

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Siswa adalah anggota masyarakat yang mengembangkan diri melalui berbagai jalur dan jenjang pendidikan. Siswa memegang peran utama dalam proses pembelajaran, karena tanpa siswa, kegiatan mengajar tidak dapat terjadi. Siswa sekolah dasar adalah anak-anak berusia sekitar 6 hingga 12 tahun yang sedang mengalami perkembangan penting dalam hal fisik, berpikir, dan hubungan sosial. Di usia ini, siswa mulai belajar mengatur perilaku sendiri dalam berinteraksi dengan orang tua, teman, dan lingkungan sekitarnya. Anak-anak pada tahap ini tumbuh dengan cepat dan daya tahan tubuh mereka semakin kuat, sehingga tidak mudah jatuh sakit. Memahami tahap perkembangan sesuai usia anak sangat penting. Dengan begitu, orang tua dan guru bisa memberikan dukungan yang sesuai agar kebutuhan anak terpenuhi dan perilaku yang kurang baik dapat dicegah (Ramadhan Lubis et al., 2024).

Setiap anak akan mengalami tahap perkembangan yang berbeda sesuai dengan usia dan tingkat kematangannya. Perkembangan sendiri merupakan proses perubahan yang berlangsung secara teratur, bertahap, dan terus-menerus sejak lahir hingga akhir hayat. Proses ini dialami oleh semua individu, terutama pada masa kanak-kanak hingga dewasa. Disebut sistematis karena perkembangan mengikuti urutan yang jelas, dan bersifat bertahap karena membawa seseorang menuju kondisi yang lebih baik. Perkembangan mencakup berbagai aspek seperti pertumbuhan fisik, pembentukan kepribadian, kemampuan menyesuaikan diri, serta perubahan dalam hal sosial-emosional, berpikir, dan kemampuan berbahasa (Ramadhan Lubis et al., 2024).

Klasifikasi usia dari bayi sampai anak usia sekolah menurut Kementerian Kesehatan Indonesia adalah bayi baru lahir: 0-28 hari, bayi: 0-11 bulan, balita: 1-5 tahun, anak prasekolah 5-6 tahun, Sekolah dasar awal usia 6-8 tahun, Sekolah dasar menengah usia 9-11/12 tahun, Remaja awal 12-14 tahun. Sebagai seseorang yang sedang tumbuh, anak-anak juga mulai mengembangkan kemampuan sosial dan emosional yang penting dalam berinteraksi serta menyesuaikan diri dengan lingkungan sosial yang lebih luas di luar keluarga sesuai tahap perkembangan. Setiap fase dalam pertumbuhan dan perkembangan anak memiliki tugas perkembangan yang perlu dicapai. Pada anak usia sekolah 6-12 tahun, anak-anak dihadapkan pada berbagai tugas

perkembangan yang penting untuk mendukung pertumbuhan fisik, sosial, dan emosional. Anak mulai mempelajari keterampilan fisik yang diperlukan untuk memainkan permainan yang umum dilakukan oleh teman seusianya. Selain itu, anak-anak membangun sikap yang sehat terhadap dirinya sendiri sebagai makhluk yang sedang tumbuh dan belajar menyesuaikan diri dalam pergaulan dengan teman sebaya. Pada tahap ini, anak mulai mengenal dan mengembangkan peran sosial sebagai pria atau wanita yang sesuai dengan norma masyarakat (Khaulani et al., 2020).

Data dari Kemendikbudristek melalui sistem Dapodik untuk per tahun ajaran 2023/ 2025, tercatat sebanyak 24.046.922 siswa terdaftar di jenjang Sekolah Dasar (SD) secara nasional. Di wilayah Provinsi Jawa Tengah sendiri, jumlah siswa SD mencapai 2.595.050 orang. Sementara itu, laporan Kemendikdasmen tahun 2025 mencatat terdapat 79.847 siswa SD yang tersebar di Kabupaten Klaten. Dengan jumlah siswa yang sangat banyak tersebut, penting untuk memperhatikan berbagai faktor yang memengaruhi kesejahteraan dan perkembangan mereka, termasuk tantangan yang dihadapi dalam proses belajar yaitu tekanan akademik yang mengakibatkan stres pada siswa.

Masalah yang terjadi pada siswa sekolah dasar berkaitan dengan tekanan akademik yang anak hadapi sejak dini. Meskipun masih berada pada tahap perkembangan awal, siswa SD sudah dihadapkan pada berbagai tuntutan belajar, seperti banyaknya tugas sekolah, persiapan ulangan, serta harapan dari guru dan orang tua untuk meraih prestasi. Hal ini dapat menimbulkan stres akademik yang berdampak pada kondisi fisik dan emosional anak. Dengan tekanan akademik yang cukup besar sejak dini, penting bagi siswa untuk mendapatkan dukungan sosial yang dapat membantu anak menghadapi tantangan tersebut (Pramudyanti, Yenilia Rezky, 2024).

Dukungan sosial merupakan bentuk bantuan yang diberikan oleh orang-orang terdekat, seperti teman, keluarga, atau individu yang dianggap istimewa. Salah satu bentuk dukungan sosial yang penting bagi anak adalah dukungan dari teman sebaya. Persepsi seseorang terhadap adanya dukungan sosial yang ia terima ternyata memiliki peran penting dalam membantu menghadapi berbagai masalah. Ketika seseorang merasa bahwa dukungan sosial tersedia, hal ini dapat memberikan kekuatan saat menghadapi tekanan, meningkatkan rasa bahagia, dan menunjang kesehatan psikologis secara keseluruhan. Untuk memahami lebih jelas peran dukungan sosial tersebut,

sebuah penelitian melakukan survei terhadap tingkat dukungan sosial dan stres akademik pada anak (Rizqullah & Ansyah, 2024).

Hasil survei yang dilakukan dari penelitian (Rizqullah & Ansyah, 2024) diperoleh data bahwa jumlah anak dengan tingkat dukungan sosial yang tinggi sebanyak 42 orang (18%), sedangkan yang memiliki dukungan sosial pada kategori sedang berjumlah 151 orang (67%). Sementara itu, anak dengan tingkat dukungan sosial yang rendah tercatat sebanyak 35 orang (15%). Adapun pada variabel stres akademik, sebanyak 45 anak (20%) termasuk dalam kategori stres akademik tinggi. Sebanyak 148 anak (65%) berada pada tingkat stres akademik sedang, dan sisanya, yaitu 35 anak (15%) berada dalam kategori stres akademik rendah. Data tersebut menggambarkan bagaimana tingkat dukungan sosial yang diterima anak berhubungan dengan tingkat stres akademik yang mereka alami. Secara emosional, siswa bisa merasa cemas, sedih, atau menarik diri dari lingkungan. Stres siswa akan bertambah jika tidak mendapat dukungan sosial yang cukup, terutama dari teman sebaya. Kurangnya perhatian teman dapat membuat anak merasa kesepian, tidak percaya diri, dan sulit beradaptasi, bahkan menjadi korban perjanjian atau perundungan yang menyelamatkan kondisi mental. Oleh karena itu, dukungan teman sebaya sangat penting agar siswa merasa nyaman, termotivasi, percaya diri, dan mampu menghadapi tekanan, sehingga stres akademik menjadi lebih ringan (Pramudyanti, Yenilia Rezky, 2024).

Stres akademik adalah tekanan yang muncul dalam konteks kegiatan belajar dan pendidikan, yang dapat menjadi sumber stres bagi individu. Salah satu aspek dari stres akademik adalah adanya dorongan atau tekanan untuk meraih hasil belajar yang tinggi. Tekanan ini sering muncul akibat persaingan akademik, baik dari lingkungan sekolah maupun dari orang-orang terdekat. Seseorang mungkin merasa tertekan ketika melihat orang-orang di sekitarnya berhasil meraih prestasi, sehingga muncul keinginan atau tuntutan untuk mencapai hal serupa agar tidak tertinggal. Dorongan dan tekanan tersebut tidak hanya berdampak pada psikologis, tetapi juga berpengaruh signifikan pada kondisi fisik dan kemampuan belajar siswa (Rizqullah & Ansyah, 2024).

World Health Organization (WHO) menjelaskan stres merupakan masalah kesehatan keempat di dunia dan akan menjadi nomor dua pada tahun 2020, prevalensi stres cukup tinggi yaitu 350 juta jiwa di dunia mengalami stres. Prevalensi stres siswa di dunia sebesar 38,91%, di Asia 61,3% dan di Indonesia 71,6%, hal ini menunjukkan

bahwa masalah stres pada anak perlu mendapat perhatian serius (Vivi Silawati et al., 2024).

Komisi Nasional Perlindungan Anak Indonesia (KPAI) menerima rata-rata 456 laporan kasus per bulan atau 5.987 kasus pelanggaran sepanjang tahun 2019, meningkat 76% dari tahun sebelumnya. Lembaga konseling *Personal Growth* mencatat anak usia 1-14 yang mengalami stres tersebut, 40% adalah balita dan 60% anak usia sekolah. Laporan ini turut mengindikasikan adanya peningkatan gangguan stres pada anak di Indonesia misalnya jam belajar yang berlebih, kurang dukungan dari teman sebaya dan tekanan harus berprestasi dapat berubah dari motivasi menjadi beban psikologis anak dan akan berdampak serius (Agustina et al., 2020).

Dinas Kesehatan Kabupaten/Kota Provinsi Jawa Tengah, ditemukan bahwa Kota Salatiga menjadi kota dengan tingkat cakupan pelaksanaan SPM tertinggi se-Provinsi Jawa Tengah (>85%) yang dicapai dalam 5 tahun berturut-turut. Data menunjukkan peningkatan kasus gangguan mental emosional pada siswa sekolah dasar di Kota Salatiga dari 11,5% di tahun 2015 menjadi 20,4% pada tahun 2016, dengan puncak tertinggi di Kecamatan Sidorejo mencapai 27,3%. Kondisi ini dapat memperburuk tekanan stres akademik karena ketidakstabilan emosi membuat siswa sulit mengelola emosi, berkonsentrasi, dan memotivasi diri dalam menghadapi tugas, ujian, dan tuntutan prestasi, yang akhirnya mempengaruhi kesejahteraan psikologis siswa (Khikma & Sofwan, 2021).

Stres pada siswa dapat berdampak serius jika tidak ditangani dengan baik, karena memengaruhi fisik, kognitif, emosi, dan perilaku. Secara kognitif, siswa sulit berkonsentrasi, memahami, dan mengingat pelajaran. Secara emosional, siswa mudah takut, marah, sedih, dan frustrasi. Secara fisik, gejalanya bisa berupa wajah pucat atau memerah, lemas, jantung berdebar, gemetar, pusing, nyeri perut, dan berkeringat dingin. Dengan demikian, penting untuk memahami bagaimana persepsi terhadap dukungan sosial dapat menjadi penolong utama dalam mengurangi faktor stres akademik pada siswa (Pramudyanti, Yenilia Rezky, 2024)

Studi pendahuluan yang dilakukan di SD N 1 Dompol pada tanggal 01 Agustus 2025 didapatkan keterangan bahwa terdapat beberapa siswa yang mengalami kurangnya dukungan sosial dari teman sebaya. Berdasarkan hasil wawancara, ditemukan sebanyak 5 siswa dari kelas V, dan VI tidak suka dengan tugas yang banyak dan kegiatan tambahan dari sekolah membuat lelah. Selain itu, 3 siswa menyampaikan

tidak mempunyai teman dekat yang banyak. Alasan hanya dilakukan wawancara pada kelas III, IV, V, dan VI karena berada pada periode usia yang sama yaitu usia sekolah dasar menengah usia 9-11/12 tahun. Dari hasil studi pendahuluan, diperlukan penelitian lebih lanjut untuk memahami hubungan dukungan interaksi sosial teman sebaya dengan stres akademik pada siswa sekolah dasar. Oleh karena itu, penulis tertarik melakukan penelitian dengan judul “Hubungan dukungan interaksi sosial teman sebaya dengan stres akademik pada siswa SD N 1 Dompol”.

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan hasil studi pendahuluan yang dilakukan pada 01 Agustus 2025 di SD N 1 Dompol, diketahui bahwa interaksi sosial antara teman sebaya belum sepenuhnya berjalan dengan baik. Beberapa siswa masih mengalami kesulitan dalam membangun hubungan sosial, seperti kurangnya kebiasaan saling membantu, serta adanya kecenderungan saling mengabaikan saat teman membutuhkan bantuan. Selain itu, guru kelas menyampaikan bahwa beberapa siswa mudah mengeluh jika mendapat tugas sekolah. Berdasarkan uraian latar belakang, Penelitian mengenai hubungan dukungan teman sebaya dengan stres akademik telah banyak dilakukan pada jenjang SMP, SMA, dan mahasiswa, namun masih sangat jarang dilakukan pada jenjang sekolah dasar. Oleh karena itu, diperlukan penelitian khusus pada siswa SD untuk melihat apakah hubungan tersebut juga terjadi pada usia anak-anak. Sehingga dapat dirumuskan masalah dalam penelitian ini sebagai berikut:

Apakah ada hubungan antara dukungan interaksi sosial teman sebaya dengan stres akademik pada siswa SD N 1 Dompol?

C. Tujuan Penelitian

1. Tujuan Umum

Mengetahui hubungan dukungan interaksi sosial teman sebaya dengan stres akademik pada siswa SD N 1 Dompol.

2. Tujuan Khusus

Adapun tujuan khusus dari penelitian ini adalah:

- a. Mengidentifikasi karakteristik responden siswa SD N 1 Dompol yang menjadi subjek penelitian meliputi usia, jenis kelamin, dan prestasi akademik.

- b. Mengidentifikasi dukungan interaksi sosial teman sebaya yang diterima siswa SD N 1 Dompok dari lingkungan teman sebaya.
- c. Mengidentifikasi stres akademik yang dialami oleh siswa SD N 1 Dompok.
- d. Menganalisis hubungan antara dukungan interaksi sosial teman sebaya dengan stres akademik pada siswa SD N 1 Dompok.

D. Manfaat Penelitian

1. Manfaat Teoritis

Penelitian ini diharapkan mampu memberikan kontribusi sebagai sumber literasi ilmiah mengenai hubungan dukungan interaksi teman sebaya dengan stress akademik. Serta menambah referensi di perpustakaan Universitas Muhammadiyah Klaten khususnya di bidang pengembangan program kesehatan mental di sekolah, serta strategi pencegahan stres pada usia dini.

2. Manfaat Praktis

a. Bagi siswa

Penelitian ini diharapkan memberikan manfaat bagi berbagai pihak. Bagi siswa, hasil penelitian dapat membantu meningkatkan kesadaran akan pentingnya dukungan dari teman sebaya dalam mengurangi stres akademik. Siswa diharapkan mampu membangun sikap saling peduli, menghargai, dan membantu satu sama lain, sehingga tercipta lingkungan belajar yang nyaman dan kondusif.

b. Bagi sekolah

Bagi sekolah, hasil penelitian ini dapat menjadi masukan dalam penyusunan program pembinaan hubungan sosial yang positif antar siswa. Guru dan pihak sekolah dapat memanfaatkannya sebagai bahan pertimbangan dalam memberikan bimbingan maupun konseling terkait stres akademik. Selain itu, penelitian ini juga dapat membantu sekolah mewujudkan iklim pendidikan yang harmonis, ramah anak, dan mampu mendukung keberhasilan belajar secara optimal.

c. Bagi keluarga

Penelitian ini memberikan wawasan bagi orang tua tentang pentingnya membangun dukungan sosial yang positif bagi anak-anak usia sekolah dasar guna membantu mereka mengelola stres secara efektif. Dengan demikian,

keluarga dan lingkungan sosial dapat turut berperan aktif dalam menciptakan suasana yang mendukung kesehatan mental dan perkembangan psikologis yang sehat bagi anak.

d. Bagi Masyarakat

Penelitian ini dapat memberikan wawasan tentang peran interaksi sosial dalam perkembangan psikologis anak. Orang tua dan lingkungan sekitar dapat memahami bahwa dukungan emosional serta hubungan sosial yang positif sangat berpengaruh dalam membantu anak menghadapi tekanan belajar. Hal ini mendorong terciptanya kerja sama antara keluarga, sekolah, dan masyarakat dalam menciptakan lingkungan yang mendukung kesehatan mental anak.

e. Bagi tenaga Kesehatan

Penelitian ini dapat memperluas pemahaman tentang dukungan peran sosial dalam membantu tenaga kesehatan mengelola stres dan menjaga kesehatan mental, sehingga dapat dijadikan referensi untuk penelitian lebih lanjut dan praktik perawatan. Selain itu, penelitian ini juga dapat memberikan pemahaman lebih dalam bagi Unit Kesehatan Sekolah (UKS) pada sekolah sebagai bagian yang berperan penting dalam memberikan dukungan sosial dan intervensi dini terhadap stres akademik siswa, sehingga dapat meningkatkan kesehatan mental dan kesejahteraan mereka secara optimal.

f. Bagi peneliti

Bagi peneliti, penelitian ini menjadi sarana untuk menambah wawasan dan pemahaman mengenai hubungan antara dukungan interaksi sosial teman sebaya dengan stres akademik pada siswa sekolah dasar. Penelitian ini juga dapat melatih kemampuan peneliti dalam merancang, melaksanakan, dan menganalisis sebuah penelitian ilmiah, khususnya di bidang psikologi pendidikan. Selain itu, hasil penelitian ini diharapkan dapat menjadi referensi atau acuan bagi penelitian selanjutnya yang mengkaji topik serupa.

E. Keaslian Penelitian

Tabel 1.1 Keaslian penelitian

No	Nama peneliti	Judul penelitian	Metode penelitian	Hasil penelitian	Perbedaan dengan yang diteliti
1	Maharani, Khoirunnisa, Fauzan, Muhamad KonselingBimbingan, Indonesia, Universitas Pendidikan (2024)	Analisis Hubungan Antara Dukungan Teman Sebaya dan Tingkat Stres Akademik pada Mahasiswa Pendidikan Bahasa Arab UPI	Jenis penelitian yang digunakan bersifat kualitatif dengan metode deskriptif. populasi penelitian ini menggunakan metode <i>purposive sampling</i> .	Hasil penelitian menunjukkan bahwa dukungan teman sebaya, baik dukungan emosional maupun instrumental, memainkan peran penting dalam mengurangi stres akademik. Dukungan ini meningkatkan motivasi, pemahaman materi, dan kepercayaan diri mahasiswa.	Perbedaan penelitian terletak pada Jenis penelitian. Pada peneliti terdahulu bersifat kualitatif dengan metode deskriptif, Teknik pengambilan sampel menggunakan metode <i>purposive sampling</i> . Sedangkan penelitian ini menggunakan metode kuantitatif dan Teknik pengambilan sampel menggunakan <i>total sampling</i> dan akan dilakukan di SD N 1 Dompol, Kemalang.
2	Rizqullah, Risa Daffa Ansyah, Eko Hardi (2024)	Dukungan Sosial dan Stres Akademik pada Siswa	Jenis desain penelitian ini kuantitatif korelasional, dan menggunakan pengambilan sampel acak sederhana.	Hasil penelitian menunjukkan korelasi negatif yang signifikan ($r = -0.682$, $p < 0.05$) antara dukungan sosial dan stres akademik, yang menunjukkan bahwa tingkat dukungan sosial yang lebih tinggi berhubungan dengan stres akademik yang lebih rendah di kalangan siswa.	Perbedaan penelitian terletak pada jenis pengambilan sampel, pada penelitian terdahulu menggunakan sampel acak sederhana, sedangkan penelitian ini menggunakan <i>total sampling</i> yang akan dilakukan di SD N 1 Dompol, Kemalang
3	(Hidayat, 2021)	Pengaruh Dukungan Sosial Teman Sebaya terhadap Motivasi	Metode penelitian: penelitian yang bersifat kuantitatif, menggunakan Teknik	Hasil penelitian adalah kategori sedang dengan rincian kategori tinggi sebanyak 27 siswa (17,4%), kategori sedang	Perbedaan penelitian terletak pada teknik pengambilan sampel pada penelitian terdahulu yaitu <i>quota sampling</i> dan <i>purposive sampling</i> .

No	Nama peneliti	Judul penelitian	Metode penelitian	Hasil penelitian	Perbedaan dengan yang diteliti
		Berprestasi pada Siswa Kelas XI Jurusan Teknik Kendaraan Ringan dan Otomotif SMK Muhammadiyah 1 Kapanjen	<i>quota sampling dan purposive sampling</i> sebanyak 155 siswa.	sebanyak 105 siswa (67,7%), kategori rendah sebanyak 23 siswa (14,8%). Tingkat motivasi berprestasi subjek secara umum berada dalam kategori sedang dengan rincian kategori tinggi sebanyak 27 subjek (17,4%), kategori sedang sebanyak 108 subjek (69,7%), kategori rendah sebanyak 20 subjek (12,9%).	Sedangkan pada penelitian ini menggunakan Teknik <i>total sampling</i> dan pada penelitian terdahulu meneliti variabel dukungan teman sebaya dan motivasi berprestasi sedangkan pada penelitian ini meneliti variabel dukungan teman sebaya dan stres akademik yang akan dilakukan di SD N 1 Dompol, Kemalang.
4.	(Pramudya nti, Yenilia Rezky, 2024)	Hubungan dukungan teman sebaya dengan stres akademik pada siswa sma negeri 6 bulukumba	Metode penelitian: penelitian yang bersifat kuantitatif, menggunakan teknik <i>random sampling</i> sebanyak 145 siswa.	Hasil penelitian ini menunjukkan terdapat hubungan antara dukungan teman sebaya dengan stress akademik pada siswa kelas XII SMA Negeri 6 Bulukumba dengan nilai sebesar (r = -264) dan nilai signifikan (p= 0,001).	Perbedaan penelitian terletak pada teknik pengambilan sampel pada penelitian terdahulu yaitu <i>random sampling</i> . Sedangkan pada penelitian ini menggunakan Teknik <i>total sampling</i> dan akan dilakukan di SD N 1 Dompol, Kemalang.

