dilakukan rendahnya *self efficacy* membuat peneliti tertarik memilih *self efficacy*

sebagai faktor terjadinya stres akademik. Seperti yang dialami oleh siswa berinisial A “udah ngga yakin sama diri sendiri kalau ngerjain tugas jadi ketergantungan sama nyontek kak” kemudian siswa berinisial C juga mengatakan “aku ngga pernah bisa yakin aku dapet nilai bagus walaupun aku udah belajar sebanyak mungkin” kemudian siswa berinisial B mengatakan “keyakinan sama diri sendiri kecil banget sih jadi lebih sering ngandelin orang lain”.

Self efficacy menurut Alwisol (2006) merupakan kemampuan akan menilai dirinya, dapat menentukan tindakan yang baik atau buruk, tindakan yang salah atau tepat, melihat sejauh mana kemampuan dirinya dalam mengerjakan sesuai dengan tuntutan yang diberikan. Kemudian menurut Zimmerman (dikutip Herawati, 2020) menjelaskan adapun *self efficacy* adalah penilaian yang dilakukan untuk mengetahui kemampuan dari individu untuk dapat melakukan kegiatan sehari-hari sehingga dapat mencegah terjadinya permasalahan dan mengurangi terjadinya kecemasan.

Penelitian Wulandari & Rachmawati (2014) yang meneliti tentang *self efficacy* dengan kemandirian menunjukkan hasil penelitian bahwa jika semakin meningkatnya tingkat *self efficacy* pada siswa maka akan meningkatkan pula tingkat kemandiriannya untuk menghadapi permasalahan dalam proses pembelajaran sehingga tidak terjadi stres akademik. Tinggi nya tingkat *self efficacy* maka individu tersebut akan semakin dapat menjadi individu yang mandiri dan dapat menyelesaikan masalah-masalah yang sedang dihadapinya. *Self efficacy* adalah sebuah rasa keyakinan yang muncul dari dalam individu yang memiliki tujuan meyakini bahwa dirinya mampu untuk menghadapi tekanan dan masalah yang dihadapi. Sehingga dari hasil penelitian membuktikan bahwa *self efficacy* dapat mempengaruhi siswa dalam menghadapi permasalahannya.

Demikian pula adapun penelitian yang telah dilakukan oleh Mulyadi, Rahardjo, Basuki (2016) dalam penelitian mengenai stres akademik menemukan adanya korelasi yang relevan antara hubungan anak dengan orang tua yang berhubungan dengan stres akademik kemudian tidak adanya dampak signifikan antara efikasi diri dengan harga diri. Berdasarkan penelitian oleh Raisa Namira (2018) tentang *self efficacy* dengan stres akademik yang dilakukan siswa SMA menjelaskan tentang adanya hubungan yang negatif *self efficacy* antara stres akademik, sehingga meningkatnya nya tingkat *self efficacy* maka semakin rendah tingkat stres akademik yang dialami oleh remaja Sekolah Menengah Atas. Dari penelitian tersebut terdapat adanya korelasi pada *self efficacy* dan stres akademik saat proses pembelajaran berlangsung pada remaja SMA di kota Yogyakarta.

Penelitian yang dilakukan peneliti meskipun memiliki kesamaan dengan penelitian yang telah dilakukan oleh Mulyadi dkk (2016) namun ada perbedaan yaitu subjek yang digunakan dengan penelitian sebelumnya berbeda.

Berdasarkan penjelasan diatas, maka peneliti ingin meneliti apakah terdapat hubungan antara *self efficacy* dengan stres akademik Siswa Sekolah Menengah Atas (SMA)?.

1.2 Tujuan Penelitian

Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui hubungan antara *self efficacy* dengan stres akademik pada siswa Sekolah Menengah Atas (SMA).

1.3 Manfaat

1.3.1 Manfaat teoritis

Secara teoritis, hasil penelitian ini diharapkan dapat menambah referensi bagi perkembangan ilmu Psikologi, khususnya Psikologi

Pendidikan berkaitan dengan *self-efficacy* dan stres akademik siswa Sekolah Menengah Atas (SMA).

1.3.2 Manfaat praktis

Secara praktis, penelitian diharapkan penelitian ini bermanfaat bagi siswa Sekolah Menengah Atas (SMA) untuk memberikan informasi tentang *self efficacy* dan stres akademik sehingga informasi tersebut dapat berguna bagi siswa Sekolah Menengah Atas (SMA).

