

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

SMA Al-Islam 1 Surakarta merupakan salah satu sekolah menengah swasta yang ada di kota Surakarta, dengan berbasis keislaman. SMA Al-Islam 1 Surakarta melaksanakan pembelajaran dengan menggunakan sistem paket, yang berarti bahwa semua peserta didik wajib mengikuti seluruh program pembelajaran dan beban belajar yang sudah ditetapkan untuk setiap kelas sesuai dengan struktur kurikulum yang berlaku di SMA Al-Islam 1 Surakarta. Beban belajar dirumuskan dalam bentuk satuan waktu yang dibutuhkan oleh peserta didik untuk mengikuti program pembelajaran melalui sistem tatap muka, tugas terstruktur dan kegiatan mandiri tidak terstruktur.

Kegiatan tatap muka merupakan suatu kegiatan pembelajaran yang berupa proses interaksi antara peserta didik dengan pendidik, dan tugas terstruktur meliputi kegiatan pendalaman materi pembelajaran yang dirancang oleh pendidik untuk mencapai standar kompetensi dan waktu penyelesaian tugasnya ditentukan oleh pendidik, sedangkan kegiatan mandiri tidak terstruktur meliputi pendalaman materi pembelajaran oleh peserta didik yang dirancang oleh pendidik untuk mencapai standar kompetensi dan waktu penyelesaian diatur sendiri oleh peserta didik (Buku Pedoman SMA Al-Islam 1 Surakarta 2011).

Beban belajar tatap muka setiap jam pembelajaran adalah 45 menit. Waktu untuk tugas terstruktur dan kegiatan mandiri tidak terstruktur maksimum 60% dari

jumlah kegiatan tatap muka dari mata pelajaran yang bersangkutan. Beban belajar di kelas X 50 jam pembelajaran perminggu, kelas XI 50 jam pembelajaran perminggu dan kelas XII 50 jam pembelajaran perminggu. Penambahan 5 jam pelajaran per minggu di standar isi dan 10 jam di ciri khusus. Penambahan jam pembelajaran tersebut diberikan untuk mata pelajaran pendidikan dasar agama sebagai muatan lokal dan menjadi ciri khusus SMA Al-Islam 1 Surakarta, sehingga mata pelajaran yang diberikanpun lebih banyak.

SMA Al-Islam 1 membedakan kelas menjadi 2 bagian yaitu kelas aliyah dan kelas negeri, kelas aliyah terdiri dari X1-X4, IPS1-IPS2, dan IPA1-IPA2 sedangkan kelas negeri terdiri dari X5-X9, IPS3-IPS5, dan IPA3. Akan tetapi pada tahun ajaran 2013/2014 sedikit ada perbedaan karena untuk kelas X sudah mulai di juruskan menjadi kelas IPA dan kelas IPS. Untuk kelas aliyah IPA1, IPS1 dan IPS2, sedangkan untuk kelas negeri IPA2, IPS3, IPS4 dan IPS5. Perbedaan antara negeri dan aliyah tersebut terletak pada asal sekolahnya dan pendalaman ilmu agamanya, untuk kelas aliyah berasal dari Madrasah Tsanawiyah (MTs) yang akan diberi materi mengenai pendidikan agama islam secara lebih mendalam dan tuntutan dalam menghafal Al-Qur'an dan Al-Hadits lebih tinggi bila dibandingkan dengan kelas negeri karena kelas negeri berasal dari Sekolah Menengah Pertama (SMP).

Kelas aliyah dituntut untuk mempelajari dan mendalami pendidikan agama secara lebih mendalam karena siswa-siswi di kelas aliyah dianggap sudah terbiasa mendapatkan beberapa pelajaran agama seperti tafsir, hadits, aqidah akhlaq, syari'ah dan bahasa arab sewaktu di Tsanawiyah. Sedangkan, untuk kelas negeri

masih dibimbing secara mendasar dalam mempelajarinya karena sewaktu di SMP tidak semuanya di peroleh karena pada umumnya di SMP hanya ada mata pelajaran Pendidikan Agama Islam. Meskipun mata pelajaran antara kelas aliyah dan kelas negeri sama, akan tetapi materi yang diajarkan berbeda. Tidak sedikit dari siswa-siswi terutama siswa-siswi kelas negeri mengeluh kurang istirahat karena menghabiskan waktu untuk mengerjakan tugas, belajar untuk mempersiapkan ulangan harian, menyetorkan hafalan wajib yaitu Al-Qur'an (Tafsir) dan Al-Hadits. Selain menempuh mata pelajaran yang dianggap cukup menguras pikiran dan membutuhkan konsentrasi yang tinggi, para siswa juga masih harus mengikuti kegiatan keagamaan seperti tilawah di sore hari.

Tuntutan akademik merupakan tuntutan yang cukup berat bagi siswa (Wijaya, 2007). Tuntutan-tuntutan akademik dan tekanan-tekanan yang dialami siswa tidak menutup kemungkinan bahwa hal tersebut dapat memicu terjadinya stres. Lazarus (dalam Wijono, 2010) menjelaskan stres merupakan bentuk interaksi antara individu sebagai sesuatu yang membebani atau melampaui kemampuan yang dimiliki, serta mengancam kesejahteraan karena individu menilai kemampuannya tidak cukup untuk memenuhi tuntutan situasi lingkungan. Menurut Christyanti, dkk., (2010) yang menentukan stres atau tidaknya individu adalah kemampuan menyesuaikan diri dengan perubahan-perubahan yang terjadi. Schneiders (1964) menyatakan penyesuaian diri merupakan suatu proses yang mencakup respon-respon mental dan tingkah laku yang merupakan usaha individu untuk bereaksi terhadap tuntutan dalam diri maupun situasi *external* yang dihadapinya. Christyanti, dkk., (2010) menjelaskan lebih lanjut bahwa apabila

individu mampu menyesuaikan diri dengan lingkungannya berarti individu tersebut mampu menelaraskan kebutuhannya dengan tuntutan lingkungan sehingga tidak merasa stres dalam dirinya. Stres yang berasal dari *stressor* kehidupan (stres pribadi, stres keluarga, maupun stres lingkungan/sosial) akan menjadi faktor pemicu munculnya kecenderungan somatisasi (Hadjam, 2003).

Menurut Kaplan & Sadock (1997) somatisasi merupakan gangguan yang tidak dapat dijelaskan secara medis serta berhubungan dengan stres. Khouzam (1999) menyatakan bahwa gangguan somatisasi lebih banyak diderita oleh wanita daripada pria. Artinya, wanita cenderung lebih mudah menunjukkan reaksi somatisasi. Menurut informasi melalui wawancara dengan guru BK di SMA Al Islam 1 Surakarta pada tanggal 27 Mei 2013 menyatakan bahwa:

“Banyak siswa kelas X sering mengeluhkan tentang banyaknya tugas, ulangan harian yang dalam sehari bisa 3-4kali, dan hafalan-hafalan seperti hadits dan tafsir. Beberapa siswa perempuan yang kelas SMA lebih sering mengeluh dan lebih rentan terhadap keluhan fisik, kemungkinan karena mereka yang kelas SMA berasal dari SMP negeri, sehingga mereka merasa berat karena belum terbiasa dengan pelajaran agamanya. Ini terlihat dari banyaknya siswa perempuan yang kelas SMA lebih sering keluar masuk UKS dibandingkan dengan siswa laki-laki. Disamping itu pada hari Sabtu dan Minggu, banyak siswa yang antri ingin berkonsultasi dengan dokter jaga pada hari tersebut.”

Berdasarkan data awal di Unit Kesehatan Sekolah (UKS) dilihat dari Daftar Pasien UKS SMA Al-Islam 1 Surakarta selama 7 bulan terakhir dari bulan Oktober tahun 2012 – bulan Mei tahun 2013 (kecuali bulan Desember 2012) menunjukkan bahwa dari jumlah siswa kelas X ada 353 siswa, yang mengunjungi UKS untuk kelas X ada 65 siswa, yang ada indikasi mengalami kecenderungan somatisasi untuk kelas X ada 18 siswa dari kelas negeri, ini terlihat dari

banyaknya keluhan yang tidak dapat dijelaskan oleh medis dan frekuensi siswa yang datang ke UKS.

Persentase yang ada indikasi mengalami kecenderungan somatisasi sekitar 27,69%, ditemukan pada siswa perempuan dengan berbagai macam keluhan sekitar 14,75% dan *frekuensi* para siswa perempuan mengunjungi UKS sekitar 32,14%. Gejala yang sering dikeluhkan oleh para siswa perempuan yaitu gejala *gastrointestinal* (pencernaan) seperti diare, susah BAB, mual, sakit perut dan kembung, sekitar 26,27%. Gejala *pain* (nyeri) seperti nyeri kepala bagian belakang sampai ke leher, sakit pada gigi, sakit pada kaki, pegal-pegal, infeksi saluran kencing, sakit pada pundak, nyeri otot, dan sakit pada punggung, sekitar 21,19%. Gejala *sexual* (seksual) seperti nyeri haid dan haid tidak teratur, sekitar 12,71%. Gejala *cardiopulmonary* (sistem aliran darah) seperti sesak, dada sakit, sakit kepala, pusing, nafas pendek, jantung berdebar, dan lemas, sekitar 39,83%.

Melihat fakta yang telah dipaparkan diatas sangat dimungkinkan persentase kecenderungan somatisasi yang muncul pada siswa kelas X bisa dipengaruhi atau dipicu oleh adanya lingkungan baru yang dihadapi siswa, sehingga penyesuaian diri sangat berperan dalam mencapai kesehatan mental. Hal ini sejalan dengan pendapat Semium (2006) yang menyatakan bahwa terdapat hubungan yang jelas antara penyesuaian diri dengan kesehatan mental. Banyak cara dalam menghadapi stres kehidupan, salah satunya dengan menyesuaikan diri dengan lingkungan disekitarnya, menyelaraskan lingkungan pribadi dengan lingkungan sosialnya. Penyesuaian diri juga dapat diartikan sebagai reaksi terhadap tuntutan-tuntutan lingkungan terhadap diri individu (Gerungan, 2000).

Penyesuaian diri diperlukan remaja dalam menjalani transisi kehidupan, salah satunya transisi sekolah. Transisi sekolah adalah perpindahan siswa dari sekolah yang lama ke sekolah yang baru yang lebih tinggi tingkatannya. Siswa baru di sekolah seringkali bermasalah karena bergeser dari posisi atas atau senior ke posisi bawah atau junior di sekolah yang baru. Transisi remaja ke sekolah menghadapkan remaja pada perubahan dan tuntutan-tuntutan yang baru. Perubahan pada lingkungan sekolah, pengajar, dan teman baru. Tuntutan yang harus dihadapi siswa adalah tuntutan dalam bidang akademik, kemandirian, dan tanggung jawab. Apabila siswa memiliki penyesuaian diri yang baik, siswa dapat bereaksi secara efektif terhadap situasi yang berbeda, dapat memecahkan konflik, frustrasi dan masalah tanpa menggunakan tingkah laku simtomatik, begitu juga sebaliknya. Setiap orang memiliki tingkat penyesuaian dirinya sendiri, yang ditentukan oleh kapasitas-kapasitas bawaan, kecenderungan-kecenderungan yang diperoleh dan pengalaman. Kegagalan dalam menyesuaikan diri sering kali ditentukan oleh hubungan antara kapasitas individu dalam menyesuaikan diri dan kualitas dari tuntutan-tuntutan yang dikenakan kepadanya (Semium, 2006).

Penelitian yang dilakukan oleh Agustin (2011), dalam skripsi yang berjudul “Hubungan antara Penyesuaian Diri dengan Gejala Somatisasi pada Santriwati baru kelas VII SLTP di Pondok Pesantren Al-Mukmin Ngruki Sukoharjo”, diperoleh sumbangan efektif penyesuaian diri terhadap gejala somatisasi sebesar 3,2% ditunjukkan oleh koefisien determinan 0,032. Hal ini berarti masih terdapat 96,8 % faktor-faktor lain yang memberikan sumbangan efektif terhadap gejala somatisasi di luar variabel penyesuaian diri.

Berdasarkan uraian di atas, maka dapat dikatakan bahwa siswa SMA Al-Islam 1 memiliki tuntutan akademik yang tinggi dalam bidang keagamaan karena pelajaran pendidikan dasar agama lebih banyak sehingga siswa diharapkan bisa menyesuaikan diri terhadap tuntutan akademik. Siswa yang tidak bisa menyesuaikan diri dengan baik cenderung menggunakan tingkah laku simtomatik, namun demikian perlu dibuktikan secara empiris “apakah memang ada hubungan antara penyesuaian diri terhadap tuntutan akademik dengan kecenderungan somatisasi?”. Maka peneliti ingin mengambil judul penelitian “Hubungan antara Penyesuaian Diri terhadap Tuntutan Akademik dengan Kecenderungan Somatisasi pada Siswa Kelas X di SMA Al-Islam 1 Surakarta”.

B. Tujuan Penelitian

Penelitian ini bertujuan untuk :

1. Mendapatkan bukti empiris hubungan antara penyesuaian diri terhadap tuntutan akademik dengan kecenderungan somatisasi.
2. Mengetahui sumbangan efektif penyesuaian diri terhadap tuntutan akademik dengan kecenderungan somatisasi.
3. Mengetahui tingkat penyesuaian diri terhadap tuntutan akademik.
4. Mengetahui tingkat kecenderungan somatisasi.

C. Manfaat Penelitian

Hasil penelitian ini diharapkan bermanfaat bagi :

1. Siswa

Penelitian ini dapat dijadikan sumbangan informasi dan pengetahuan tambahan mengenai penyesuaian diri terhadap tuntutan akademik. Pemberian informasi dan pengetahuan tambahan tersebut mengenai kemampuan untuk mempertahankan sikap dalam memberikan respon terhadap tuntutan dalam diri dan lingkungan agar memperoleh keselarasan dengan apa yang diharapkan lingkungan.

2. Guru

Sebagai tambahan informasi tentang kecenderungan somatisasi pada siswa, sehingga para guru diharapkan mampu memberikan referensi kepada siswa tentang pentingnya menyesuaikan diri terhadap tuntutan akademik.

3. Peneliti lain

Penelitian ini diharapkan dapat sebagai tambahan informasi dalam melakukan pengembangan penelitian dengan tema yang serupa yaitu tentang hubungan antara penyesuaian diri terhadap tuntutan akademik dengan kecenderungan somatisasi pada siswa.