

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Dewasa ini pendidikan menjadi sangat penting hampir semua negara menempatkan variabel pendidikan sebagai sesuatu yang penting dan utama dalam konteks pembangunan bangsa dan negara. Begitu juga Indonesia menempatkan pendidikan sebagai sesuatu yang sangat penting dan utama. Berbagai kajian dan hasil penelitian menggambarkan tentang peran strategis yang menentukan guru dalam mengantarkan keberhasilan pendidikan suatu negara. Pengertian pendidikan adalah usaha sadar dan terencana untuk mewujudkan suasana belajar dan proses pembelajaran agar peserta didik secara aktif dapat mengembangkan potensi dirinya untuk memiliki kekuatan spiritual keagamaan, pengendalian diri, masyarakat, bangsa, dan negara (Rahman et al., 2022).

Saat ini di Indonesia mulai berkembang berbagai macam jenis sekolah negeri maupun swasta mulai populer dan diminati para orang tua karena menawarkan berbagai macam metode belajar serta sistem belajar salah satunya adalah sistem *full day school*. Praktik 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. Sekolah di seluruh Indonesia mulai mengimplementasikan sistem *full day school* baru sejak disahkannya kebijakan Kemendikbud tentang *full day school* (Wicaksono, 2018).

Full day school di Indonesia merupakan proses pembelajaran yang dilaksanakan secara penuh, dimana aktivitas belajar anak lebih banyak dilakukan di sekolah daripada di rumah (Baharun, 2018). Di Indonesia sekolah negeri maupun swasta yang sudah menerapkan sistem *full day school* atau sekolah sehari penuh sekitar 3,8 % sekolah dari 265.904 sekolah di Indonesia. Wilayah Jawa Tengah 1,7 % sekolah dari 31.197 sekolah sudah menerapkan

sistem *full day school* (Ekawati, 2019). Wilayah Surakarta dari 887 sekolah sudah 99,77% menerapkan sistem *full day school* (Kemdikbud, 2023).

Berbagai macam opini tentang *full day school* mulai berkembang dari pihak yang pro maupun kontra terhadap sistem *full day school* ini, tidak hanya orang tua namun pada pihak anak tidak semua nyaman dengan sistem dan peraturan *full day school* ini. Asmani, (2017) menjelaskan pihak yang kontra mengkhawatirkan sistem sekolah sehari penuh ini menyebabkan siswa menjadi stress akibat banyaknya beban belajar. Kemenkes, (2020) menjelaskan bahwa stress merupakan reaksi seseorang baik secara fisik maupun emosional karena adanya perubahan. Gejala-gejala stress pada seseorang dapat dilihat dari beberapa aspek yaitu fisik, psikis atau emosional dan tingkah laku (Nur & Mugi, 2021).

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. Menghadapi ujian kelulusan sekolah juga akan menjadi beban lain yang mereka hadapi. Sistem pendidikan di Indonesia juga berpengaruh terhadap psikologi anak, dimana nilai adalah sebagai tolak ukur keberhasilan, akibatnya banyak siswa yang melakukan kecurangan hanya untuk mendapat hasil yang lebih baik dan memungkinkan anak mengalami stress dikarenakan tuntutan tersebut (Ekawati et al., 2019).

Stress yang sering dialami oleh siswa di sekolah adalah stress akademik. Stress akademik adalah suatu respon karena terlalu banyak tuntutan dan tugas yang harus dikerjakan siswa. Stress akademik adalah stress yang muncul karena adanya tekanan dalam proses berprestasi dan usaha menunjukkan keunggulan dalam persaingan akademik yang meningkat sehingga beban yang dirasakan pun semakin besar oleh berbagai macam tekanan dan tuntutan. Hal

inihlah yang kerap terjadi pada siswa dengan sistem pembelajaran *full day school* sehingga dengan demikian berdampak langsung pada prestasi belajar siswa yang menurun (Lubis et al., 2021). Hal ini bersinergi dengan penelitian yang dilakukan oleh (Devy, 2020) yang menyatakan bahwa sekolah yang tidak menerapkan *full day school* memiliki rata-rata nilai prestasi belajar yang lebih tinggi dibandingkan sekolah yang menerapkan sistem *full day school* serta terdapat pengaruh yang signifikan antara lingkungan, kelelahan, dan kreativitas terhadap prestasi belajar siswa.

Tabel 1.1 Jumlah Sekolah *Full Day School*

No	Wilayah	Jumlah Sekolah Fullday School	Non Fullday School
1	Kec. Banjarsari	15	-
2	Kec. Jebres	8	-
3	Kec. Laweyan	6	-
4	Kec. Pasarkliwon	3	-
5	Kec. Serengan	2	-
Total		34	-

Sumber : Kemdikbud, 2023

Adapun data prestasi berdasarkan nilai UTBK Tahun 2022 sekolah menengah atas (SMA) di Kota Surakarta adalah sebagai berikut ini :

Tabel 1.2 Prestasi Sekolah UTBK

No	Ranking	Nama Sekolah	Nilai Total
1	263	SMAN 7 SURAKARTA	552,217
2	411	SMA AL-AZHAR SYIFA BUDI SOLO	537,462
3	436	SMA AL-ABIDIN BILINGUAL BOARDING SCHOOL	536,117
4	438	MAN 1 SURAKARTA	535,911
5	538	SMAN 6 SURAKARTA	530,056
6	582	SMAS MTA SURAKARTA	528,379
7	601	SMAN 2 SURAKARTA	527,788
8	695	SMAS AL ISLAM 1 SURAKARTA	523,688
9	931	SMAN 8 SURAKARTA	515,193
10	942	SMAS BATIK 1 SURAKARTA	514,884

Adapun data prestasi berdasarkan akademik dan non akademik Tahun 2022 sekolah menengah atas (SMA) di Kota Surakarta adalah sebagai berikut ini :

Tabel 1.3 Prestasi Sekolah Akademik dan Non Akademik

No	Asal Sekolah	Jumlah Siswa	Jumlah Juara
1	SMA NEGERI 5 SURAKARTA	65	65
2	SMA NEGERI 6 SURAKARTA	61	61
3	SMA NEGERI 7 SURAKARTA	54	54
3	SMA NEGERI 8 SURAKARTA	53	53
4	SMA NEGERI 5 SURAKARTA	65	65
5	SMA NEGERI 2 SURAKARTA	39	39
6	SMA MTA SURAKARTA	25	25
7	SMA AL AZHAR SYIFA BUDI SOLO	14	14
8	SMA NEGERI 1 SURAKARTA	15	15
9	SMA ISLAM DIPONEGORO SURAKARTA	4	4
10	SMA MUHAMMADIYAH 2 SURAKARTA	1	1

Data *World Health Organization* (WHO) tahun 2020, prevalensi stress cukup tinggi dimana hampir lebih dari 350 juta penduduk dunia mengalami stress dan merupakan penyakit dengan peringkat ke-4 di dunia (WHO, 2020). Studi prevalensi stress yang dilakukan oleh *Health and Safety Executive* di Inggris melibatkan penduduk Inggris sebanyak 487.000 orang yang masih produktif dari tahun 2013-2014. Didapatkan data bahwa angka kejadian stres lebih besar terjadi pada wanita (54,62%) dibandingkan pada pria (45,38%).

Data Riskesdas menunjukkan bahwa stress pada usia >15 tahun mencapai sekitar 14 juta orang atau 6% dari jumlah penduduk Indonesia tahun 2013. Tahun 2018 terdapat peningkatan 3,8% remaja usia >15 tahun yang mengalami stress. Tahun 2013 stress pada remaja usia >15 tahun untuk wilayah Jawa Tengah sebesar 4,7% pada tahun 2018 mengalami kenaikan 3,0% menjadi 7,7% sedangkan stress wilayah Surakarta sebesar 5,51%, stress remaja di Jawa Tengah bukanlah yang terbesar namun selalu mengalami kenaikan (Riskesdas, 2018).

Berdasarkan studi pendahuluan SMA Batik 2 Surakarta merupakan salah satu sekolah di Surakarta yang menerapkan sistem *full day school* dan prestasinya tergolong rendah berdasarkan nilai UTBK tahun 2022 (LTMPPT, 2022). Studi pendahuluan dilakukan pada 10 orang siswa di SMA Batik 2

Surakarta dengan instrument kuesioner yang digunakan PSS-10 (*Perceived Stress Scale*). Hasil kuesioner diperoleh 4 siswa mengalami stress sedang dengan rentang skor 14 - 26, 3 siswa lainnya berada dalam kategori stress berat dengan rentang skor 27 - 40. Mayoritas siswa mengalami stress akademik, faktor stress yang peneliti dapat dari hasil wawancara tersebut 3 orang siswa mengatakan kurangnya waktu istirahat. Selain waktu istirahat yang kurang mayoritas siswa mengeluh akan banyaknya tugas sekolah dan pekerjaan rumah (PR) yang diberikan yang harus dikerjakan sepulang sekolah.

Hal-hal tersebutlah yang menjadi pemicu terjadinya stress yang secara otomatis menurunkan motivasi belajar pada siswa dan dapat berdampak bagi prestasi akademik siswa. Dari pengamatan peneliti sistem *full day school* yang diterapkan adalah 8 jam sesuai dengan Permendikbud Nomor 23 Tahun (2017). Dari hasil wawancara tersebut peneliti tertarik untuk melakukan penelitian sebagai upaya untuk mengetahui “Gambaran tingkat stress pada siswa dalam mengikuti *full day school* di SMA Batik 2 Surakarta”.

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan uraian pada latar belakang, maka peneliti menyusun rumusan masalah yaitu “Bagaimana gambaran tingkat stress pada siswa dalam mengikuti *full day school* SMA Batik 2 Surakarta?”

C. Tujuan Penelitian

1. Tujuan Umum

Mengetahui gambaran tingkat stress pada siswa dalam mengikuti *full day school* SMA Batik 2 Surakarta.

2. Tujuan Khusus

- a. Mendeskripsikan karakteristik siswa berdasarkan jenis kelamin
- b. Mendeskripsikan kategori tingkat stress pada siswa *full day school* SMA Batik 2 Surakarta

D. Manfaat Penelitian

1. Bagi Siswa

Hasil penelitian ini dapat memberikan informasi kepada siswa tentang gambaran akan tingkat stress pada siswa sehingga siswa dapat meminimalisir dan mengantisipasi terjadinya stress akademik.

2. Bagi Guru

Hasil penelitian ini dapat memberikan informasi tentang dampak tingkat stress siswa daripada *full day school*, sehingga guru dapat menghilangkan atau meminimalisir faktor faktor terjadinya stress akademik pada siswa. Serta guru dapat mengembangkan metode pembelajaran agar siswa terhindar dari stress akademik

3. Bagi Orang tua

Hasil penelitian ini dapat memberikan informasi kepada orang tua tentang pentingnya dukungan pada siswa agar tidak terjadi stress akademik.

4. Bagi Peneliti Selanjutnya

Hasil penelitian ini dapat untuk dikembangkan peneliti selanjutnya dengan cara melakukan terapi atau intervensi untuk menurunkan tingkat stress pada siswa dalam penerapan *full day school*.

E. Keaslian Penelitian

Berdasarkan penelitian keputusan penulis menemukan beberapa penelitian yang pernah dilakukan yang berhubungan dengan kejadian *full day school* dan tingkat stress pada pelajar diantaranya:

1. Soeli et al, 2021. Dengan judul Tingkat Stres Siswa Pada Sekolah yang Menerapkan Sistem *Full Day School* Desain penelitian yang digunakan adalah desain deskriptif dengan metode survey. Sampel penelitian ini sebanyak 100 siswa dari 645 populasi siswa SMP Negeri 6 Gorontalo. Teknik pengambilan sampel menggunakan stratified proportional random sampling. **Hasil** : dalam penelitian ini menunjukkan tingkat stres siswa pada sekolah dengan sistem *full day school* bahwa dari 100 sampel siswa 60 (60%) siswa mengalami stres ringan, 39 (39%) siswa mengalami stress

sedang dan 1 (1%) mengalami stress berat. Kesimpulan dalam penelitian ini adalah tingkat stres siswa didominasi oleh kategori tingkat stres ringan. **Perbedaan** : dengan penelitian lain yang akan saya lakukan antara lain subjek penelitian adalah SMA bukan merupakan siswa SMP dengan jumlah sampel yang berbeda dan perbedaan lokasi penelitian. **Persamaan** : Jenis penelitian yang digunakan analisis deskriptif univariat.

2. Agustina et al, 2020 dengan judul “Gambaran Tingkat Stress Pada Anak Sekolah Dasar” Jenis penelitian yang digunakan bersifat deskriptif dimana populasi penelitian ini adalah seluruh anak kelas 4 dan 5 berjumlah 40 orang siswa di SDN 11 tanah abang dengan menggunakan teknik total sampling, selanjutnya data diperoleh melalui kuesioner **Hasil** : Penelitian yang diperoleh yaitu menunjukkan bahwa hasil tingkat stres yang dikategorikan stress normal memiliki persentase paling besar yaitu sebanyak 22 orang (55,0%) rata-rata anak usia sekolah mengalami stress normal. Diharapkan untuk para siswa SD Negeri 11 Tanah Abang Kabupaten PALI, mampu menghadapi kondisi dalam proses belajar mengajar dan dapat menjalaninya tanpa beban serta siswa disarankan agar memperhatikan gejala-gejala stres sehingga tingkat stres tidak bertambah. **Perbedaan** dengan penelitian lain yang akan saya lakukan antara lain, subjek pada penelitian ini adalah siswa SD dan sistem sekolah *tidak full day school*. **Persamaan** : Jenis penelitian bersifat deskriptif dan analisis yang dilakukan menggunakan uji univariat.
3. Ambarwati et al, 2017 dengan judul “Gambaran tingkat stress Mahasiswa” Penelitian ini menggunakan desain deskriptif kualitatif dengan pendekatan cross sectional dengan teknik pengambilan sampel menggunakan purposive sampling, sampel sebanyak 101 mahasiswa. Instrument yang digunakan adalah kuesioner. **Hasil:** penelitian menunjukkan bahwa rata-rata usia mahasiswa 22,01 tahun. Rata-rata masa studi untuk program Diploma III (D3) adalah 6,00 semester, untuk program Sarjana (S1) rata-ratanya adalah 8,05 semester. Tingkat stres pada mahasiswa menunjukkan stres ringan sebanyak 35,6%, stres sedang 57,4 %, dan stres berat sebanyak 6,9 %. Tingkat stres tertinggi dialami oleh jenis kelamin perempuan dengan hasil

stres sedang 33,6 %, dan tingkat stres berat 4,0%. Gambaran tingkat stres pada mahasiswa di Universitas Muhammadiyah Magelang menunjukkan stres sedang sebanyak 33,6 %. **Perbedaan** dengan penelitian lain yang akan saya lakukan antara lain, subjek penelitian adalah mahasiswa bukan merupakan siswa SMA dan dengan jumlah sampel yang berbeda. **Persamaan** : Jenis penelitian bersifat deskriptif, sampling menggunakan metode yang sama yaitu purposive sampling.

4. Astuti, N.A, 2020 dengan judul “Pelaksanaan program pendidikan *full day school* di sma” Peneliti ini menggunakan pendekatan kualitatif dan jenis penelitian fenomenologis. Sumber data dalam penelitian ini adalah kepala sekolah, wakil kepala sekolah, guru, dan siswa. Prosedur pengumpulan data melalui wawancara, observasi, dan dokumentasi. Analisis data menggunakan model Miles & Huberman melalui pengumpulan data, reduksi data, penyajian data, dan verifikasi. **Hasil** : menunjukkan bahwa (1) Penerapan *Full Day School* di SMA Negeri 1 Singaraja telah berjalan dengan baik, dengan segala penunjang yang ada di SMA Negeri 1 Singaraja dan dari hasil data penyebaran kuesioner ke siswa 70% siswa memberikan respon positif terhadap penerapan ini dengan menyetujui penerapan lima hari sekolah ini. Penerapan lima hari sekolah ini juga berpengaruh terhadap prestasi belajar anak dan pengaruhnya cukup signifikan. Jika dilihat dari hasil pengamatan dan nilai raport siswa kelas XI IIS, Namun prestasi belajar siswa tidak hanya dilihat dari faktor dari dalam diri individu saja melainkan faktor dari luar individu, yaitu terdiri dari faktor lingkungan dan faktor instrumental. Dan Full Day School termasuk ke dalam faktor dari luar karena berupa kebijakan yang diterapkan oleh pemerintah. **Perbedaan** dengan penelitian lain yang akan saya lakukan antara lain, subjek pada penelitian ini adalah siswa SMA *full day school* selain itu perbedaan terletak pada metode yang digunakan penelitian ini menggunakan analisis kualitatif tanpa uji statistik. **Persamaan** : Subjek penelitian pada penelitian ini sama yaitu siswa SMA *fullday school*.

5. Hasnadi & Zalina, 2022 dengan judul “Implementasi *Full Day School* Pada Madrasah Tsanawiyah Negeri 3 Aceh Barat” Penelitian ini merupakan jenis penelitian studi kasus dengan menggunakan pendekatan kualitatif. penelitian ini menyelidiki tentang fenomena atau kasus yang terjadi tentang implementasi full day school sebagai fokus penelitian secara apa adanya sesuai dengan fakta sebenarnya yang terjadi di lokasi penelitian. **Hasil Penelitian:** Persiapan yang dilakukan dalam mengimplementasi *full day school* adalah mengadakan rapat secara rutin dan terjadwal dengan personel madrasah, orang tua/wali peserta didik dan komite madrasah. Melalui kegiatan rapat akan ditetapkan program-program dan jadwal pelaksanaan kegiatan serta mempersiapkan sarana penunjang dengan mempertimbangkan dana yang tersedia. Program-program kegiatan yang dilaksanakan berbasis penanaman nilai-nilai karakter dan pengembangan potensi peserta didik. **Perbedaan** dengan penelitian lain yang akan saya lakukan antara lain, pada metode yang digunakan berupa studi kasus analisis kualitatif tanpa uji statistik. **Persamaan :** Subjek penelitian pada penelitian ini sama yaitu siswa SMA *full day school*.