

BAB 1

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Masa perkembangan siswa usia sekolah menengah pertama adalah masa remaja yang di mulai pada usia 13 hingga 15 tahun. Dalam kurun waktu yang singkat ini, siswa mengalami pertumbuhan yang signifikan dalam hidupnya, tidak hanya secara fisik, tetapi juga emosional, sosial, perilaku, intelektual, dan moral (Marfuah et al., 2017). Rentang usia remaja adalah 10 hingga 21 tahun. Remaja merupakan masa peralihan dari masa anak-anak ke masa dewasa. (Diananda, 2018)

Hasil pembelajaran telah menjadi isu dalam sejarah umat manusia, karena manusia sepanjang hidupnya selalu mengupayakan hasil yang sesuai dengan bidang keahlian dan kemampuannya. Dalam Kamus Besar Bahasa Indonesia prestasi belajar diartikan sebagai hasil evaluasi yang diperoleh dari kegiatan sekolah yang bersifat kognitif dan biasanya ditentukan melalui pengukuran dan evaluasi. Hasil belajar merupakan hasil proses belajar seseorang. Hasil belajar berkaitan dengan perubahan pada diri peserta didik. Perubahan tersebut berupa perubahan pengetahuan, pemahaman, sikap dan perilaku, keterampilan, dan kemampuan. Perubahan arti perubahan akibat pertumbuhan tidak dianggap sebagai hasil pembelajaran. Perubahan akibat pembelajaran relatif permanen dan dapat berkembang (Erba Robani et al., 2021).

Hal ini sejalan dengan tujuan pendidikan nasional sesuai dengan Undang-Undang Nomor 20 pasal 1 (1) tahun 2003 tentang Sistem pendidikan Nasional yang menyatakan: siswa secara aktif mengembangkan potensi kekuatan keagamaan dan spiritual, pengendalian diri, kecerdasan, akhlak mulia, dan keterampilan yang diperlukan bagi dirinya, masyarakat dan negaranya. Berdasarkan undang-undang tersebut, tujuan pendidikan nasional dapat dipahami sebagai suatu keadaan ideal yang senantiasa diupayakan dalam proses

pendidikan, khususnya di sekolah. Pembelajaran mewakili perubahan positif, dengan tahap terakhir adalah perolehan keterampilan, kemampuan dan pengetahuan baru. Belajar adalah suatu proses yang dilakukan seseorang untuk mencapai perubahan tingkah laku yang baru sebagai hasil pengalaman berinteraksi dengan lingkungannya. Sangat sulit bagi siswa yang kurang pengetahuan untuk beradaptasi dan memahami perputaran waktu. Pelajar tidak bisa lepas dari tipu muslihat kemunafikan dan tidak boleh terjebak dalam zaman ilmu pengetahuan dan teknologi yang serba cepat (Ireel et al., 2018)

Baik sebagai siswa yang merasakan langsung ketegangan Ujian, maupun sebagai guru yang berjuang agar siswanya lulus ujian. Saat penulis menghadapi ujian nasional sebagai siswa, permasalahan yang dihadapi adalah stres. Salah satu alasannya adalah skor kelulusan minimum poin terus meningkat dari tahun ke tahun. Di sisi lain, kualitas, fasilitas dan standar pengajaran di sekolah belum membaik, dan hal ini dapat menjadi tantangan nyata. Keadaan seperti di atas pada akhirnya dapat menyebabkan siswa mencari bahan belajar alternatif seperti yang tersedia di pusat-pusat studi, dengan tujuan untuk menambah jam belajar dengan harapan bisa lulus ujian di kemudian hari. Namun karena mahal biaya, tidak semua mampu mengambil pembelajaran tambahan. Oleh karena itu, siswa dengan latar belakang ekonomi di bawah rata-rata tidak punya pilihan selain bergantung pada proses belajar mengajar di sekolah. (Hakim & Saputra, 2020)

Stres sendiri bisa datang dari mana saja dan biasanya menyerang siapa saja. Menurut Kementerian Kesehatan “salah satu sumber stres berasal dari lingkungan sekolah”. Menurut gaol, stres di lingkungan sekolah merupakan hal yang biasa dialami siswa karena banyaknya tuntutan yang mereka hadapi di sekolah. Menurut studi yang dilakukan program *for International Student Assessment* (PSIA) pada tahun 2015, rata-rata siswa di semua negara Organisasi untuk Kerjasama Ekonomi dan Pembangunan (OECD) mengalami stres di sekolah, dan 55% di antaranya merasa cemas, 37% peserta didik sangat gugup dan 52% mengalami kecemasan yang merupakan gejala stres. Di Amerika Serikat, studi yang dilakukan oleh *American Psychological Association* (APA)

menemukan bahwa lingkungan sekolah merupakan penyebab utama stress pada anak-anak Amerika yang berusia antara 8-17 tahun. Dan di Indonesia sendiri menurut Kementerian Kesehatan "salah satu sumber stress remaja adalah lingkungan sekolah". (Soeli et al., 2021a)

Straits Times Singapura dalam laporannya menyampaikan kini lebih banyak remaja dari sekolah-sekolah top mengalami stress akibat sekolah dan mencari bantuan di *Institute of Mental Health (IMH)* Singapura. IMH mengatakan gangguan yang berhubungan dengan stress, kecemasan dan gangguan depresi kini menjadi kondisi umum yang terlihat di *Child Guidance Clinics*, yang merawat anak-anak usia 6-18 tahun. Klinik ini rata-rata menerima sekitar 2.400 kasus baru setiap tahun dari 2012-2017 (Yohanes Enggar Harususilo, 2019). Koordinator Pengawas Ujian Nasional Komisi Perlindungan Anak Indonesia (KPAI), sebanyak 11,8% siswa mengalami tekanan psikis, bahkan juga ancaman terkait pelaksanaan ujian itu. KPAI melakukan pengawasan terhadap 1.165 responden siswa di enam provinsi yakni DKI Jakarta, Banten, Jawa Barat, Jambi, NTB, dan Kalimantan Timur (Davit Setyawan, 2014)

Faktor yang menyebabkan stress anak sekolah diantaranya pikiran atau perasaan negatif tentang diri sendiri, perubahan fisik misalnya permulaan pubertas, beban belajar, misalnya ujian atau bertambahnya pekerjaan rumah seiring waktu, masalah dengan teman di sekolah atau lingkungan sekolah, perubahan besar, seperti pindah rumah, pindah sekolah, atau perpisahan orang tua, penyakit kronis, masalah keuangan di keluarga atau kematian orang terdekat, situasi rumah atau lingkungan sekitar yang tidak aman (Soeli et al., 2021)

Prevalensi gangguan psikoemosional yang ditandai dengan gejala stress pada penduduk usia 15 tahun ke atas adalah sekitar 6,1% dari total penduduk di Indonesia atau setara dengan 11 juta orang. Tingkat stress di antara anak remaja (5-24 tahun) adalah 6,2% depresi berat dapat berujung pada merugikan diri sendiri melalui tindakan bunuh diri (*self harm*). 80-90% kasus bunuh diri disebabkan oleh depresi dan kecemasan, 4,2% pelajar Indonesia pernah

mempertimbangkan untuk bunuh diri, stres remaja dapat disebabkan oleh berbagai macam faktor, antara lain tekanan akademis, perundungan, faktor keluarga, dan masalah ekonomi. (Damayanti et al., n.d.)

Dampak stres sangat luas yang dapat mempengaruhi mental dan fisik. Dampak fisik diantaranya gangguan sistem pencernaan, gangguan sistem imun tubuh, gangguan sistem saraf, gangguan sistem kardiovaskuler, dan masalah kulit. (Sastria & Muhammadiyah Sidrap, n.d.) Sedangkan dampak mental diantaranya gangguan suasana hati, gangguan kognitif, perubahan perilaku. (Azzahra et al., n.d.)

Berdasarkan studi pendahuluan yang dilakukan dengan metode wawancara terhadap 10 siswa kelas 8 di SMP N 1 Keboonarum, 7 diantaranya melaporkan mengalami gejala stres seperti kehilangan nafsu makan, cemas, gelisah, dan takut. Mereka menceritakan bahwa mereka merasa stres karena akan menghadapi ujian kenaikan kelas. Selain itu takut jika mendapat nilai yang di bawah rata-rata menimbulkan perasaan cemas dan takut jika mereka tinggal kelas. SMP N 1 Keboonarum terdapat 7 kelas, setiap kelasnya terdiri dari 25 siswa.

Berdasarkan latar belakang di atas dapat disimpulkan bahwa stres akademik cenderung tinggi. Karena mereka takut akan nilai yang buruk dan tinggal kelas.

B. Rumusan Masalah

Prevalensi gangguan psikoemosional yang ditandai dengan gejala stres pada penduduk usia 15 tahun ke atas adalah sekitar 6,1% dari total penduduk di Indonesia atau setara dengan 11 juta orang. Tingkat stres di antara anak remaja (5-24 tahun) adalah 6.2% depresi berat dapat berujung pada merugikan diri sendiri melalui tindakan bunuh diri (*self harm*). 80-90% kasus bunuh diri disebabkan oleh depresi dan kecemasan, 4,2% pelajar Indonesia pernah mempertimbangkan untuk bunuh diri, stres remaja dapat disebabkan oleh berbagai macam faktor, antara lain tekanan akademis, perundungan, faktor keluarga, dan masalah ekonomi. (Damayanti et al., n.d.). Berdasarkan studi

pendahuluan yang dilakukan dengan metode wawancara terhadap 10 siswa di SMP N 1 Keboonarum, 7 diantaranya melaporkan mengalami gejala stres seperti kehilangan nafsu makan, cemas, gelisah, dan takut.

Berdasarkan permasalahan yang ada, dapat dibuat pertanyaan peneliti yaitu “Bagaimana gambaran tingkat stres anak SMP dalam menghadapi ujian kenaikan kelas di SMP N 1 Keboonarum”

C. Tujuan Penelitian

1. Tujuan umum

Tujuan umum penelitian ini adalah untuk mengetahui gambaran tingkat stress anak SMP dalam menghadapi ujian kenaikan kelas

2. Tujuan khusus

- a. Mendeskripsikan karakteristik responden meliputi usia dan jenis kelamin di SMP N 1 Keboonarum
- b. Mendeskripsikan gambaran tingkat stress anak SMP dalam menghadapi ujian kenaikan kelas di SMP N 1 Keboonarum
- c. Mendeskripsikan tingkat stres berdasarkan karakteristik umur dan jenis kelamin siswa di SMP N 1 Keboonarum

D. Manfaat Penelitian

1. Manfaat Teoritis

Penelitian ini diharapkan dapat menambah pengetahuan dan kajian teori dalam bidang keperawatan jiwa mengenai gambaran tingkat stres anak SMP

2. Manfaat Praktis

a. Manfaat bagi remaja

Hasil penelitian ini dapat memberikan pengetahuan dan pemahaman tingkat stres dalam menghadapi ujian kenaikan kelas

b. Manfaat bagi sekolah

Penelitian ini dapat menambah daftar kepustakaan dibidang kesehatan dan sebagai sumber informasi untuk mengetahui gambaran tingkat stres dalam menghadapi ujian kenaikan kelas

c. Manfaat bagi perawat

Hasil penelitian ini dapat dipakai sebagai bahan masukan yang bermanfaat bagi perawat untuk mengembangkan ilmu keperawatan jiwa dalam memberikan gambaran tingkat stres dalam menghadapi ujian kenaikan kelas

d. Manfaat bagi puskesmas

Hasil penelitian ini dapat dipakai sebagai bahan masukan yang bermanfaat bagi puskesmas untuk mengembangkan ilmu keperawatan jiwa dalam memberikan gambaran tingkat stres dalam menghadapi ujian kenaikan kelas

e. Peneliti selanjutnya

Penelitian ini dapat digunakan sebagai dasar dan sebagai sumber informasi untuk penelitian selanjutnya tentang tingkat stres dalam menghadapi ujian kenaikan kelas

E. Keaslian Penelitian

Tabel 1. 1 Keaslian Penelitian

No	Judul (penelitian,tahun)	Metode	Hasil	Perbedaan
1	Efektifitas Terapi SHG (<i>Self Help Group</i>) dalam menurunkan tingkat stres pada santri menghadapi ujian akhir pondok (Yani et al., 2023)	Skrining menggunakan kuesioner DASS	Sebelum dilakukan terapi <i>self help group</i> 21 orang mengalami stress sedang dengan prosentase 67,8% dan sesudah dilakukan terapi <i>self help group</i> 17 orang mengalami stress sedang dengan prosentase 57,2%	Pada penelitian ini dilakukan disebuah pondok pesantren dengan menggunakan kuesioner DASS dan meneliti tentang cara menurunkan stress dengan terapi SHG (<i>Self Help Group</i>)

No	Judul (penelitian,tahun)	Metode	Hasil	Perbedaan
2	Hubungan Tingkat Stres Sebelum Ujian Masuk Perguruan Tinggi dengan Tingkat Kelulusannya pada Murid SMA(Wibawani et al., 2023)	Skrining dengan menggunakan kuesioner <i>Perceived Stress Scale-10</i> (PSS-10).	menunjukkan tidak terdapat hubungan terhadap tingkat stress sebelum UTBK dan tingkat kelulusan pada murid kelas tiga SMA Alfa Centauri Bandung tahun akademik 2021/2022.	Pada penelitian ini dilakukan di SMA dengan <i>Perceived Stress Scale-10</i> (PSS-10) dan meneliti tentang tingkat stres sebelum masuk perguruan tinggi dengan tingkat kelulusan
3	FAKTOR YANG MEMPENGARUHI TINGKAT STRES PADA MAHASISWA AKHIR(Thasya Nur Oktaviona et al., 2023)	Skrining menggunakan kuesioner <i>general self efficacy,academic motivation scale, dispositional resilience scale, life orientation test-revised, procrastination scale, dan depression anxiety stres scale 21</i> .	Efikasi diri yang dirasakan mahasiswa menunjukkan tinggi sebanyak 150 responden (98,7%). Motivasi belajar mahasiswa menunjukkan tinggi sebanyak 138 responden (90,8%), sedangkan hardiness yang dirasakan mahasiswa rendah sebanyak 135 responden (88,8%). Mahasiswa menunjukkan sifat optimisme yang tinggi sebanyak 113 responden (74,3%), dan mahasiswa juga mengalami prokrastinasi akademik tingkat sedang sebanyak 119 responden (78,3%).	Pada penelitian ini dilakukan di Perguruan Tinggi dengan kuesioner <i>general self efficacy,academic motivation scale, dispositional resilience scale, life orientation test-revised, procrastination scale, dan depression anxiety stres scale 21</i> dan meneliti tentang tingkat stres pada mahasiswa akhir

