

## PENDAHULUAN

Siswa sekolah dasar merupakan siswa yang belum memiliki tingkat kematangan berpikir yang baik serta memiliki keterbatasan dalam membedakan suatu hal yang baik dan buruk. Hal ini dikarenakan perkembangan kognitif siswa sekolah dasar masih dalam proses perkembangan menuju kematangan berpikir (Kenedi et al, 2019). Sedangkan, anak yatim merupakan anak yang kehilangan ayahnya yang bertanggung jawab atas uang dan pendidikannya, baik yang dialami oleh anak yang belum baligh atau dewasa, baik laki-laki atau perempuan, maupun yang kaya atau miskin (Ariyadri, 2021).

Dalam dunia pendidikan siswa memainkan peranan penting dalam pembelajaran dalam sekolah karena para siswa mempunyai keinginan untuk berhasil serta bekerja keras dengan cara yang paling efisien demi menggapai cita-citanya (Kusuma, 2023). Proses yang dilalui siswa sebagai pembelajar selama proses pembelajaran mempunyai pengaruh yang besar pada keberhasilan pemenuhan tujuan akademik. Pada dasarnya, semua siswa memiliki hak untuk mendapatkan kesempatan untuk berprestasi di kelas (Setiawati dkk, 2022).

Seorang siswa idealnya memiliki kecakapan intelektual yang tinggi karena siswa merupakan agen perubahan di masa depan yang diharapkan mampu menjadi generasi terbaik. Namun, kondisi tersebut berbanding terbalik dengan kenyataan yang ada di lapangan. Pada kenyataannya setiap siswa memiliki karakter dan gaya belajar yang berbeda-beda. Sebagian dari siswa memiliki kemampuan menyerap banyak informasi sekaligus, namun sebagian lainnya hanya mampu menyerap dan memproses informasi secara bertahap. Selanjutnya ada siswa yang mampu menyimpan dan mengeluarkan kembali informasi dalam otak dengan cepat, dan juga sebaliknya ada yang melakukan hal tersebut dengan lambat. Tanpa disadari banyak siswa yang merasa terluka secara emosional, merasa gagal, dan merasa tidak berarti ketika harus menghadapi kenyataan bahwa mereka tidak mampu memenuhi harapan orang-orang yang ada di sekelilingnya. Bahkan tidak mampu memenuhi harapan dan tuntutan orang tua terutama di bidang akademis (Meriyati, 2023).

Hasil wawancara yang telah dilakukan terhadap beberapa siswa yatim di panti asuhan menunjukkan bahwa siswa mengalami stres akademik yang disebabkan karena adanya tuntutan akademik seperti tugas sekolah yang banyak, waktu belajar di sekolah yang terlalu lama, serta padatnya kegiatan di panti asuhan. Hal tersebut membuat siswa merasa kelelahan dan frustrasi yang berdampak pada siswa merasa kebingungan membagi waktunya karena memiliki beban kerja yang terlalu banyak.

Pendidikan adalah sarana untuk membuat lingkungan belajar yang menyenangkan di mana siswa dapat berpartisipasi secara aktif dalam pembangunan nilai agama, karakter, akhlak mulia, kecerdasan, kontrol diri, dan kemampuan lain untuk dirinya dan masyarakat (Pristiwanti dkk, 2022). Semakin banyak siswa yang berada dalam lingkungan kelas yang mengendalikan maka semakin besar kemungkinan mereka melakukan respons yang tidak konstruktif yang pada akhirnya akan menyebabkan siswa memiliki masalah perilaku, motivasi, dan emosional (Flamant dkk, 2023). Pendidikan tidak hanya mencakup pemberian pengetahuan, pertimbangan, dan kebijaksanaan, tetapi juga pengajaran mengenai keterampilan khusus. Dalam arti yang paling luas, pendidikan mengacu pada semua peristiwa belajar yang terjadi sepanjang hidup dalam situasi dan kondisi yang berdampak pada perkembangan pribadi setiap orang. Di sisi lain, pendidikan memiliki arti sempit yang mengacu pada upaya organisasi untuk

mendidik siswanya untuk memiliki kemampuan yang baik dalam hubungan dan masalah sosial (Pristiwanti dkk, 2022).

Stres akademik merupakan hal umum yang berlangsung pada siswa yang tidak memiliki motivasi dalam belajar dan tidak memiliki dukungan sosial yang kuat. Sejalan dengan penelitian Mawakhira dan Ma'wa (2020), yang menunjukkan bahwa stres akademik muncul dikarenakan faktor internal dan faktor dari segi eksternal. Penyebab internal terdiri dari : prokrastinasi, efikasi diri, *hardiness*, *optimisme* serta motivasi berprestasi. Sedangkan penyebab stres akademik dari faktor eksternal meliputi dukungan sosial baik dari lingkungan sekolah maupun dari lingkungan keluarga. Namun, tekanan untuk mendapatkan nilai yang baik dan kekhawatiran akan mendapatkan hasil yang buruk juga menjadi penyebab siswa mengalami stres akademik (Pascoe dkk, 2020).

Menurut temuan penelitian Bahrodin dan Widiyati (2021), terdapat 25 siswa yang mengalami stres akademik, terdapat dua siswa (8%) mengalami stres akademik rendah, terdapat 20 siswa (80%) yang stres akademik sedang, serta terdapat 3 siswa (12%) yang mengalami stres akademik tinggi. Selain itu, seperti temuan studi Armayanti dkk, (2022), dari sampel dua belas siswa, satu siswa (8,3%) mengalami stres akademik berat, tiga siswa (25,0%) mengalami stres akademik sedang, dan siswa tersisa tidak mengalami stres sama sekali atau sangat ringan. Lebih lanjut, penelitian Lestari dan Yusufi (2021) mengungkapkan bahwa 68,5% siswa mengalami tingkat stres akademik sedang yang berkaitan dengan tugas akademik mereka. Dari hasil fenomena di atas, dapat disimpulkan bahwa siswa tergolong dalam kategori cukup tinggi dalam hal mengalami stres akademik.

Keberhasilan belajar seorang siswa dapat dilihat dari bagaimana siswa memiliki motivasi untuk belajar ketika proses pembelajaran. Hal tersebut sesuai penelitian Setiawati, dkk (2022), mengatakan bahwa motivasi belajar dan stres akademik berkorelasi signifikan dengan skor *Sig.* 0,044 kurang dari 0,05. Selain itu Marlina dkk, (2022) mengungkapkan bahwa dari 45 responden, hampir setengahnya mengalami stress akademik, yaitu sebanyak 18 orang (40,0%) mengalami motivasi yang rendah, dan 11 orang (23,4%) mengalami motivasi belajar yang tinggi. Terdapat korelasi antara stres akademik dan motivasi belajar, menurut hasil spearman rank, dimana nilai signifikansi (0,000) secara signifikan lebih kecil daripada angka *Sig.* 0,05 yang mengatakan terdapat hubungan motivasi belajar dan stres akademik.

Selain memerlukan motivasi belajar untuk mengatasi stres akademik dalam menghadapi dunia pendidikan, siswa juga memerlukan dukungan sosial. Menurut penelitian Anadita (2021), dukungan sosial memiliki peranan penting dalam membantu siswa dalam hal mengatasi stres akademik di sekolah. Menurut penelitian tersebut, dukungan sosial berdampak negatif pada stres akademik. Dinyatakan secara berbeda, ditemukan keterkaitan positif peningkatan dukungan sosial dan penurunan stres akademik, serta keterkaitan negatif dukungan sosial dan peningkatan stres akademik. Dengan kata lain, ketika dukungan sosial dinaikkan, maka stres akademik akan menurun dan sebaliknya. Selanjutnya penelitian oleh Hidayat dkk, (2021), menemukan bahwa uji hipotesis parsial dukungan sosial dan stres akademik menghasilkan uji t -4.250 dengan probabilitas 0.000. Pada tingkat signifikansi kurang dari lima persen, dukungan sosial dengan skor 0,458, memiliki pengaruh negatif yang substansial terhadap tekanan akademik. Ini menyiratkan bahwa stres akademik akan berkurang dengan dukungan sosial yang baik serta meningkat dengan dukungan sosial yang rendah.

Tabel 1.1 Penelitian Terdahulu

Tahun	Penulis	Variabel	Metode
2021	Lestari dan Yusufi	Tingkat stres akademik selama pandemi	Kualitatif
2021	Bahrodin dan Widiyati	Tingkat stres akademik pada pembelajaran tatap muka terbatas	Kualitatif
2021	Anadita	Dukungan sosial (x) dan stres akademik (y) siswa yang mengikuti pembelajaran daring	Kuantitatif
2022	Setiawati, dkk	Stres akademik (x) dan motivasi belajar (y) pada mahasiswa	Kuantitatif

Berdasarkan tabel di atas hingga saat ini belum ada yang meneliti tentang “Hubungan Motivasi Belajar dan Dukungan Sosial dengan Stres Akademik Pada Siswa Yatim di Panti Asuhan” karena untuk itu peneliti tertarik meneliti yang berkaitan dengan ketiga variabel (motivasi belajar, dukungan sosial, dan stres akademik) secara bersamaan.

Rumusan masalah dalam penelitian ini adalah adakah keterkaitan antara motivasi belajar dengan stres akademik pada siswa yatim di panti asuhan, adakah keterkaitan antara dukungan sosial dengan stres akademik pada siswa pada siswa yatim di panti asuhan, dan adakah hubungan antara motivasi belajar dan dukungan sosial dengan stres akademik pada siswa yatim di panti asuhan. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui bagaimana hubungan motivasi belajar dan dukungan sosial dengan stres akademik pada siswa yatim di panti asuhan, untuk mengetahui bagaimana hubungan antara dukungan sosial dengan stres akademik pada siswa yatim di panti asuhan, untuk mengetahui bagaimana hubungan motivasi belajar dan dukungan sosial dengan stres akademik pada siswa yatim di panti asuhan. Manfaat dari segi teoritis diharapkan dapat memberikan pengetahuan yang lebih mendalam bagi mahasiswa khususnya mahasiswa psikologi mengenai bagaimana motivasi belajar dan dukungan sosial mempengaruhi stres akademik siswa. Sedangkan, manfaat praktisnya yaitu dapat dijadikan pertimbangan guru dalam memberikan strategi atau intervensi yang lebih efektif terkait masalah stres akademik yang sedang dialami oleh siswa.

Dalam konteks stres akademik, suatu dukungan sosial saling berkaitan dengan interaksi sosial individu untuk mendapatkan bantuan dari orang lain dalam menyelesaikan masalah akademik mereka di sekolah. Siswa yang memiliki banyak dukungan sosial cenderung memiliki jaringan yang mendukung, mengalami sedikit kesulitan akademis, dan tetap bersemangat saat menghadapi kesulitan dan kegagalan di sekolah. Sebaliknya, siswa yang tidak memiliki banyak dukungan sosial cenderung menunjukkan hasil pendidikan yang kurang adaptif (Ursin et al., 2020). Stres akademik siswa dapat menyebabkan masalah serius di masa depan, misalnya putus sekolah dan menjadi pengangguran, serta peningkatan gangguan kejiwaan seperti mengkonsumsi obat-obatan terlarang, mengalami kecemasan, serta depresi (Pascoe et al., 2020)

Stres akademik dijelaskan oleh Gadzella (1991) sebagai kombinasi dari persepsi individu tentang stres akademis (*stressor* akademik) dan *respons* mereka terhadapnya (reaksi terhadap *stressor*), termasuk *respons* perilaku, emosional, fisik, dan kognitifnya. Selain itu, Setiawati dkk, (2022) mendefinisikan stres akademik sebagai stres yang diderita siswa akibat pembelajaran, seperti belajar terlalu lama, menyontek, *multitasking*, kecemasan ujian, memilih jurusan atau pekerjaan, dan menerima nilai ulangan. Selanjutnya, Ramadanti dan Herdi (2022) menyatakan bahwa stres akademik diakibatkan oleh bakat seseorang yang tidak sesuai dengan tuntutan studinya. Stres ini dapat ditanggapi melalui respons fisik, emosional, kognitif, dan perilaku. Dengan demikian, stres akademik merupakan stres yang dialami siswa sebagai akibat dari tuntutan yang diberikan kepada mereka secara akademis di sekolah. Tuntutan ini termasuk tekanan akademis (*stressor* akademik) seperti *frustrations*, *conflict*, *pressure*, *change*, dan *self-imposed*, serta tanggapan siswa terhadap stres ini melalui perilaku, emosi, dan reaksi fisik, penilaian kognitif mereka.

Stres akademik diukur oleh Gadzella dan Masten (2005) menggunakan dua komponen aspek berbeda diantaranya: *stressor* akademik serta reaksi terhadap *stressor*. Tekanan akademik (*stressor akademik*) datang dalam lima bentuk berbeda: a. *Frustrations*, kadang-kadang disebut sebagai frustrasi, dialami ketika seseorang melewatkan peluang, merasa tidak dapat diterima secara sosial, mengalami tantangan sehari-hari, kekurangan sumber daya, menunda pencapaian tujuan, dan mengalami kemunduran hubungan, b. *Conflicts*, ketika seseorang harus memutuskan antara dua atau lebih kemungkinan yang mereka inginkan, hal itu dapat menimbulkan konflik, c. *Pressure* (tekanan), stres yang disebabkan oleh tenggat waktu, persaingan, dan berlebihan beban kerja, d. *Changes* (perubahan), menggambarkan pengalaman menyedihkan yang menghalangi kehidupan dan tujuan, termasuk beberapa perubahan yang terjadi secara bersamaan, e. *Self-imposed* (memaksakan diri), menggambarkan persaingan, ingin disukai, khawatir tentang segala sesuatu, mampu menyelesaikan masalah, dan takut menghadapi ujian.

Menurut Kai-wen (2009), sejumlah faktor yang mempengaruhi stres akademik meliputi: a.

Faktor fisik, sebagian besar orang menjaga bagaimana tampilan dia terlihat, dan sebagian besar tidak puas dengan penampilan mereka. Stres akan muncul bagi mereka yang tidak senang dengan penampilannya. Perilaku mereka dalam kehidupan sehari-hari dan rasa harga diri mereka akan dipengaruhi oleh stres yang mereka alami, b. Faktor keluarga: Ketika orang tua dan anak-anak tidak berkomunikasi atau memahami satu sama lain, kemungkinan besar ada ketidaksepakatan di rumah, yang menambah ketegangan emosional pada anak-anak, c. Faktor sekolah: Harapan kedua orang tua, diri sendiri, serta guru. Beberapa hal yang dapat menyebabkan stres bagi siswa antara lain memiliki terlalu banyak tugas, prestasi akademis yang buruk, tidak belajar untuk ujian, dan kehilangan minat pada mata pelajaran yang mereka pelajari, d. Faktor sosial, karena masyarakat berkembang dan beragam, setiap orang memiliki peran ganda seperti siswa berperan sebagai kakak atau adik di rumah.

Uno (2016) menegaskan bahwa motivasi belajar merupakan faktor yang mempengaruhi karakteristik internal dan eksternal siswa untuk membawa perubahan perilaku. Rahman (2021) mendefinisikan motivasi belajar sebagai keinginan atau kebutuhan mendesak untuk mengambil tindakan guna mencapai suatu tujuan. Kemudian, motivasi belajar menurut Julyanti dkk, (2021) adalah suatu kondisi memotivasi siswa dalam belajar dengan gembira, antusias, serta sungguh-sungguh, membangun pendekatan pembelajaran yang metodis, sangat fokus, dan selektif bagi siswa dalam kegiatannya. Maka dari itu, dikatakan motivasi belajar merupakan

suatu dorongan guna melakukan suatu kegiatan baik dari sumber internal maupun eksternal untuk merubah perilaku seseorang yang terdiri dari adanya hasrat dan keinginan berhasil, adanya dorongan dan kebutuhan dalam belajar, adanya harapan dan cita-cita masa depan, adanya penghargaan dalam belajar, adanya kegiatan yang menarik dalam belajar, serta adanya lingkungan belajar yang kondusif.

Uno (2016) mengklaim bahwa motivasi belajar seseorang dapat dijelaskan oleh berbagai aspek, yang meliputi diantaranya: a. Adanya hasrat dan keinginan berhasil, adalah apa yang mendorong siswa untuk mendapatkan hasil maksimal dari pencapaian mereka. Hal ini dapat berupa kuat dalam proses pembelajaran, menggunakan waktu dengan baik setiap saat, rasa senang belajar, dan memiliki keinginan untuk sukses, b. Pengalaman yang dirasakan seringkali melahirkan adanya dorongan hati sekaligus dorongan belajar. Hal tersebut berupa motivasi belajar dalam bentuk pengalaman masa lalu, belajar sebagai suatu kebutuhan, manfaat yang dirasakan setelah belajar, minat yang timbul sesudah belajar dukungan orang tua serta lingkungan, c. Adanya harapan dan cita-cita masa depan, pencapaian akhir seperti individu adalah harapan dan cita-cita masa depan. Dapat berupa harapan dan cita-cita, keahlian di berbagai bidang, fokus pembelajaran, dan prestasi tinggi, d. Adanya penghargaan dalam belajar, dalam proses belajar ada banyak elemen yang saling mendukung untuk mencapai tujuan akhir proses pembelajaran. Dari segi eksternal tersebut dapat berupa pujian atas pembelajaran, penilaian guru, dan upaya untuk berbuat lebih baik di dalam kelas, e. Adanya kegiatan menarik dalam belajar, guru harus dapat memberikan pendidikan yang menyeluruh dengan cara yang paling mudah untuk mencapai tujuan akhir dari proses belajar. Misalnya menjadi kreatif dalam membuat kegiatan baru serta memberikan pelajaran, f. Adanya lingkungan belajar yang kondusif, dapat berupa kondisi kelas yang baik, ruang kelas menyenangkan, serta sarana prasarana yang memadai bagi siswa.

Menurut Rubiana dan Dadi (2020) Faktor ekstrinsik dan intrinsik merupakan dua kategori unsur yang mempengaruhi motivasi belajar siswa. Kebutuhan, tujuan, dan harapan siswa merupakan aspek intrinsik dari motivasi belajar siswa. Sedangkan pemahaman siswa tentang lingkungan mereka dan penghargaan mereka terhadap mereka berasal dari sumber ekstrinsik. Ansel dan Arafat (2021) menegaskan bahwa dorongan intrinsik untuk belajar memainkan pengaruh penting dalam keberhasilan akademik. Siswa yang mempunyai motivasi yang besar akan berprestasi lebih bagus karena mereka akan lebih tertarik, berunding, dan fokus pada akademiknya. Namun, ini tidak meniadakan kebutuhan akan motivasi dari luar untuk belajar. Mengingat sifat pembelajaran siswa yang dinamis dan terus berkembang, insentif ekstrinsik atau dukungan eksternal dari anggota keluarga mungkin masih diperlukan jika siswa merasa materi tersebut membosankan. Maka dari itu, dukungan sosial dari teman sebaya, orang tua, dan guru juga memengaruhi keberhasilan dalam belajar.

Menurut Sarafino (2014), dukungan sosial adalah penerimaan individu atau kelompok oleh seseorang yang dapat memberi mereka rasa cinta, nilai, perhatian, dan bantuan. Sedangkan dukungan sosial didefinisikan oleh Ramadanti dan Herdi (2022) sebagai dorongan dari orang lain di sekitar seseorang yang dapat memberikan dorongan yang membangun ketika seseorang menghadapi tantangan atau masalah. Kemudian, menurut Santoso (2020), dukungan sosial didefinisikan sebagai jenis bantuan unik yang diperoleh dari seseorang yang mempunyai ikatan emosional yang kuat dengan individu tersebut. Kemudian, menurut Khairudin dan Mukhlis (2019), dukungan sosial merupakan tindakan yang memberikan kenyamanan jasmani dan psikis seseorang saat menghadapi suatu kesulitan. Bantuan ini mungkin datang dalam bentuk

perasaan, pengetahuan, alat, atau penilaian yang menguntungkan. Dukungan sosial adalah kumpulan sumber daya yang dapat diakses seseorang melalui ikatan sosialnya dengan orang lain, organisasi, maupun komunitas yang luas (Yu dkk, 2020). Dapat dikatakan dukungan sosial ialah jenis dorongan yang diperoleh dari orang sekitar termasuk dorongan informasional, instrumental, emosional, dan penghargaan yang dimaksudkan untuk membantu seseorang dalam menyelesaikan masalah serta membuat mereka merasa dicintai dan diperhatikan.

Menurut Sarafino (2014), ada 4 aspek yang harus dipenuhi agar dapat memberikan dukungan sosial yang berhasil, antara lain: a. Dukungan emosional, yang didefinisikan sebagai dukungan yang menunjukkan rasa perhatian, kepedulian, empati, penghargaan positif, dan dorongan kepada orang tersebut, b. Dukungan Penghargaan, adalah penghargaan yang diberikan dalam bentuk kata-kata atau perbuatan yang menyemangati yang membuat penerima merasa penting dan diperhatikan, c. Dukungan instrumental didefinisikan sebagai dukungan dalam bentuk suatu tindakan nyata, d. Dukungan informasi adalah bantuan yang mencakup pemberian nasihat, arahan, atau kritik tentang bagaimana seseorang dapat melewati rintangannya.

Menurut Kurniawati dkk, (2018) menyatakan bahwa 3 faktor berikut berdampak pada dukungan sosial individu: a. Perubahan sosial adalah hubungan antara pengetahuan, perilaku sosial, pelayanan, dan cinta, b. Empati adalah perasaan menghargai emosi orang lain dan bertindak untuk membantu mereka ketika terluka, mengurangi kesedihan dan meningkatkan kebahagiaan, c. Nilai sosial dan norma adalah proses individu yang berbagi norma sosial dan nilai-nilai lingkungan yang menjadi bagian dari pengalaman mereka. Nilai-nilai ini membantu seseorang memenuhi tanggung jawabnya dan lingkungan sosialnya. Mereka juga mendorong seseorang untuk membantu orang lain meningkatkan kehidupan sosial mereka.

Berdasarkan dari penjelasan yang sudah dipaparkan di atas hipotesis yang dirumuskan diantaranya H3 : terdapat hubungan motivasi belajar dan dukungan sosial dengan stres akademik pada siswa yatim di panti asuhan, H1 : terdapat hubungan negatif antara motivasi belajar dengan stres akademik pada siswa yatim di panti asuhan, H2 : terdapat hubungan negatif antara dukungan sosial dengan stres akademik pada siswa yatim di panti asuhan.