

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Potret dunia pendidikan di Indonesia seringkali diwarnai dengan perubahan kebijakan, mulai dari perubahan kurikulum hingga perubahan sistem pembelajaran. Perubahan tersebut tidak lain bertujuan untuk memperbaiki kualitas pendidikan itu sendiri. Pada saat ini, Kementerian Pendidikan Indonesia menerapkan kurikulum 2013 dengan sistem pembelajaran yang dikenal oleh masyarakat luas yakni sistem *full day school* (Asmani, 2017).

Apriyani, dan Wicaksono (2018) menjelaskan “*Full day school* merupakan sistem yang diadopsi dari sistem pendidikan yang ada di Amerika”. “Istilah *full day school* sendiri hanya dipakai saja di Indonesia, sedangkan di Amerika mereka menyebutnya dengan *after school program*” (Arifin, 2017). 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. Barulah sejak disahkannya kebijakan Kemendikbud tentang *full day school*, sekolah di seluruh Indonesia mulai mengimplementasikan sistem tersebut (Apriyani, dan Wicaksono. 2018).

Di Indonesia, *full day school* merupakan proses pembelajaran yang dilaksanakan secara penuh, dimana aktivitas belajar anak lebih banyak dilakukan di sekolah daripada di rumah (Baharun, 2018). Yang waktu sekolahnya telah diatur dalam Peraturan Menteri Pendidikan dan Kebudayaan Republik Indonesia No. 23 Tahun 2017 tentang hari sekolah. Yang menyatakan lama hari sekolah adalah 5 hari selama seminggu dan 8 jam selama sehari. Dengan kehadiran *Full day school* maka akan memberikan kesempatan lebih banyak kepada siswa untuk memperbaiki hal-hal yang kurang maksimal tanpa perlu mencari les karena semuanya terpenuhi di sekolah (Baharun, 2018).

Namun saat konsep *full day school* masih menjadi wacana di Indonesia, sudah banyak mendapatkan penolakan dari masyarakat yaitu dengan adanya petisi-petisi penolakan tentang *full day school*. Salah satunya petisi yang bertuliskan “tolak pendidikan *full day school*” di salah satu website pemberitaan, dimana petisi tersebut telah ditandatangani oleh 45.842 pendukung (Arioka, 2017). Begitu pula sejak resmi diterapkannya sistem *full day school* tetap saja ada masyarakat yang memberikan tanggapan kontra terhadap sistem ini. Asmani (2017) menjelaskan pihak yang kontra mengkhawatirkan sistem sekolah sehari penuh ini menyebabkan siswa menjadi stres akibat banyaknya beban belajar. Baharuddin (2016) menjelaskan jadwal pembelajaran yang padat, penerapan sanksi dan aturan-aturan terkait *full day school* akan menyebabkan siswa menjadi bosan dan

jenuh. Sari dan Falah (2018) mengemukakan bahwa bahwa jika anak tidak memiliki kesiapan untuk mengikuti sistem pembelajaran ini maka anak akan mengalami kebosanan atau bahkan menimbulkan beban yang sangat berat (stres).

Rustiana dan Cahyati (2011) menjelaskan “stres merupakan keadaan dimana beban yang dialami dan dirasakan oleh seseorang tidak sepadan dengan kemampuan untuk mengatasi beban tersebut”. Sedangkan menurut Kemenkes (2020) “stres merupakan reaksi seseorang baik secara fisik maupun emosional karena adanya perubahan”. “Gejala-gejala stres pada seseorang dapat dilihat dari beberapa aspek yaitu fisik, psikis/emosional dan tingkah laku” (Nasir & Muhith, 2011).

Stres sendiri dapat bersumber dari mana saja dan dapat terjadi pada siapa saja. Menurut Kemenkes (2020) “salah satu sumber stres berasal lingkungan sekolah”. Menurut Gaol (2016) dalam lingkungan sekolah, stres merupakan pengalaman yang sering dialami oleh para siswa dikarenakan banyaknya tuntutan yang harus dihadapi di sekolah.

Berdasarkan survey oleh *Programme for International Student Assessment (PISA)* (2015) bahwa rata-rata siswa di seluruh negara anggota *Organisation for Economic Cooperation and Development (OECD)* mengalami stres di sekolah dimana 55 % mengalami kecemasan, 37% sangat tegang saat belajar dan 52 % mengalami kegelisahan yang dimana hal tersebut merupakan gejala gejala dari stres. Di Amerika sendiri berdasarkan

survei oleh *American Psychological Association* (APA) menyatakan bahwa penyebab utama stres anak usia 8-17 di Amerika disebabkan oleh lingkungan sekolah. Dan di Indonesia sendiri, menurut Kemenkes (2020) “salah satu penyebab stres pada remaja adalah lingkungan sekolah”

Rahmawati (2015) menjelaskan bahwa “stres di sekolah berpangkal dari proses pembelajaran salah satunya yaitu lamanya waktu belajar”. Sehingga sekolah yang menerapkan sistem pembelajaran *full day school* sangat beresiko untuk memicu terjadinya stres pada siswanya akibat bertambahnya waktu dan beban belajar. Aryahi (2016) menjelaskan bahwa “beban belajar yang sangat banyak dapat menyebabkan anak menjadi stres”.

Di Korea sendiri, sebagai negara yang menerapkan sistem pendidikan dengan waktu belajar di sekolah yang sangat lama, dilaporkan selama periode 2015 tercatat 451 kasus pelajar bunuh diri akibat stres (Hyun-bin, 2018). Singh (2017) menjelaskan bahwa “anak-anak di Korea mengalami stres yang berkaitan dengan pendidikan salah satunya diakibatkan karena panjangnya waktu sekolah”. Dan Pada tahun 2017 37.2% dilaporkan remaja Korea mengalami stres akibat banyaknya beban dan tekanan dari sekolah. (Yonhap, 2018).

Selain itu di Indonesia, penelitian yang dilakukan oleh Pramudika dan Falah di dua sekolah dasar, membedakan antara tingkat stres siswa SD yang tidak *full day* dan *full day*, menunjukkan siswa dengan *full day* memiliki tingkat stres yang lebih tinggi (Sari & falah, 2018). Sedangkan penelitian

yang dilakukan oleh Heru di dua sekolah menengah pertama, membedakan antara tingkat stres siswa SMP yang tidak *full day* dan *full day*, menunjukkan siswa dengan *full day* memiliki tingkat stres yang lebih tinggi (Heru, dkk. 2019).

Di Provinsi Gorontalo sendiri untuk sistem *full day school* telah diterapkan pada seluruh kabupaten/kota. Sistem *full day school* ini diterapkan mulai dari jenjang pendidikan SD sampai SMP. Berdasarkan hasil observasi awal pada tanggal 10 Februari di Dinas Pendidikan Kota Gorontalo, kepala bagian pendidikan dasar mengatakan bahwa sistem *full day school* ini berlaku sejak tahun 2018. Dan seluruh sekolah di Kota Gorontalo telah menerapkan sistem *full day school*. dimana terdiri atas 99 sekolah dasar negeri 10 sekolah dasar swasta dan 22 sekolah menengah pertama. Berdasarkan hasil observasi kedua pada tanggal 11 Februari 2020 pada 10 orang siswa di SMP Negeri 6 Gorontalo selaku sekolah yang menerapkan sistem *full day school*, 3 dari 10 siswa mengatakan sistem *full day school* membuat mereka stres dan sisanya mengatakan bahwa mereka merasakan bosan, kelelahan, capek, sulit berkonsentrasi, sulit mengingat pelajaran, sakit kepala, tegang dan kadang-kadang merasa jenuh. Hal-hal yang mereka rasakan tersebut merupakan gejala-gejala dari stres.

Berdasarkan latar belakang diatas, maka peneliti tertarik untuk melakukan sebuah penelitian dengan judul “Gambaran Stres Siswa pada

sekolah yang menerapkan Sistem *Full Day School*” di SMP Negeri 6 Gorontalo.

1.2 Identifikasi Masalah

1. Adanya pihak kontroversi dalam penerapan sistem *Full Day School* di Indonesia yaitu waktu sekolah yang panjang, jadwal pembelajaran yang padat, penerapan sanksi dan aturan-aturan terkait *full day school* menyebabkan siswa menjadi bosan, jenuh yang memicu terjadinya stres pada siswa
2. Sumber stres dapat berasal dari lingkungan sekolah dan telah menjadi pengalaman yang sering dialami oleh para siswa.
3. Berdasarkan survey oleh *Programme for International Student Assessment (PISA)* (2015) bahwa rata-rata siswa di seluruh negara anggota *Organisation for Economic Cooperation and Development (OECD)* mengalami stres di sekolah dimana 55 % mengalami kecemasan, 37% sangat tegang saat belajar dan 52 % mengalami kegelisahan yang dimana hal tersebut merupakan gejala-gejala dari stres. Di Amerika sendiri berdasarkan survei oleh *American Psychological Association (APA)* menyatakan bahwa penyebab utama stres anak usia 8-17 di Amerika disebabkan oleh lingkungan sekolah. Dan di Indonesia sendiri, menurut Kemenkes (2020) “salah satu penyebab stres pada remaja adalah lingkungan sekolah”
4. Stres di sekolah dapat terjadi karena berpangkal dari proses pembelajaran misalnya waktu belajar yang panjang dan beban belajar yang banyak.

5. Di Korea sendiri, sebagai negara yang menerapkan sistem pendidikan dengan waktu belajar di sekolah yang sangat lama dilaporkan pada tahun 2017 sebanyak 37.2% Korea mengalami stres akibat banyaknya beban dan tekanan dari sekolah.
6. Di Indonesia hasil penelitian menunjukkan sekolah dengan sistem pembelajaran *full day school* siswanya memiliki tingkat stres lebih tinggi dibandingkan dengan sekolah yang tidak menerapkan sistem *full day school*.
7. Berdasarkan hasil observasi kedua pada tanggal 11 Februari 2020 pada 10 orang siswa di SMP Negeri 6 Gorontalo selaku sekolah yang menerapkan sistem *full day school*, 3 dari 10 siswa mengatakan sistem *full day school* membuat mereka stres dan sisanya mengatakan bahwa mereka merasakan bosan, kelelahan, sulit berkonsentrasi, sakit kepala, cemas, tegang dan kadang-kadang merasa jenuh. Dimana hal-hal yang mereka rasakan tersebut merupakan gejala-gejala dari stres.

1.3 Rumusan Masalah

“Bagaimana gambaran tingkat stres siswa pada sekolah yang menerapkan sistem *full day school* di SMP Negeri 6 Gorontalo?”

1.4 Tujuan Penelitian

Untuk mengetahui gambaran tingkat stres siswa pada sekolah yang menerapkan sistem *Full Day School* di SMP Negeri 6 Gorontalo.

1.5 Manfaat Penelitian

1.5.1 Manfaat Teoritis

Penelitian ini dapat memberikan manfaat khususnya bagi peneliti dan bagi semua pihak terkait maupun bagi pembaca pada umumnya

1.5.2 Manfaat Praktis

1. Bagi PSIK UNG

Penelitian ini dapat menjadi penambah wawasan bagi mahasiswa dan dapat dijadikan sebagai bahan referensi untuk penelitian selanjutnya dengan tema yang sama.

2 Bagi Sekolah

Penelitian ini dapat memberikan informasi mengenai tingkat stres siswa. Sehingga kedepannya SMP Negeri 6 Gorontalo dapat meningkatkan inovasi dan kualitasnya terhadap perbaikan kegiatan dan kualitas pembelajaran, agar terciptanya pembelajaran yang efektif, efisien dan menyenangkan.

3 Bagi Peneliti Selanjutnya

Dapat dijadikan sebagai acuan untuk meneliti tentang tingkat stres khususnya pada sekolah yang menerapkan sistem *full day school*.