

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Siswa yang memiliki kemampuan diatas rata-rata, diasumsikan bahwa siswa akan dapat menguasai materi pelajaran yang disampaikan oleh guru dengan baik. Untuk memberikan pelayanan yang tepat pada siswa yang memiliki kecerdasan diatas rata-rata maka diperlukan program khusus. Program akselerasi merupakan rancangan dari pemerintah yang diperuntukkan bagi siswa yang memiliki kecerdasan diatas rata-rata. Program akselerasi merupakan program yang diperuntukkan bagi siswa berbakat dengan menggunakan sistem percepatan belajar dalam waktu yang lebih singkat, yaitu dua tahun, supaya siswa dapat meningkatkan produktivitas, meningkatkan waktu dalam berkarir, serta menghemat waktu dan biaya pendidikan.

Situasi atau kondisi pada sekolah yang menyelenggarakan program akselerasi menimbulkan tuntutan-tuntutan tertentu yang harus dipenuhi oleh siswa akselerasi. Siswa akselerasi yang dihadapkan oleh situasi yang penuh dengan tuntutan maka akan membuat siswa rentan terhadap stres. Siswa SMA akselerasi berada pada rentan usia remaja yang juga mengharuskan siswa mampu menyelesaikan tugas-tugas perkembangan pada masa remaja. Siswa akan mengalami stres jika merasa tidak mampu menyelesaikan tuntutan-tuntutan

tersebut. Terlebih lagi, stres yang berlebihan tanpa adanya kemampuan coping yang efektif akan berpengaruh buruk pada fisik maupun psikis siswa.

Santrock (2003) mengemukakan bahwa remaja (*adolescence*) diartikan sebagai masa perkembangan transisi antara masa anak-anak dan masa dewasa yang mencakup perubahan biologis, kognitif, dan sosial emosional. Pada masa ini remaja harus beradaptasi dengan perubahan yang terjadi pada dirinya. Penyesuaian tersebut bukan merupakan hal yang mudah dilakukan oleh remaja, sehingga tidak sedikit masalah yang muncul sebagai perubahan tersebut. Menurut Hurlock (dalam Haryanto, 2012) ada beberapa masalah yang dialami remaja dalam memenuhi tugas perkembangan, yaitu masalah pribadi yang meliputi masalah-masalah yang berhubungan dengan situasi dan kondisi di rumah, sekolah, kondisi fisik, penampilan, emosi, penyesuaian sosial, tugas dan nilai-nilai, dan masalah khas remaja yang disebabkan oleh status yang tidak jelas pada remaja (seperti masalah pencapaian kemandirian, kesalahpahaman atau penilaian berdasarkan stereotip yang keliru, adanya hak-hak yang lebih besar dan lebih sedikit kewajiban dibebankan oleh orangtua)

Sarafino (dalam Smet, 1994) mendefinisikan stres sebagai kondisi yang disebabkan oleh transaksi antara individu dengan lingkungan yang menimbulkan persepsi jarak antara tuntutan-tuntutan yang berasal dari situasi dengan sumber-sumber daya biologis, psikologis, dan sosial dari seseorang. Stres muncul sebagai akibat dari adanya tuntutan yang melebihi kemampuan individu untuk memenuhinya, seseorang yang tidak bisa memenuhi kebutuhan akan merasakan

suatu kondisi ketegangan dalam diri. Ketegangan yang berlangsung lama dan tidak ada penyelesaian, akan berkembang menjadi stres.

Situasi atau kondisi yang menimbulkan stres pada siswa akselerasi, secara alamiah siswa akan mengatasinya dengan menggunakan sejumlah perilaku tertentu. Sejumlah perilaku yang digunakan untuk mengatasi stress disebut dengan *coping stress*. Taylor (dalam Smet, 1994) mengemukakan bahwa *coping stress* merupakan suatu proses dimana individu mencoba untuk mengelola jarak yang ada antara tuntutan-tuntutan (baik tuntutan yang berasal dari individu maupun tuntutan yang berasal dari lingkungan) dengan sumber-sumber daya yang mereka gunakan dalam menghadapi situasi *stressfull*. Menurut Lazarus dan Folkman (dalam Nevid, 2003) *coping stress* mempunyai dua tipe, yaitu *problem focused coping* dan *emotion focused coping*.

Wawancara yang dilakukan dengan salah satu guru BK di SMAN 1 Klaten pada tanggal 5 November 2014, salah satu guru BK di SMAN 1 Sukoharjo pada tanggal 8 November 2014, dan salah satu guru BK di SMAN 1 Boyolali pada tanggal 14 November 2014, didapat gambaran mengenai kondisi pelaksanaan program akselerasi, bahwa siswa rata-rata mengalami beberapa masalah, diantaranya: a.) siswa memiliki kelemahan pada salah satu mata pelajaran, hal tersebut dapat menghambat proses perkembangan siswa pada pelajaran lainnya, b.) tidak dapat mengatur waktu dengan baik akibat padatnya kegiatan akademis, seperti banyaknya tugas yang diberikan serta diharuskan untuk menguasai materi dalam waktu yang singkat.

Wawancara terhadap 17 siswa akselerasi di SMAN 1 Klaten pada tanggal 6 November 2014, 18 siswa akselerasi di SMAN 1 Sukoharjo pada 15 November 2014, dan 20 siswa akselerasi di SMAN 1 Boyolali, menunjukkan masalah yang pada umumnya dialami oleh siswa, diantaranya: a.) kesulitan mengatur waktu dengan baik, dikarenakan tugas dan ulangan yang terlalu banyak serta dituntut penguasaan materi dalam waktu yang relatif singkat, padatnya kegiatan akademik kerap kali membuat siswa mengalami kelelahan, b.) kesulitan menghafal materi pelajaran dan memahami pelajaran, dikarenakan banyak materi yang dilewati ketika guru menerangkan, serta guru kurang kreatif dalam mengajar misalnya cara guru menerangkan materi hanya dengan bercerita, sering kali membuat siswa jenuh dan mengantuk, c.) konsentrasi terganggu akibat masalah pribadi serta ketika siswa sedang sakit membuat siswa kurang bisa memusatkan perhatian ketika guru sedang menerangkan, kurang bisa serius dan teliti serta malas untuk belajar, d.) mengalami kecemasan mendapatkan nilai jelek serta prestasi yang rendah, e.) merasa tertekan karena kurangnya hiburan dan perlakuan guru yang membeda-bedakan siswa, f.) masalah pribadi, seperti masalah percintaan dan masalah dengan teman membuat konsentrasi siswa terganggu ketika belajar.

Berdasarkan uraian di atas, dapat disimpulkan bahwa program akselerasi merupakan program percepatan yang diperuntukan bagi siswa berbakat, dengan waktu belajar yang lebih singkat yaitu dua tahun. Dalam hal ini meskipun program akselerasi diperuntukkan bagi siswa berbakat tidak membuat siswa

terbebas dari stres. Dalam hal lain, siswa akselerasi yang berada di bangku SMA yakni remaja juga harus menyesuaikan diri dengan perubahan yang terjadi pada masa remaja. Penyesuaian diri pada masa ini bukan merupakan hal mudah bagi siswa, sehingga tidak sedikit masalah yang muncul sebagai perubahan tersebut dan membawa siswa kedalam kondisi yang rentan terhadap stres. Berdasarkan uraian sebelumnya, siswa akselerasi pada umumnya mengalami stres yang bersumber dari kegiatan akademik yang padat (seperti siswa dituntut untuk menguasai materi dalam waktu singkat, banyaknya tugas dan ulangan, serta siswa dituntut untuk selalu bisa berprestasi), selain itu juga dikarenakan munculnya masalah emosional (seperti perlakuan guru yang membeda-bedakan siswa, masalah dengan teman serta masalah percintaan).

Seseorang yang menderita stres secara langsung maupun tidak langsung membutuhkan suatu dukungan dari lingkungannya untuk mengatasi tekanan yang dialaminya tersebut atau sebagai *coping stress* bagi dirinya. Dukungan tersebut bisa berasal dari keluarga, pasangan, ataupun sahabat dan teman-teman (Smet, 1994).

Dukungan sosial meningkatkan cara seseorang dalam menghadapi atau memecahkan masalah yang terfokus pada pengurangan reaksi stres melalui perhatian, informasi dan umpan balik yang diperlukan seseorang untuk melakukan *coping stress* (Johnson dalam Ruwaida, 2006). Dukungan sosial dapat meningkatkan motivasi sehingga mengurangi dampak stres dan meningkatkan produktivitas (Johnson dalam Ruwaida, 2006).

Prayascitta (2010), dalam penelitiannya menyatakan bahwa ada hasil yang signifikan antara *coping stress* dengan dukungan sosial, hal ini berarti dukungan sosial berpengaruh pada *coping stress* yang digunakan oleh individu. Dukungan sosial bersumber dari orang-orang yang memiliki hubungan yang berarti bagi individu misalnya keluarga, teman, maupun tetangga terdekat dengan rumah (Thoist dalam Purba, 2006).

Sebagaimana yang telah dijelaskan sebelumnya program percepatan belajar yang mengharuskan siswa mampu menyelesaikan studinya dalam waktu yang lebih singkat dari kelas reguler, menghadapkan siswa pada berbagai macam tuntutan. Banyaknya tuntutan membawa siswa dalam kondisi yang rentan terhadap stres. Dengan *coping stress* siswa akan dapat menemukan strategi mengatasi masalah yang tepat, sehingga dapat membantu siswa untuk mengatasi masalah yang sedang dialami siswa. Dengan adanya dukungan, siswa akselerasi tidak merasa sendiri, merasa diperhatikan, merasa bahwa orang-orang di dekatnya akan siap membantunya saat mereka mengalami kesulitan sehingga siswa akan lebih aktif dalam menyelesaikan setiap masalah yang mereka hadapi.

Wawancara terhadap 17 siswa akselerasi di SMAN 1 Klaten pada tanggal 6 November 2014, 18 siswa akselerasi di SMAN 1 Sukoharjo pada 15 November 2014, dan 20 siswa akselerasi di SMAN 1 Boyolali, menyatakan bahwa dukungan sosial yang diperoleh siswa dapat membantu siswa menjadi lebih mudah menghadapi tuntutan atau tekanan yang ada, sehingga dapat mengurangi

stres pada siswa. Rata-rata siswa menyatakan bahwa dukungan sosial yang berperan dalam mengurangi stres ialah teman, keluarga, dan guru.

Berdasarkan pernyataan tersebut di atas, maka penulis ingin mengajukan permasalahan yaitu apakah ada hubungan antara dukungan sosial dengan strategi mengatasi masalah pada siswa akselerasi? Meninjau dari permasalahan tersebut maka peneliti tertarik untuk melakukan penelitian dengan judul “Hubungan Antara Dukungan Sosial Dengan *Coping Stress* Pada Siswa Akselerasi”

B. Tujuan Penelitian

Sesuai dengan latar belakang masalah yang telah diuraikan di atas, maka tujuan dari penelitian ini adalah:

1. Untuk mengetahui hubungan antara dukungan sosial dengan *coping stress* pada siswa akselerasi.
2. Mengetahui seberapa besar sumbangan atau peranan dukungan sosial terhadap *coping stress* pada siswa akselerasi.
3. Mengetahui tingkat dukungan sosial dan *coping stress* pada siswa akselerasi.

C. Manfaat Penelitian

Manfaat yang diharapkan dari penelitian ini yaitu:

a. Pihak Sekolah

Dari hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan masukan kepada sekolah khususnya guru pengurus akademik, guru BK dan guru pengajar

akselerasi, dalam memahami masalah yang terjadi pada siswa, serta dalam membantu siswa mengembangkan kemampuannya mengatasi masalah yang dialami.

2. Subjek

Dari hasil penelitian ini diharapkan subjek mampu menemukan strategi mengatasi masalah yang tepat, sehingga dapat menguasai setiap masalah dengan baik.

3. Peneliti selanjutnya

Memberikan informasi dan sumbangan ilmu pengetahuan sebagai kajian teoritis dan referensi kepada para peneliti lain yang melakukan penelitian sejenis khususnya bidang psikologi pendidikan yang berkaitan dengan Dukungan Sosial Dengan *Coping Stress* Pada Siswa Akselerasi.