

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Maraknya *full day school* yang beritanya dibatalkan sekarang banyak yang menggunakan, Malang (ANTARA News) – sedikitnya 5.000-10.000 sekolah negeri dan swasta pada tahun ini mendaftarkan diri untuk menerapkan system “*full day school*” yang digagas Menteri Pendidikan dan Kebudayaan (Mendikbud) Prof Muhajir Effendi pertengahan tahun 2016. “Sebenarnya pada tahun ini pagu sekolah yang ditargetkan bisa menerapkan sistem *full day school* hanya 1.200 hingga 1.500 sekolah, namun yang mendaftar dan siap menerapkannya mencapai 5.000 hingga 10.000 sekolah, baik negeri maupun swasta” kata staf Khusus Mendikbud bidang komunikasi publik, Nasrullah disela *Focus Groups Discussion* (FGD) Penguatan Media dalam Mensosialisasikan Kebijakan Mendikbud di Malang, Jawa Timur, Sabtu. Sebenarnya sekolah yang menggunakan *full day school* masuk pukul 07.00 sampai jam 16.00 Seperti sekolah disamarinda Disitu diberitakan bahwa dengan waktu belajar sehari penuh mulai jam 7 pagi sampai 4 sore akan membuat siswa kelelahan, hal ini sendiri karena siswa dituntut untuk lebih aktif dari biasanya, seperti yang diungkapkan oleh Diana Ismawati Dekan Fakultas Psikologi Universitas 17 Agustus Samarinda mengatakan hal ini rentang menjadi penyebab stres karena dari sesuatu yang dipaksakan. Harusnya dalam hal ini pemerintah lebih memperhatikan sisi psikologi anak saat ini, waktu bermain yang kurang tentunya bisa membuat anak rentang terhadap stres dan membuat pikiran mereka tidak sehat. Dalam berita (TV NEWS KALTIM, 13 September 2017)

Berdasarkan hasil penelitian di SMKN 02 Singosari ada 35 siswa siswi kelas X dari jurusan Rekayasa perangkat lunak, 30 siswa siswi kelas X dari jurusan multimedia, dan 15 siswa siswi jurusan teknologi informatika yang mengalami stres karena sekolah dengan system *full day school*, *Full day school* sangat meresahkan untuk siswa siswi yang sedang menuntut ilmu. Karena mereka harus menghabiskan waktu di sekolah mulai pukul 07.00 sampai 16.00, mereka mengalami kejenuhan, kebosanan, kurangnya bermain, kurangnya bersosialisasi dengan kerabat dan kurangnya makan sehingga mengakibatkan penyakit lambung.

Dari fenomena di atas terdapat stres akademik, jika stres akademik tersebut terus menerus terjadi maka akan menimbulkan dampak negatif. Siswa siswi yang mengalami stres akademik akan timbul pada turunnya prestasi sekolah, kurangnya mengontrol emosi, kurangnya bersosialisasi terhadap keluarga, timbul kurangnya semangat belajar.

Stres Akademik merupakan kondisi atau perasaan tidak nyaman yang siswa rasakan akibat tuntutan sekolah yang dianggap menekan, sehingga memicu terjadinya ketegangan fisik, psikologis, serta perubahan tingkah laku yang mempengaruhi prestasi belajar Desmita (2010). Carveth (dalam Misra & Castillo, 2004) mengemukakan stres akademik adalah stres yang berhubungan dengan kegiatan belajar siswa di sekolah, berupa ketegangan-ketegangan yang bersumber dari faktor akademik yang dialami siswa, sehingga mengakibatkan terjadinya distorsi pada pikiran siswa dan mempengaruhi fisik, emosi, dan tingkah laku yang berkaitan dengan kegiatan di sekolah.

Lazarus dan Folkman, (dalam Suyono, Triyono, & Handarini, 2016) berpendapat bahwa stres dapat terjadi jika individu menilai kemampuannya tidak

cukup untuk memenuhi tuntutan situasi lingkungan fisik dan sosial. Artinya, stres akan dialami atau tidak dialami bergantung pada penilaian subjektif individu terhadap sumber stres yang datang. Jika individu menganggap kemampuannya cukup untuk memenuhi tuntutan lingkungan maka stres tidak akan terjadi. Minimnya pengetahuan, pengalaman, dan daya dukung lingkungan terhadap kebutuhan psikologis remaja sering membuat remaja kehilangan kemampuan dalam mengatasi masalah-masalah yang dihadapinya (Stallard, 2002).

Faktor penyebab Menurut Alvin (2007) stres akademik dipengaruhi faktor internal dan faktor eksternal, faktor internal sendiri meliputi :pola pikir. kepribadian dan keyakinan diri, sedangkan faktor eksternal meliputi: pelajaran yang padat, tekanan untuk berprestasi, dorongan status *sosial* dan orang tua saling berlomba. Sedangkan menurut Atkinson dalam Syafrullah dan Nurdini (2019) faktor-faktor yang menyebabkan terjadinya stres dibagi atas faktor internal dan faktor eksternal. Faktor internal yang berasal dari diri individu yang terdiri atas keadaan fisik, perilaku, kognisi, emosional dan faktor eksternal seperti lingkungan fisik dan sosial budaya.

Berdasarkan faktor penyebab stres akademik, kepribadian adalah salah satu faktor stres akademik. Secara keseluruhan cara individu bereaksi dan berinteraksi dengan individu lain dipengaruhi oleh kepribadian mereka. Kepribadian merupakan sifat dan karakteristik individu berkontribusi dalam membedakan perilaku, konsistensi perilaku dalam waktu yang berbeda, dan stabilitas perilaku dalam berbagai situasi (Tiyarestu & Cahyono, 2015). Hans J.Eysenck mendefinisikan kepribadian sebagai jumlah total pola tindakan aktual atau potensial organisme yang ditentukan oleh hereditas dan lingkungan (Ulya, 2016).

Terdapat banyak teori yang membahas tentang kepribadian namun dalam penelitian ini difokuskan dalam *five factor theory of personality* yang lebih sering dikenal dengan *big five personality* dalam teori tersebut terdapat lima dimensi utama yang menjelaskan kepribadian, menurut McCrae Costa (pervin, 2012) yaitu *Openness to Experience* yaitu kepribadian di dalam individu berdasarkan ingkup minat dan ketertarikannya terhadap hal-hal baru dan inovasi individu cenderung menjadi imajinatif, kreatif, ingin tahu dan sensitive terhadap hal-hal yang bersifat seni. selanjutnya yaitu *Conscientiousness* menunjukkan ciri rasional dan berfikir bahwa diri mereka mempunyai kompetensi yang tinggi. Selanjutnya *Extraversion* merupakan taksiran kuantitas dan intensitas interaksi interpersonal, tingkat atau even aktivitasnya, kebutuhan untuk mendapatkan stimulasi dan kemampuan untuk berbahagia. Selanjutnya yaitu *Agreeableness* yaitu mendeskripsikan kualitas orientasi interpersonal seseorang secara berkesinambungan dari perasaan terharu sampai perasaan menantang dalam pikiran, perasaan dan tindakan dan *Neuroticism* merupakan penyesuaian diri dengan ketidakstabilan emosi. Dari ke-lima dimensi tersebut, individu cenderung memiliki salah satu dimensi kepribadian sebagai salah satu faktor yang dominan.

Selain itu seseorang dengan tipe kepribadian *openness* cenderung memiliki tingkat stres yang rendah, karena mereka memiliki kemampuan yang kreatif dan inovatif dalam motivasi berprestasi yang salah satunya berhubungan dengan prestasi akademik dan Individu dengan tipe *openness* yang tinggi secara konsisten mencari pengalaman-pengalaman yang beragam (Furnham & Chamorro-Premuzic, 2008). Menurut (Ramadhan, 2012) Individu yang memiliki tipe kepribadian *openness* yang tinggi erat kaitannya dengan keterbukaan wawasan dan orisinalitas ide dan cenderung tidak mengalami stres akademik

karena individu bersedia melakukan penyesuaian pada suatu ide dan situasi yang baru.

Selain itu seseorang dengan tipe kepribadian *conscientiousness* yang tinggi akan memiliki stres yang rendah meskipun dalam keadaan tertekan karena individu memiliki perilaku yang disiplin, pekerja keras, teratur dan tertib seperti merencanakan dan mengorganisir tugas, berperilaku dengan rasa tanggung jawab dan berambisi sukses dibidang yang ia tekuni (Vermetten, Lodewijks & Vermunt dalam Poropat, 2009).

Seseorang yang memiliki kepribadian *conscientiousness* yang tinggi akan memiliki perencanaan baik dan teratur, berorientasi pada prestasi sehingga merekacenderung mengalami stres yang rendah dalam menghadapi sebuah tantangan dan tekanan (Jaffar, Haron, Iskandar, & Salleh, 2011).

Pelajar yang tinggi dalam dimensi *conscientiousness* umumnya berhati-hati, dapat diandalkan dan tidak mudah mengalami stres karena individu mampu bertanggung jawab dan teratur, sebaliknya pelajar yang rendah dalam dimensi *conscientiousness* atau impulsif cenderung ceroboh, berantakan dan tidak dapat diandalkan sehingga cenderung mengalami stres akademik (Feist & Feist, 2009:305)

Seseorang dengan tingkat kepribadian *extraversion* yang tinggi cenderung akan memiliki prestasi yang baik dikarenakan tingginya energi ditambah dengan *attitude* yang positif yang mengarahkan pada motivasi untuk belajar dan memahami, sehingga mereka tidak mengalami stres yang berlebihan (Poropat, 2009). Menurut Myers, 2009 Ketika kepribadian *extraversion* lebih dominan dalam diri seseorang maka individu akan terhindar dari stres akademik yang membuat individu tidak bisa bangkit dari masalah yang dihadapinya.

Sementara individu dengan tipe kepribadian *agreeableness* juga cenderung memiliki tingkat stres yang rendah hal tersebut disebabkan karena individu cenderung kooperatif, ramah, mudah bekerja sama, baik hati dan mudah dipercaya, menghindari konflik, penuh kasih sayang, peduli kepada orang lain, memiliki kepribadian yang selalu mengalah, berhati lembut, pemaaf serta menyenangkan, sehingga dengan kemampuan ini individu menghadapi sebuah masalah bukan dianggap sebagai tekanan tapi sebuah kewajiban yang harus diselesaikan (Eschleman, 2010).

Individu dengan tipe kepribadian *agreeableness* yang tinggi akan berusaha menciptakan hubungan baik melalui meminimalisasi terjadinya konflik, melakukan kerjasama dan negosiasi dalam menyelesaikan permasalahan, sehingga mereka cenderung tidak mengalami stres (Graziano dan Tobin dalam Poropat, 2009).

Tipe kepribadian *neuroticism* yang tinggi cenderung memiliki tingkat stres yang tinggi ketika menghadapi sebuah masalah dan tekanan yang diterima, hal tersebut disebabkan karena individu mudah cemas, temperamental, mengasihani diri sendiri, dan rapuh terhadap gangguan yang diterima. Seseorang dengan tipe kepribadian ini memiliki kaitan erat dengan emosi yang negatif, menggambarkan individu yang memiliki kecenderungan gugup, impulsif (mudah bereaksi), depresi, mudah marah, sensitif, tegang, dan rasa khawatir (mudah cemas) serta rapuh terhadap gangguan yang berkaitan dengan stres, secara emosional seseorang dengan kepribadian *neuroticism* ini sangat labil (Feist, 2009).

Seseorang yang memiliki tingkat *neuroticism* yang rendah akan lebih gembira dan selalu merasa puas terhadap hidup dan cenderung tidak mengalami stres akademik dibandingkan dengan seorang yang memiliki tingkat *neuroticism*

yang tinggi mereka akan kesulitan dalam menjalin hubungan dan berkomitmen (Iskandar & Zulkarnain, 2013).

Berdasarkan penelitian yang dilakukan sebelumnya yang telah dibahas belum ditemukan yang membahas stress akademik namun lebih cenderung membahas stress kerja yang dikaitkan dengan kepribadian. Sehingga populasi yang digunakan sebelumnya adalah karyawan namun pada penelitian ini adalah siswa sekolah yang dituntut mengikuti peraturan dan tugas disekolah.

Tipe kepribadian yang berbeda pada setiap individu tentu akan berdampak pada tingkat stres yang berbeda pula. Kepribadian menjadi faktor penting dalam menentukan perilaku, penyesuaian diri terhadap lingkungan yang baru yang dapat menimbulkan stres pada individu. Selain itu kepribadian juga menjadi faktor penyebab terjadi stres pada individu karena setiap individu memiliki sifat dan cara penyelesaian masalah yang berbeda dan menyikapi sebuah tekanan yang berbeda pula. Berdasarkan paparan di atas, maka peneliti tertarik untuk meneliti "Pengaruh Kepribadian terhadap Stres Akademik Di SMKN 02 Singosari Yang Bersistem *Full day school*".

B. Rumusan Masalah

Permasalahan yang diangkat dalam penelitian kali ini ialah: Apakah terdapat pengaruh kepribadian terhadap stres akademik di SMKN 02 Singosari yang bersistem *full day school*?

C. Tujuan dan Manfaat Penelitian

1. Tujuan Penelitian

Tujuan penelitian yang ingin dicapai dalam penelitian ini ialah untuk mengetahui pengaruh kepribadian terhadap stres akademik di SMKN 02 Singosari yang bersistem *full day school*.

2. Manfaat Penelitian

Penelitian ini memiliki beberapa manfaat, baik manfaat secara praktis maupun manfaat secara teoritis.

1) Manfaat Teoritis

Diharapkan memberikan pengetahuan bagi siswa agar menjadi pribadi yang mudah beradaptasi dengan perubahan-perubahan yang terjadi dengan mengenal kepribadian. Selain itu, memberikan wawasan bagi siswa bahwa stres akademik dapat berdampak negatif bagi siswa, karena dapat menurunkan prestasi akademik, untuk itu penting bagi siswa menyikapi kebijakan di sekolah dengan kepribadian yang baik dan positif.

2) Manfaat Praktis

Dalam penelitian ini, diharapkan dapat di gunakan sebagai tambahan wawasan bagi ilmu psikologi kepribadian terkait dengan kepribadian yang dapat berdampak pada tinggi rendahnya stres akademik pada siswa.

D. Perbedaan dengan Penelitian Sebelumnya

Penelitian yang diteliti oleh Hanna Maryama Fakultas Psikologi UIN Syarif Hidayatullah, 2015. Dengan judul "Pengaruh character strengths dan gender

terhadap stres akademik mahasiswa UIN Jakarta yang kuliah sambil bekerja”. Perbedaan penelitian ini dengan penelitian sebelumnya yaitu, a) penelitian sebelumnya dilakukan pada tahun 2015, penelitian ini dilakukan pada tahun 2020. b) Variabel bebas yang digunakan penelitian sebelumnya menggunakan *character strengths* dan gender, penelitian ini menggunakan Kepribadian (*Big Five Personality*).

Febri Aldi Maulia Fakultas Psikologi Universitas Negeri Semarang, 2019. Dengan judul “Pengaruh efikasi diri dan dukungan teman sebaya terhadap stres akademik pada mahasiswa psikologi UNNES”. Perbedaan peneliti dengan penelitian sebelumnya yaitu, a) peneliti sebelumnya dilakukan pada tahun 2019, penelitian saya dilakukan pada tahun 2020. b) Variabel bebas yang digunakan penelitian sebelumnya menggunakan efikasi diri dan dukungan teman sebaya, penelitian ini menggunakan kepribadian (*Big Five Personality*).

Risma Hardiyanti Fakultas Psikologi Universitas Airlangga, 2019. Dengan judul “Pengaruh *Adversity Quotient* dan dukungan teman sebaya terhadap stres akademik pelajar matematika pada siswa SMA jurusan IPA di kota Makassar”. Perbedaan peneliti dengan penelitian sebelumnya yaitu, a) peneliti sebelumnya dilakukan pada tahun 2019, penelitian saya dilakukan pada tahun 2020. b) Variabel bebas yang digunakan penelitian sebelumnya menggunakan *Adversity Quotient* dan dukungan teman, penelitian ini menggunakan kepribadian (*Big Five Personality*).