

# BAB I

## PENDAHULUAN

### A. Latar Belakang Masalah

Pada jenjang sekolah menengah atas, siswa berada pada masa atau fase remaja. Dimana, masa remaja ini merupakan masa peralihan antara masa kehidupan anak-anak menuju masa kehidupan orang dewasa. Masa remaja merupakan masa dimana seorang siswa melakukan pencarian jati diri. Montessori yang membagi fase-fase perkembangan dalam arti biologis, menyatakan bahwa masa remaja siswa pada jenjang sekolah menengah atas masuk kedalam fase perkembangan Periode III dimana fase ini terjadi pada rentang usia dua belas sampai dengan delapan belas tahun, yaitu pada periode penemuan diri dan kepekaan sosial. Pada fase remaja ini siswa cenderung memiliki emosi yang tidak stabil sebagai efek dari proses penyesuaian diri (Desmita, 2009).

Selain itu lingkungan sekolah juga menjadi faktor yang mempengaruhi perubahan tersebut karena adanya transisi dari jenjang sekolah menengah pertama ke jenjang sekolah menengah atas. Siswa mengalami dinamika sosial dalam hal interaksi dengan teman sebaya maupun dengan guru yang berbeda dari sebelumnya. Kemudian, siswa juga dituntut untuk mengikuti program yang diberikan oleh sekolah dalam hal mencapai target bidang akademik maupun non akademik.

Ekspektasi sekolah dalam hal ini agar para siswa dapat memiliki peningkatan kualitas yang baik dan persiapan dimasa yang akan datang baik dalam dunia kerja maupun dunia perguruan tinggi. Ketidakmampuan siswa dalam memenuhi segala program dan tuntutan sekolah kemudian membuat siswa mengalami stres.

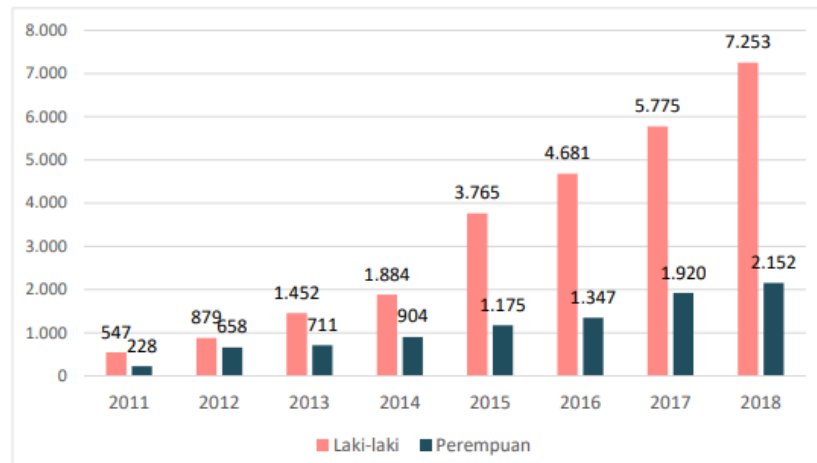
Stres di kalangan siswa cukup umum di dunia, banyak dari mereka yang tidak menyadarinya mereka dipengaruhi oleh stres. Stres di lembaga-lembaga akademis semakin hari semakin tinggi pengaruhnya, hal ini dapat mendatangkan dampak negatif jika tidak ditangani dengan benar. Terutama di bidang akademik, memiliki pengaturan kerja dan organisasi yang sama sekali berbeda jika dibandingkan dengan lembaga non akademik, sehingga hal ini berpengaruh pada tingkat stres siswa yang juga akan berbeda (Dimitrov, 2017).

Fenomena mengenai stres akademik ini sedang menjadi topik perbincangan hangat ditengah masyarakat dan menjadi viral pula lewat media sosial. Beberapa pemberitaan mengenai isu stres akademik mulai bermunculan, dikutip dari [republika.co.id](http://republika.co.id) (Emrald, 2019) Stres di kalangan siswa semakin menggejala dalam beberapa tahun terakhir. Sebuah studi menunjukkan bidang akademik jadi sumber utama stres pada siswa. Dosen Jurusan Psikologi Universitas Negeri Yogyakarta (UNY), Kartika Nur Fatahiyah mengungkapkan, dari empat siswa ada satu siswa alami stres akademik tinggi. Ada beberapa faktornya mulai besarnya beban tugas, terlalu banyak materi yang harus dipelajari, kebutuhan siswa berprestasi

akademik, tuntutan akademik yang diperkuat tekanan orang tua sekolah sampai teman sebaya. Selain itu, kondisi kelas dan tidak mendukungnya sumber-sumber yang ada untuk meraih prestasi akademik turut menjadi faktor lain. Bahkan, ia merasa, faktor budaya memiliki peran timbulnya stress. Ia menekankan, stres akademik yang dialami siswa sebagai dampak tuntutan, tekanan, beban akademik membutuhkan optimalisasi sumber daya individu untuk menghadapi dan mengatasinya.

Di dunia internasional isu stres akademik ini juga menjadi perbincangan hangat, dikutip dari [cnnindonesia.com](http://cnnindonesia.com) (CNN Indonesia, 2019) Sebuah kelompok pencegahan bunuh diri, *Samaritans of Singapore* melaporkan banyak siswa yang menghubungi mereka terutama menjelang periode ujian. Pada 2016, seorang anak berusia 11 tahun bunuh diri karena stres harus mengungkapkan hasil ujian tengah tahun yang gagal kepada orang tuanya. Tingginya tingkat stres dan kecemasan anak di Singapura ini terjadi lantaran aktivitas melelahkan dan tuntutan tinggi yang mereka dapatkan. Seorang anak akan melewati hari yang melelahkan di sekolah hingga tuntutan belajar di rumah berdampak pada kesehatan mental anak. Survei dari OECD juga menunjukkan, anak-anak Singapura menghabiskan waktu 9,4 jam seminggu untuk pekerjaan rumah, terbanyak ketiga di dunia.

Berikut ini merupakan data pasien rehabilitasi berdasarkan jenis kelamin untuk tahun 2011 sampai dengan tahun 2018, berdasarkan data yang diolah oleh Kementerian Kesehatan Republik Indonesia Tahun 2019.



Sumber: Direktorat Jenderal P2P, 2019

Gambar 1.1

### JUMLAH PASIEN REHABILITASI BERDASARKAN JENIS KELAMIN TAHUN 2011-2018

Dari data grafik diatas sekitar 10% penderita gangguan mental emosional ada pada rentang usia 15-24 tahun, yang mencakup usia remaja. Jumlah prosentase tersebut tentunya bukanlah angka yang kecil jika melihat rentang usia diluar remaja yang mengalami depresi atau gangguan mental emosional yang mana salah satu pemicunya adalah adanya tuntutan-tuntutan akademik selain adanya faktor pemicu lain seperti *bullying*/perundungan dan kekerasan.

Ekspresi marah saat mengalami depresi atau stres adalah sesuatu yang dikatakan masih wajar. Sesuatu yang tidak nyaman untuk diri sendiri perlu disampaikan daripada berefek pada penyakit mental karena memendam perasaan yang seharusnya bisa diselesaikan. Namun, jika marah



tersebut telah melewati jangka waktu yang berlebihan harus segera diatasi sebelum mengganggu fisik atau mental.

Kemudian peneliti melakukan survey awal dalam bentuk wawancara singkat mengenai gejala-gejala stres akademik yang siswa rasakan, wawancara tersebut peneliti lakukan menggunakan media *whatsapp* kepada beberapa siswa SMK Negeri 17 Jakarta jurusan Akuntansi dan Keuangan Lembaga.

Kesimpulan yang dapat diambil dari jawaban para responden yaitu Selama belajar mengajar dikelas, siswa sering kali mendapatkan PR setiap pekannya dengan jumlah rata-rata 6 mata pelajaran. Ini menjadi salah satu beban bagi siswa karena seharian sekolah masih tetap harus mengerjakan PR dari sekolah. Jika diperhatikan, mungkin sebagian siswa sanggup untuk mengerjakan tugas tersebut, tetapi sebagian siswa lainnya belum tentu mampu mengerjakan setelah pulang sekolah.

Dari berbagai hal yang didapat, gejala-gejala pada siswa muncul tanpa disadari. Beberapa siswa pernah mengalami pusing yang berkepanjangan selama disekolah tetapi tidak disetiap waktu, mereka juga terkadang merasa sedang tidak *mood* untuk belajar dikelas. Siswa juga sering merasa cemas, khawatir tidak bisa mengerjakan tugas, stres jika PR banyak, suka melamun, kadang-kadang pikiran tidak fokus didalam kelas, takut mendapat nilai yang jelek tekhusus pada mata pelajaran produktif akuntansi.

Gejala yang timbul pada diri siswa seperti halnya perasaan cemas, tertekan, dan juga sering melamun atau tidak fokus ketika sedang belajar diperkuat dengan dari hasil pengamatan peneliti selama kurang lebih tiga bulan. Mengingat peneliti melakukan kegiatan Praktik Keterampilan Mengajar di sekolah tersebut yaitu SMK Negeri 17 Jakarta pada jurusan Akuntansi dan Keuangan Lembaga. Gejala yang timbul apabila terlalu lama dan tidak segera diatasi, akan menghambat gerak kreatif para siswa dalam belajar. Masa sekolah adalah kesempatan yang emas bagi siswa-siswi untuk berburu mencari ilmu, karena nantinya bermanfaat ketika dimasa depan.

Apabila komponen kecerdasan emosi dilakukan dengan baik dan teratur maka individu akan dapat mengurangi stress dalam menghadapi tantangan. Sehingga individu yang memiliki kecerdasan emosi yang baik maka ia akan mampu mengatasi masalahnya dan terhindar dari stres akademik. Serta individu yang selalu yakin akan kemampuannya akan bisa mengerjakan sesuatu dengan baik, sehingga ia menganggap tugas-tugas yang sukar sebagai suatu tantangan untuk diatasi daripada sebagai ancaman yang harus dihindari. Begitu pula dengan komponen efikasi diri apabila seorang memiliki kemampuan efikasi diri yang baik maka ia akan mampu mengatasi berbagai permasalahan akademik yang dihadapi.

Penelitian yang dilakukan (Arslan , 2017), (Rusdi, 2015), (Pradnyanita Wistarini & Marheni, 2018), (Sofyanti & Prihastuti, 2017), (Heidari & Morovati , 2016), dan (Julika & Setyawati, 2019) menyatakan bahwa variabel kecerdasan emosional dan efikasi diri memiliki pengaruh

yang signifikan terhadap stress yang dialami siswa. Sedangkan hasil penelitian (Kauts, 2016), (Goel & Bardhan, 2016), (Bryant & Malone, 2017), dan (Miri, Kermani, Khosbakht, & Moodi, 2013) menyatakan bahwa stress akademik tidak hanya dipengaruhi oleh kecerdasan emosional dan efikasi diri akan tetapi faktor gender/jenis kelamin dan konsentrasi yang dipilih ikut serta mempengaruhi stres dalam bidang akademik.

Penelitian sebelumnya banyak dilakukan di sekolah menengah atas, madrasah aliyah, juga pada universitas sehingga dalam penelitian ini peneliti tertarik untuk mengkaji permasalahan stres akademik ini dalam ruang lingkup sekolah kejuruan.

Berdasarkan uraian di atas peneliti tertarik untuk melakukan penelitian dengan judul “Pengaruh Kecerdasan Emosional dan Efikasi diri Terhadap Stres Akademik Siswa Akuntansi dan Keuangan Lembaga SMK Negeri 17 Jakarta”.

## **B. Perumusan Masalah**

Berdasarkan latar belakang di atas, maka rumusan masalah yang diajukan peneliti adalah sebagai berikut :

1. Adakah pengaruh kecerdasan emosional terhadap stres akademik?
2. Adakah pengaruh efikasi diri terhadap stres akademik?
3. Adakah pengaruh kecerdasan emosional dan efikasi diri terhadap stres akademik?

## **C. Kegunaan Penelitian**

### **1. Kegunaan Teoritis**

- a. Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan sumbangan informasi bagi peneliti berikutnya di masa yang akan datang, terutama bagi yang tertarik untuk meneliti dengan judul yang sejenis.
- b. Hasil penelitian ini diharapkan dapat menambah khasanah ilmu bagi para pembaca.

### **2. Kegunaan Praktis**

- a. Bagi Sekolah

Penelitian ini diharapkan mampu memberikan masukan sebagai upaya untuk pembekalan dan pembinaan bagi siswa-siswi dalam mengelola emosi saat mengalami stres dan tetap memiliki keyakinan yang kuat menyelesaikan masalah stresnya.

- b. Bagi Peneliti

Penelitian ini bermanfaat sebagai salah satu wadah dalam penerapan teori-teori yang diperoleh selama menjalani studi di Universitas Negeri Jakarta. Selain itu, penelitian ini bermanfaat untuk memperluas pengetahuan dan wawasan baru sebagai bekal masa depan yang lebih baik, terutama jika peneliti ingin bekerja dan mengabdikan sebagai guru akuntansi di Sekolah Menengah Kejuruan.