

# **BAB I**

## **PENDAHULUAN**

### **A. Latar Belakang Masalah**

Individu merupakan makhluk hidup yang senantiasa berinteraksi dengan dirinya, orang lain, dan lingkungannya guna memenuhi kebutuhan hidup. Dan ketika berinteraksi, individu dihadapkan pada tuntutan-tuntutan, baik dari dalam dirinya, dari orang lain, maupun dari lingkungannya. Apabila individu tidak mampu untuk mengendalikan dorongan-dorongan negatif yang berasal dari dalam diri kita maka terciptalah perasaan cemas yang berujung kepada stres.

Siswa adalah sekelompok orang dengan usia tertentu yang belajar, baik secara kelompok atau perorangan. Siswa juga disebut sebagai murid atau pelajar. Bagi siswa yang mempunyai kemampuan luar biasa, membutuhkan penanganan khusus untuk menyalurkan kecerdasan mereka dalam suatu kelas khusus yang dapat memungkinkan siswa menyalurkan bakatnya dan dapat menyelesaikan pendidikan lebih cepat daripada seharusnya disebut dengan siswa akselerasi.

Akselerasi berarti loncatan kelas atau tingkat yang lebih tinggi dari masa studi normal. Dan sebagai kurikulum, akselerasi berarti mempercepat bahan ajar dari yang biasa disampaikan kepada kelas reguler sehingga siswa akan menguasai banyak pengalaman belajar namun dalam waktu yang sedikit. Siswa akselerasi pun akan memiliki beban yang lebih banyak karena materi pelajaran yang diberikan jauh lebih

banyak daripada kelas reguler. Dengan beban tugas belajar yang banyak bisa menjadi tekanan bagi siswa yang mengakibatkan perasaan takut gagal, jenuh dan takut tidak bisa membahagiakan orang tuanya.

Adapun stres yang dialami oleh pelajar sekolah, yaitu *tekanan dari orang tua*. Terdapat siswa yang mengikuti akselerasi karena keinginan orang tua karena orang tua ingin yang terbaik untuk masa depan anak-anaknya, dan untuk mencapai nilai terbaik, bahkan orang tua juga membebani anak-anaknya dengan berbagai kursus pelajaran yang dapat secara langsung maupun tidak langsung mempengaruhi kesehatan anak, istirahatnya dan perkembangannya. Jika orang tua tidak memahami kondisi yang terjadi pada anaknya di sekolah, kemungkinan anak akan merasa tertekan dengan lingkungannya. Hal ini akan menyebabkan anak mengalami stres.

*Tekanan Guru*. Seperti orang tua, banyak guru ingin siswanya mendapatkan nilai terbaik. Guru selalu mendorong siswanya untuk unggul dalam pelajaran, terutama jika siswanya berprestasi. Memang tidak mengherankan bahwa banyak siswa yang mengeluh dengan aktivitas sekolah serta kewalahan dikarenakan setiap hari siswa belajar habis-habisan dengan banyaknya bahan yang harus dihafalkan sebelum ujian.

Selanjutnya *tekanan dari sesama siswa*, semangat kompetisi akan semakin memanas menjelang ujian nasional. Setiap siswa berlomba-lomba untuk menunjukkan prestasi terbaik. Namun tidak sedikit siswa yang stres akan hal tersebut, sehingga mempengaruhi akademis dan prestasi belajarnya, terlihat dari terbengkalainya tugas-tugas sekolah, kondisi emosional siswa yang labil seperti mudah marah, gelisah dan takut dalam menghadapi guru, teman atau pelajaran

tertentu. *Tekanan dari diri sendiri*, siswa berprestasi cenderung perfeksionis. Sehingga jika suatu kemunduran atau kegagalan terjadi, entah itu nyata atau masih belum terjadi, dapat membuat siswa stres.

Stres adalah masalah yang sangat berat bagi siswa akselerasi, karena stres pada siswa akselerasi dapat mengakibatkan munculnya beberapa gangguan baik psikologis maupun fisiologis. Secara psikologis, stres pada siswa akselerasi dapat muncul dalam bentuk kecemasan. Salah satu yang dapat diamati adalah kecemasan komunikasi, ini terlihat dari kecanggungan mereka ketika berbicara dengan orang tua ataupun temannya. Secara fisiologis, stres dapat memicu turunnya ketahanan dan munculnya berbagai gangguan fisik serta mempengaruhi kesejahteraan emosi siswa.

Untuk itu siswa akselerasi harus mampu menangani stres dan masalah hidupnya dengan baik dan berhasil mempertemukan tuntutan-tuntutan yang berasal dari lingkungan dengan dirinya. Adapun faktor-faktor yang mempengaruhi penyebabnya stres yaitu diantaranya tipe kepribadian, keadaan fisik, pola asuh orang tua, pengalaman di masa lalu, status ekonomi dan penyesuaian diri sosial.

Tipe kepribadian, orang yang berkepribadian A lebih mudah mengalami gangguan yang mengakibatkan stres daripada orang yang dengan kepribadian B. Adapun ciri-ciri orang dengan kepribadian A adalah tidak sabar, kompetitif, ambisius, ingin serba sempurna, merasa diburu-buru waktu, mudah gelisah, tidak dapat tenang, mudah tersinggung serta otot-otot mudah tegang. Sedangkan orang dengan kepribadian B mempunyai ciri-ciri yang berlawanan dengan tipe kepribadian A. Karena tipe kepribadian B adalah orang yang penyabar, tenang, teliti, dan rutinitas.

Faktor selanjutnya adalah keadaan fisik. Dalam pergaulannya, seorang siswa tidak ingin berbeda dari kelompoknya. Perbedaan seorang siswa mungkin dikarenakan keadaan fisik yang kurang baik entah dikarenakan keadaan fisik siswa yang memang pada dasarnya cacat atau kecelakaan yang membuatnya cacat yang dapat memancing ejekan dari siswa-siswa yang lain serta ketidaksabaran guru dan anggota keluarga yang menyatakan kekecewaan atas apa yang sama sekali di luar kesanggupannya. Hal ini akan menyebabkan stres bagi anak. Sehingga hal itu membuat siswa menjadi rendah diri untuk bergaul dengan teman-temannya karena malu, atau dikarenakan fisiknya yang rentan untuk mengalami kelelahan, sehingga mengganggu aktivitasnya saat belajar maupun bermain.

Pola asuh orang tua terdiri dari tiga macam. Pertama, *Authoritarian*, yaitu orang tua yang bersikap otoriter, dengan tidak memberi anak kebebasan serta memaksa anak agar memenuhi tuntutan orang tua. Kedua, *Permissive*, yaitu orang tua yang sangat membebaskan anaknya, dengan membiarkan kesalahan anak dikarenakan seorang anak belum dapat membuat suatu keputusan dengan baik dan tepat. Ketiga, *Authoritative*, dimana orang tua menjelaskan dengan baik dampak positif dan negatif dari setiap tindakan yang diambil, orang tua tidak mengekang anak secara berlebihan juga tidak membebaskannya, memberikan pengarahan pada anak dan berusaha membentuk anak yang mandiri.

Pengalaman di masa lalu. Peristiwa yang pahit dan menyakitkan yang dialami siswa di masa lalu akan menyebabkan trauma, yang pada akhirnya akan membuat stres dan ketakutan jika sewaktu-waktu dalam suatu keadaan tertentu yang tidak

direncanakan teringat peristiwa tersebut. Contohnya seperti kehilangan orang yang dicintai, seperti kematian anggota keluarga, putus cinta, siksaan secara seksual dan fisik di dalam keluarga, serta tidak dapat menyelesaikan konflik dengan anggota keluarga, teman sebaya, guru dll.

Status ekonomi yang rendah pada keluarga siswa merupakan salah satu penyebab stres. Beberapa siswa dengan status ekonomi menengah ke bawah akan jauh lebih stres dibandingkan siswa dengan status ekonomi menengah ke atas. Dikarenakan ketidakmampuan orang tua siswa yang belum dapat memenuhi kebutuhan sarana dan prasarana yang berhubungan dengan sekolah kepada anaknya, sedangkan orang tua yang mampu akan dengan mudah memenuhi kebutuhan anaknya.

Penyesuaian diri sosial merupakan faktor yang penting dalam kehidupan seorang siswa. Setiap saat seseorang mempunyai kebutuhan penyesuaian diri, baik dengan dirinya sendiri antara kebutuhan jasmani dan rohani, maupun kebutuhan luarnya yaitu kebutuhan sosial. Tanggapan-tanggapan terhadap orang lain atau lingkungan sosial pada umumnya dapat dipandang sebagai cermin apakah seorang siswa dapat mengadakan penyesuaian diri dengan baik atau tidak.

Dalam dunia pendidikan khususnya ruang lingkup sekolah, tidak menutup kemungkinan stres pun akan terjadi jika terdapat siswa yang tidak dapat menyesuaikan diri. Guru menaruh perhatian terhadap penyesuaian sosial siswa mereka, karena mereka mengetahui bahwa anak yang diterima dengan baik mempunyai kemungkinan yang jauh lebih besar untuk mengerjakan sesuatu sesuai dengan kemampuannya, dibandingkan dengan anak yang ditolak atau diabaikan oleh

teman sekelasnya. Demikian pula, lebih kecil kemungkinan untuk mereka menjadi pengacau di kelas dan jauh lebih kecil kemungkinan bahwa mereka suka membolos dan gagal sebelum lulus dibandingkan dengan anak-anak yang melakukan penyesuaian sosial dengan baik.

International Islamic Boarding School Cikarang merupakan salah satu sekolah yang saat ini dalam keadaan berkembang menjadi lebih baik untuk menaikkan akreditasi dan angka kelulusan siswa. Yang mempunyai visi yaitu unggul dalam prestasi dan akhlak yang mulia.

Hasil pengamatan di lokasi penelitian terlihat, bahwa siswa di International Islamic Boarding School merasa tertekan karena menjadi siswa yang duduk di kelas akselerasi merupakan beban yang relatif berat, dikarenakan beban pelajaran yang terlalu banyak dan berat serta keharusan untuk menyelesaikan banyak pelajaran atau tugas dalam waktu terbatas dan tidak didukungnya pula dengan kemampuan penyesuaian diri terhadap lingkungan sosial, dimana menyangkut hubungan antar manusia seperti hubungan dengan keluarga, guru, serta teman-teman yang akan mempersulit siswa untuk mengerjakan sesuatu sesuai dengan kemampuannya dan untuk mempertahankan prestasinya di dalam kelas.

Agar stres di kalangan siswa dapat menurun, sangat erat kaitannya dengan penyesuaian diri sosial yang dimiliki oleh setiap siswa. Peneliti berharap hasil penelitian ini nantinya dapat menjadi masukan bagi para siswa dan lembaga terkait untuk lebih memperhatikan adanya stres yang berlebihan serta berkepanjangan di kalangan siswa. Apabila seluruh faktor yang mempengaruhi seperti : tipe kepribadian,

keadaan fisik, pola asuh orang tua, pengalaman di masa lalu, dan status ekonomi tetapi jika tidak ada penyesuaian diri sosial di antara siswa maka akan meningkatkan terjadinya stress.

## **B. Identifikasi Masalah**

Berdasarkan pada latar belakang diatas, maka dapat dikemukakan bahwa rendahnya stres juga disebabkan oleh hal-hal berikut :

1. Tipe kepribadian yang beraneka ragam
2. Keadaan fisik yang tidak sama
3. Pola asuh orang tua yang berbeda
4. Pengalaman masa lalu yang kurang menyenangkan
5. Perbedaan status ekonomi
6. Rendahnya penyesuaian diri sosial

## **C. Pembatasan Masalah**

Dari identifikasi masalah diatas, ternyata masalah stres memiliki penyebab yang sangat luas. Berhubung keterbatasan yang dimiliki peneliti dari segi, antara lain : dana dan waktu, maka penelitian ini dibatasi hanya pada siswa akselerasi untuk masalah : “Hubungan antara Penyesuaian Diri Sosial dengan Stres”.

## **D. Perumusan Masalah**

Berdasarkan pembatasan masalah di atas, maka dapat dirumuskan sebagai berikut :

“Apakah terdapat hubungan antara penyesuaian diri sosial dengan stres?”

## **E. Kegunaan Penelitian**

### **1. Peneliti**

Menambah wawasan dan ilmu pengetahuan serta pengalaman peneliti dalam mengaplikasikan ilmu yang telah didapat selama duduk di bangku perkuliahan.

### **2. Universitas Negeri Jakarta**

#### **a. Bagi Mahasiswa Universitas Negeri Jakarta**

Dapat dijadikan tambahan dan bahan referensi yang bermanfaat dan relevan khususnya bagi mahasiswa Program Studi Pendidikan Administrasi Perkantoran.

#### **b. Bagi Universitas Negeri Jakarta**

Sebagai bahan referensi bagi perpustakaan ekonomi dan khususnya perpustakaan Universitas Negeri Jakarta serta dapat menambah informasi dan pengetahuan bagi civitas akademika yang akan mengadakan penelitian penyesuaian diri sosial dan stres siswa.

### **3. Sekolah**

Dapat dijadikan bahan informasi dan referensi untuk menurunkan stres di kalangan siswa dan mengetahui pentingnya penyesuaian diri sosial.

### **4. Masyarakat**

Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan informasi kepada masyarakat tentang hubungan antara penyesuaian diri sosial dengan stres sehingga masyarakat yang berkepentingan dapat menerapkan.