

BAB I

PENDAHULUAN

1.1. Latar Belakang Masalah

Pondasi utama suatu generasi bangsa adalah kehadiran pendidikan. Pendidikan merupakan suatu proses dalam membimbing yang dilaksanakan oleh orang dewasa kepada anak-anak atau orang yang lebih tua kepada orang lebih muda maupun sebaliknya dengan tujuan untuk memberikan pengarahan, pengajaran, perbaikan moral dan juga melatih intelektual seorang individu.

Pada era globalisasi yang berlangsung saat ini, banyak sekali terdapat perubahan yang terjadi di seluruh aspek kehidupan tidak terkecuali pada aspek pendidikan di Indonesia. Perubahan-perubahan yang terjadi pada dunia pendidikan di Indonesia dapat menyebabkan ketidakstabilan emosi yang dimiliki oleh para remaja di masa sekolah. Perubahan-perubahan yang terjadi dapat berupa perubahan kebijakan, perubahan kurikulum dan lainnya.

Tahap ini disebut sebagai tahap transisi yang sering terjadi pada pemberlakuan kebijakan pendidikan di Indonesia. Pada tahapan ini, para murid semakin peka terhadap kondisi yang mereka miliki terutama dalam hal kesehatan mental yang berhubungan dengan stres. Stres yang para murid rasakan umumnya berkaitan erat dengan dunia pendidikan, yang dikenal sebagai stres akademik. Pada umumnya stres merupakan kondisi yang dapat dialami oleh seluruh kalangan, tidak hanya pada orang dewasa. Namun,

masa *storm and stress* merupakan masa yang sering kali diwarnai dengan konflik dan perubahan suasana hati yang dialami oleh remaja

Masa *storm and stress* umumnya dialami oleh para remaja yang baru saja mengalami masa transisi dari anak-anak menuju remaja. Menurut *World Health Organization (WHO)* (dalam Fathimatuzzahra et al. 2024) yang menyatakan bahwa remaja menyatakan bahwa masa remaja ini berlangsung dari umur 10-19 tahun yang menunjukkan bahwa kebanyakan remaja sedang berada pada pendidikan menengah, yakni pada Sekolah Menengah Pertama (SMP) dan Sekolah Menengah Atas/Kejuruan (SMA/SMK). Dengan *influence* dari beragamnya informasi yang didapatkan melalui internet dan *gadget* yang dimiliki oleh murid menyebabkan para remaja menjadi rawan untuk mengikuti alur informasi yang tersebar di seluruh dunia. Oleh karena itu, tenaga pengajar dalam kasus ini, yaitu guru harus dapat memanfaatkan teknologi sebagai salah satu objek belajar sehingga murid dapat belajar dan juga memanfaatkan teknologi secara efisien dan berkesinambungan.

Guru sebagai komponen penting dalam pendidikan sekaligus yang memiliki kemampuan pedagogi harus dapat menerapkan strategi pembelajaran yang efisien dan efektif dalam penerapannya. Strategi dalam suatu konteks dapat memiliki arti sebagai suatu perencanaan yang di dalamnya berisikan rangkaian kegiatan yang didesain sebaik mungkin untuk mencapai suatu tujuan yang diinginkan. Menurut Anggraeni (2019) menyatakan bahwa untuk mendapatkan tenaga pendidik yang berkualitas

tentunya diperlukan tingkat pendidikan yang baik, yang mana memudahkan tenaga pendidik mencapai tujuan pembelajaran sehingga dibutuhkan suatu strategi pembelajaran.

“Pembelajaran Ber-diferensiasi” merupakan teknik instruksional yang mengharuskan seorang guru untuk menggunakan berbagai metode pengajaran dalam proses Kegiatan Belajar Mengajar (KBM) yang bertujuan untuk memenuhi kebutuhan individual setiap murid yang telah disesuaikan dengan kebutuhannya. Secara sederhana, Pembelajaran Ber-diferensiasi merupakan suatu kebijakan yang menerapkan kegiatan pembelajaran yang berisikan lebih dari 1 jenis strategi pembelajaran sehingga diharapkan dapat menjangkau audiens (dalam hal ini murid) yang lebih luas dan dengan penyebaran secara merata. Penerapan Pembelajaran Ber-diferensiasi dalam pendidikan merupakan salah satu bentuk dari “belajar dari kesalahan” oleh pemerintah terutama Kementerian Pendidikan, Kebudayaan, Riset dan Teknologi (Kemendikbudristek) pada Kurikulum Darurat yang diterapkan selama pandemi Covid-19. Karena, pada saat berlangsung dan setelah Covid-19 tercatat angka persentase stres akademik yang dialami oleh murid meningkat dengan pesat hanya dalam 4 tahun (2019-2023).

Walaupun demikian stres yang dialami oleh murid bukanlah fenomena yang baru ditemukan beberapa tahun terakhir. Hal ini ditunjukkan dengan adanya penelitian yang dilakukan oleh Gusniarti (2002) yang dilakukan di Sekolah Plus yang menunjukkan bahwa terdapat hubungan

yang kuat antara tekanan dari sekolah plus terhadap prestasi yang dimiliki murid. Lebih lanjutnya dalam penelitian ini terdapat sebanyak 85,19% murid yang mengalami kesulitan saat guru mengajar dengan tempo yang terlalu cepat yang mengakibatkan pada temuan sebesar 38,27% murid yang mengalami frustrasi karena merasa kesulitan dalam mengikuti materi yang disampaikan terlalu cepat oleh guru yang bersangkutan.

Stres akademik yang dialami oleh murid biasanya berkaitan erat dengan faktor-faktor seperti optimisme belajar sang anak, motivasi yang dimiliki oleh anak sendiri maupun yang diberikan oleh guru dan bahkan juga dipengaruhi oleh ketahanan belajar yang dimiliki oleh anak dalam menghadapi tantangan mata pelajaran yang ada di pendidikan tingkat Sekolah Menengah Pertama (SMP). Faktor-faktor yang sudah disebutkan dapat menjadi hal-hal yang bersifat positif jika murid memiliki ketahanan belajar yang tinggi dan optimisme dan motivasi belajar yang baik. Namun sebaliknya, jika murid cenderung memiliki ketahanan belajar yang rendah dan kesulitan untuk menemukan motivasi dalam pembelajaran maka kemungkinan murid mengalami stres akademik akan lebih tinggi.

Dari hasil pra penelitian yang dilakukan pada kelas VII angkatan 2024-2025 di SMPN 2 Jakarta menunjukkan bahwa murid mengalami stres akademik. Hasil yang didapatkan menunjukkan stres akademik yang dialami murid dibagi menjadi tiga klasifikasi, yaitu stres tingkat rendah sebanyak 0 murid, stres akademik tingkat sedang sebanyak 21 murid dan stres akademik tingkat tinggi sebanyak 34 murid.

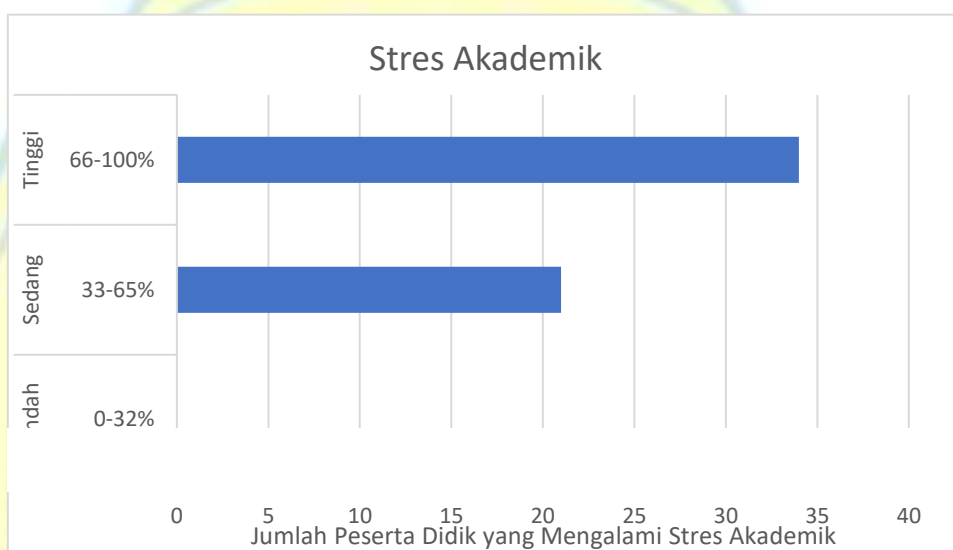


Diagram 1.1 Hasil Pra Penelitian Stres Akademik pada Peserta Didik Kelas VII SMPN 2 Jakarta

Pada awalnya SMPN 2 Jakarta merupakan salah satu SMP Negeri favorit yang ada di kawasan Johar Baru. Namun, semenjak diterapkannya Kurikulum Merdeka di SMPN 2 Jakarta maka terdapat kebijakan baru yaitu menjadi Sekolah Inklusif. Sekolah inklusif merupakan sekolah yang menerapkan kebijakan untuk tidak mendiskriminasi suatu golongan dengan cara menerima para murid berkebutuhan khusus tertentu yang sudah berlangsung semenjak tahun 2020 sesuai dengan pemberlakuan kebijakan zonasi sekolah.

Meskipun saat ini Kurikulum Merdeka yang diterapkan oleh SMPN 2 Jakarta sudah memberikan fokus pembelajaran pada keaktifan murid dan adanya “Pembelajaran Ber-diferensiasi” yang membantu guru untuk dapat menerapkan strategi pembelajaran lebih dari satu jenis dalam sebuah pembelajaran. Namun, pada temuan di lapangan masih ditemui adanya stres akademik yang dialami oleh murid. Oleh karena itu, perlu dilakukan penelitian lebih lanjut dalam upaya menghadapi permasalahan stres akademik di lingkungan SMPN 2 Jakarta. Sehingga telah dilakukan penelitian mengenai **“Stres Akademik pada Murid SMP Negeri 2 Jakarta”**.

1.2. Pembatasan Masalah

Adapun batasan masalah yang akan dibahas dalam penelitian ini, mengenai gambaran stres akademik yang dimiliki oleh murid kelas VII di SMP Negeri 2 Jakarta

1.3. Perumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang masalah yang telah diuraikan peneliti, maka perumusan masalah yang dapat dirumuskan, yaitu:

1. Bagaimana upaya murid dalam menangani stres akademik pada murid kelas VII SMPN 2 JAKARTA?
2. Bagaimana upaya guru dalam menangani stres akademik pada murid kelas VII SMPN 2 JAKARTA?

1.4. Manfaat Penelitian

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui stres akademik yang dialami oleh murid kelas VII SMPN 2 JAKARTA.

A. Manfaat Praktis

- 1) Memberikan khazanah ilmu pengetahuan dan juga wawasan baru di bidang ilmu-ilmu sosial mengenai stres akademik.
- 2) Salah satu manfaat yang paling utama adalah dapat memberikan kontribusi positif terhadap kesadaran murid akan stres akademik yang sedang mereka alami.

B. Manfaat Teoritis

1) Bagi Murid

Hasil dari penelitian ini dapat memberikan pengetahuan, pemahaman, serta wawasan bagi murid mengenai kesadaran akan stres akademik yang sedang dialaminya dengan tujuan dapat menghindarkan murid dari perbuatan yang tidak terpuji dan tercela.

2) Bagi Sekolah

Penelitian ini diharapkan dapat dijadikan sebagai bentuk bahan evaluasi untuk sekolah dalam memaksimalkan pemilihan strategi pembelajaran yang tidak hanya berorientasi pada nilai tapi juga pada perkembangan teknologi.

3) Bagi Peneliti Berikutnya

Hasil dari penelitian ini diharapkan dapat digunakan sebagai bahan referensi bagi penelitian-penelitian selanjutnya yang tertarik untuk meneliti mengenai stres akademik murid.

