

GAMBARAN TINGKAT STRESS PADA SISWA DALAM MENGIKUTI  
*FULL DAY SCHOOL* DI SMA BATIK 2 SURAKARTA

Niken Palupy

[nikenpalupy22@gmail.com](mailto:nikenpalupy22@gmail.com)

Universitas 'Aisyiyah Surakarta

**ABSTRAK**

**Latar Belakang :** Sistem *full day* di Indonesia sebenarnya sudah berjalan sebelum adanya kebijakan dari Kemendikbud, yaitu pada sekolah swasta, sekolah internasional serta sekolah yang berbasis keagamaan seperti pesantren. Sistem *full day* memungkinkan anak kehilangan sebagian waktu bermainnya dikarenakan panjangnya waktu belajar di sekolah. Anak dengan sistem *full day school* tingkat stressnya lebih tinggi daripada anak dengan sistem *half day school*. Hal ini dikarenakan waktu belajar anak disekolah sampai pukul 15.30. Waktu belajar yang lama mengakibatkan waktu bermain anak berkurang sehingga anak mudah bosan. Waktu bermain pada anak yang memadai akan berdampak baik pada anak, mereka akan cenderung tidak merasakan beban dalam dirinya **Tujuan :** Mengetahui gambaran tingkat stress pada siswa dalam mengikuti *full day school* SMA Batik 2 Surakarta **Metode :** Jenis penelitian adalah kuantitatif dengan pendekatan *deskriptif*. Pengambilan sampel sebanyak 96 responden. Instrument penelitian menggunakan kuesioner *Perceived Stress Scale (PSS)*. Analisa data menggunakan uji *Univariat*. **Hasil :** Hasil penelitian menunjukkan Mayoritas kategori siswa berdasarkan jenis kelamin adalah perempuan sebanyak 47 (52,2%) dan gambaran tingkat stress pada siswa dalam mengikuti *full day school* mayoritas responden dengan tingkat stress berat sejumlah 52 orang atau sebesar 57,8% dan responden minoritas adalah tingkat stress ringan dengan jumlah 7 orang atau sebesar 7,8%. **Kesimpulan:** Gambaran tingkat stress pada siswa dalam mengikuti *full day school* di SMA Batik 2 Surakarta tergolong tinggi dengan hasil mayoritas 52 orang (57,8%) dengan kategori stress berat.

**Kata Kunci:** akademik, *full day school*, SMA, stress