

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang Penelitian

Pendidikan merupakan kunci menyiapkan anak-anak bangsa menyongsong masa depan untuk sanggup bersaing dengan bangsa lain. Pada dunia pendidikan, peserta didik sebagai penerus generasi bangsa dituntut untuk lebih cermat terhadap perubahan-perubahan yang tengah berlangsung di masyarakat. Peserta didik memiliki peran yang sangat penting dalam menjamin keutuhan bangsa dan Negara di masa yang akan datang.

Menurut Widayati (2002, hlm. 6), masyarakat menghendaki adanya perkembangan total, baik visi, pengetahuan, proses pendidikan, maupun nilai-nilai yang harus dikembangkan bagi peserta didik untuk menghadapi tantangan masa depan yang semakin kompleks. Maka dari itu, peserta didik perlu mendapatkan kesempatan seluas-luasnya untuk tumbuh dan berkembang secara optimal, baik secara aspek fisik, psikologis, sosial, akademik, maupun spiritual.

Pola perkembangan peserta didik adalah pola yang sangat kompleks, karena merupakan hasil dari beberapa proses yakni proses biologis, kognitif, dan sosioemosional (Santrock, 2011, hlm. 40). Dalam proses perkembangan peserta didik, terdapat tugas-tugas perkembangan yang merupakan suatu tugas yang muncul pada periode tertentu di dalam rentang kehidupan individu. Tugas perkembangan dapat berhasil dituntaskan oleh individu, akan membawa kebahagiaan dan kesuksesan dalam menuntaskan tugas berikutnya. Sebaliknya, individu yang gagal menuntaskan tugasnya, akan menyebabkan ketidakbahagiaan dan mengalami kesulitan dalam menuntaskan tugas-tugas berikutnya (Nurihsan, & Agustin, 2013, hlm. 2).

Pada keseluruhan proses pendidikan di sekolah, kegiatan belajar merupakan kegiatan paling pokok yang dilakukan oleh peserta didik. Berhasil tidaknya pencapaian tujuan pendidikan, banyak tergantung kepada bagaimana proses belajar yang dialami oleh peserta didik sebagai anak didik (Slameto, 2003, hlm.1). Selanjutnya Slameto (2003, hlm.2), mendefinisikan belajar sebagai berikut:

“Belajar ialah suatu proses usaha yang dilakukan seseorang untuk memperoleh suatu perbedaan tingkah laku yang baru, sedangkan secara keseluruhan, sebagai hasil pengalamannya sendiri dalam interaksi dengan lingkungan.”

Belajar merupakan suatu perubahan tingkah laku sebagai hasil dari interaksinya dengan lingkungan dalam memenuhi kebutuhan hidupnya. Belajar tidak lepas kaitannya dengan kemampuan kognitif seorang individu. Syah (2012, hlm.45) menyatakan antara proses perkembangan kognitif dengan belajar-mengajar yang dikelola para guru terdapat “benang merah” yang mengikat kedua proses. Program pengajaran yang baik di sekolah adalah yang mampu memberikan dukungan besar kepada para peserta didik dalam menyelesaikan tugas-tugas perkembangan (Syah, 2012, hlm.47).

Proses belajar peserta didik secara tidak langsung berhubungan dengan perkembangan kognitif yang dimiliki oleh peserta didik. Vygotsky (Santrock, 2011, hlm. 60) mengasumsikan ada tiga klaim dalam perkembangan kognitif ialah:

“(1) keahlian kognitif anak dapat dipahami apabila dianalisis dan diinterpretasikan secara developmental; (2) kemampuan kognitif dimediasi dengan kata, bahasa, dan bertukar diskursus, yang berfungsi sebagai alat psikologis untuk membantu dan mentransformasi aktivitas mental; (3) kemampuan kognitif berasal dari relasi social, dan dipengaruhi oleh latar belakang sosiokultural.”

Upaya untuk mengembangkan proses belajar yang efektif bagi peserta didik dalam dunia pendidikan, menuntut dimilikinya keterampilan belajar seluruh peserta didik. Secara khusus, keterampilan belajar merupakan suatu teknik yang digunakan untuk memperoleh, mempertahankan, serta mengungkapkan pengetahuan dan merupakan cara untuk menyelesaikan persoalan (Marshak & Burkle, 1981 dalam Djamal, 2006, hlm. 87). Perolehan keterampilan belajar membuat siswa menyadari bagaimana cara belajar yang terbaik sehingga menjadi lebih bertanggungjawab terhadap kegiatan belajar.

Keterampilan belajar seyogyanya harus dimiliki peserta didik untuk memperoleh hasil belajar yang maksimal. Keterampilan belajar, menurut Devine (dalam Burden & Byrs, 1999, hlm. 76) yaitu keterampilan manajemen waktu,

keterampilan membaca, keterampilan mencatat, keterampilan mengingat (memori), keterampilan konsentrasi, serta keterampilan persiapan ujian.

Penelitian yang dilakukan Rais (2013, hlm. 71), diperoleh gambaran pada tiap aspek keterampilan belajar pada siswa SMP RSBI 9 Palembang berada pada kategori sedang. Didapatkan hasil tingkat pencapaian yang terendah ada pada aspek manajemen waktu yaitu 60,83%, aspek mempersiapkan ujian mempunyai tingkat pencapaian tertinggi yaitu 73,43%. Pada aspek lainnya, keterampilan membaca memperoleh pencapaian 50,83%, keterampilan mencatat 55%, keterampilan mengingat 72,01%, keterampilan konsentrasi 72,33%. Artinya, tidak seluruh peserta didik memiliki keterampilan belajar yang baik untuk mencapai hasil belajar yang maksimal. Peserta didik memiliki kekurangan tertentu pada aspek keterampilan belajarnya.

Aspek-aspek keterampilan belajar harus dimiliki oleh seluruh peserta didik dengan baik dan efisien. Secara garis besar, keterampilan belajar mendukung terjalannya kondisi pembelajaran yang baik. Fenomena yang terjadi di sekolah siswa cenderung lebih ditekankan pada pemikiran reproduktif, hafalan, dan mencari satu jawaban yang benar terhadap soal yang diberikan. Siswa jarang dirangsang untuk melihat suatu masalah dari berbagai macam sudut pandang atau untuk memberikan alternatif penyelesaian suatu masalah (Rais, 2013, hlm.3).

Pendapat Rais sesuai dengan pendapat Hidayat (2010) yang menyatakan masalah belajar siswa SMP adalah masalah keterampilan belajar dan selalu menduduki posisi dominan, skor mutu kegiatan belajar mengajar rendah dan cenderung menurun dari tahun ke tahun. Salah satu contoh yakni dalam Ujian Nasional 2015 mengalami penurunan nilai ujian di tingkat SMP sebesar 3,40 dari tahun lalu. Pada tahun 2014 nilai rata-rata Ujian Nasional SMP adalah 65,20 sedangkan 2015 menjadi 61,80. Artinya, keterampilan belajar sangat berpengaruh terhadap hasil belajar peserta didik, terbukti dari tahun ke tahun keterampilan belajar peserta didik yang ditunjukkan oleh nilai Ujian Nasional, tidak mengalami kemajuan yang signifikan, bahkan menjadi lebih menurun.

Menurut menteri Pendidikan, Anies Baswedan (Murdaningsih dalam *Republika*, 18 Sept 2015), menyatakan untuk menjawab soal tidak cukup hanya dengan mengandalkan hafalan saja, melainkan membutuhkan fikiran yang lebih

dan menggunakan nalar yang kuat. Pernyataan Anies Baswedan memberikan pemahaman bahwa setiap peserta didik perlu memiliki keterampilan belajar dalam segala aspek, tidak hanya aspek tertentu saja.

Kegagalan peserta didik dalam menghadapi Ujian Nasional mengakibatkan rendahnya prestasi belajar sebagai indikator peserta didik belum menguasai cara-cara belajar yang baik. Guna pencapaian prestasi belajar peserta didik yang tinggi, perlu dimilikinya keterampilan belajar, sehingga prestasi akademik, motivasi belajar, penyesuaian diri, keyakinan diri peserta didik dapat berkembang optimal.

Penguasaan peserta didik terhadap keterampilan belajar dapat meminimalkan hambatan belajar (Maher dan Zins, dalam Djamal, 2006, hlm.18). Peserta didik perlu penyesuaian diri secara tepat terutama dalam akademik untuk meningkatkan keterampilan belajar. Grasha dan Kirchenbaum (dalam Prasetyawati, 2003, hlm. 26) mengemukakan apa dan bagaimana individu belajar sebagian besar dipengaruhi oleh kemampuan untuk beradaptasi dengan lingkungan. Penyesuaian diri akademik peserta didik adalah bagaimana peserta didik melakukan upaya menyeimbangkan keadaan dalam lingkungan sekolah meliputi segala perubahan yang terjadi baik sikap, tingkah laku, atau perasaan sebagai siswa (Prasetyawati, 2003, hlm. 27).

Menurut Stage dan Brandt (1999, hlm. 112), penyesuaian akademis yang dapat dilakukan oleh peserta didik diukur melalui kemampuannya dalam menguasai keahlian atau pengetahuan yang diberikan. Peserta didik yang berorientasi untuk menguasai suatu keahlian atau pengetahuan berusaha untuk dapat memperoleh hasil yang maksimal dari berbagai pengetahuan yang diberikan.

Menurut penelitian Warsito (2009, hlm. 39), ada pengaruh yang positif dan signifikan antara penyesuaian akademik dengan prestasi akademik peserta didik. Temuan menunjukkan pengaruh yang positif, apabila seseorang dapat melakukan penyesuaian diri akademik dengan baik, maka prestasi akademik yang dicapainya akan semakin tinggi. Sesuai dengan pendapat Schneiders (1964, hlm. 98) menyesuaikan diri dengan tugas-tugas atau pekerjaan berarti memiliki perilaku sedemikian rupa sehingga semua permintaan tugas atau profesi yang esensial dipenuhi secara konsisten dengan cara yang efisien dan memuaskan.

Aeni Inayah Elfitriyah, 2016

Kontribusi Penyesuaian Diri Akademik dan Stres Akademik terhadap Keterampilan Belajar Peserta Didik

Universitas Pendidikan Indonesia | repository.upi.edu | perpustakaan.upi.edu

Pada kenyataannya, tidak seluruh peserta didik memiliki penyesuaian diri akademik yang tinggi. Peserta didik berprestasi rendah memiliki penyesuaian diri akademik yang rendah, karena siswa mengalami kesulitan dalam mengerjakan tugas, kurang memiliki manajemen waktu yang memadai, berperilaku *maladjustment* (perilaku salah suai) seperti bolos sekolah untuk menghindari pelajaran, merokok sehingga peserta didik menjadi stress bahkan depresi ketika tidak dapat menyelesaikan tugas yang dilakukannya.

Teori Belajar-Sosial Bandura (Santrock, 2011, hlm. 285) mengembangkan *model reciprocal determinism* (saling menguntungkan) yang terdiri dari tiga faktor utama: perilaku, determinan kognitif, dan lingkungan, dimana ketiga faktor itu saling berinteraksi untuk memengaruhi pembelajaran: faktor lingkungan mempengaruhi perilaku, perilaku mempengaruhi lingkungan, faktor *person* (orang/kognitif) mempengaruhi perilaku. Orang menentukan dan mempengaruhi tingkah lakunya dengan mengontrol lingkungan, tetapi orang juga dikontrol oleh kekuatan lingkungan. Oleh sebab itu, lingkungan belajar peserta didik di sekolah serta cara berfikir siswa mempengaruhi tingkah laku yang muncul dari dalam diri peserta didik.

Penelitian Warsito (2009, hlm. 30) kepada mahasiswa FIP di Universitas Negeri Surabaya (UNESA), ada 31,67% mahasiswa kurang dapat berusaha menyelesaikan tugasnya tepat waktu dengan berbagai alasan, dan 18,33% mahasiswa mudah menyerah menghadapi masalah, tugasnya banyak, merasa kurang yakin dapat menyelesaikan sesuatu, sedangkan 50% mahasiswa merasa kurang yakin akan kemampuannya untuk dapat memenuhi ketentuan-ketentuan akademik yang begitu banyak. Inilah yang menyebabkan timbulnya kecemasan atau stress yang dialami peserta didik erat kaitannya dengan keterampilan belajar yang dimiliki.

Penelitian Mazaya (2013, hlm. 8), menunjukkan penyesuaian diri akademik siswa di SMA Al-Islam 1 Surakarta memberikan sumbangan sebesar 7,9% terhadap kecenderungan somatisasi (gangguan yang berhubungan dengan stress). Artinya penyesuaian diri akademik siswa berpengaruh sebesar 7,9% dalam perkembangan belajar siswa di sekolah.

Salah satu hal yang mempengaruhi perkembangan kognitif peserta didik ialah tuntutan yang berasal dari lingkungan. Tuntutan dapat membuat siswa menjadi stress, salah satu stress yang berkaitan dengan sekolah ialah tuntutan akademik. Tuntutan akademik bersumber dari proses belajar mengajar seperti banyaknya tugas yang menuntut siswa sehingga tidak dapat mengelola diri. Peserta didik yang kurang mampu menyelesaikan tugasnya dengan baik karena tuntutan-tuntutan akademik yang tinggi, sehingga memicu stress pada peserta didik (Mazaya, 2013, hlm.2).

Pada dasarnya kegiatan pembelajaran tidak hanya meliputi tatap muka, tetapi melalui tugas terstruktur atau kegiatan mandiri tidak terstruktur, dalam bentuk kegiatan pendalaman materi pembelajaran yang dirancang guru untuk mencapai standar kompetensi yang seharusnya. Siswa yang memiliki keterampilan belajar yang baik, akan mampu menyesuaikan kemampuan diri akademiknya dengan tugas yang diberikan oleh guru. Namun, jika siswa kurang memiliki keterampilan belajar, tentunya akan sulit menyesuaikan kemampuan diri akademiknya sehingga memicu terjadinya stress akademik pada siswa.

Tuntutan akademik dapat bersumber dari orangtua, guru, atau teman. Siswa dituntut agar dapat berprestasi di sekolah misalnya mendapatkan nilai tinggi, menyelesaikan tugas dengan baik, dapat masuk perguruan tinggi favorit (Misra & Castillo, 2004, hlm.132). Tuntutan akademik yang tidak sesuai dengan kemampuan yang dimiliki siswa, dapat membuat siswa menjadi stress. Stress yang terjadi di lingkungan sekolah biasanya disebut dengan stress akademik. Olejnik dan Holschuh (2007, hlm.66) mengemukakan yang dimaksud dengan stress akademik ialah “respon yang muncul karena terlalu banyaknya tuntutan dan tugas yang harus dikerjakan siswa”.

Chapman, et al. (1992, hlm. 10) mengungkapkan stress akademik merupakan konsekuensi dari penilaian siswa terhadap tuntutan yang *stressfull* dan persepsi tentang kemampuan yang dimiliki untuk mengatasi tuntutan. Sesuai dengan penelitian Nurmalasari (2011) terhadap siswa kelas VII SMP Negeri 1 Lembang menemukan 20,93% siswa mengalami stress kategori tinggi, 58,14% kategori sedang, serta 20,93% kategori rendah. Penelitian menggambarkan pengalaman stress siswa khususnya siswa sekolah menengah yang notabene berada

pada masa remaja merupakan fenomena yang memerlukan perhatian, terutama dalam bidang bimbingan dan konseling.

Hasil penelitian Winajah (2013) mengenai gambaran umum stres akademik peserta didik kelas X SMAIT As-Syifa Boarding School Subang TP 2012/2013 sebanyak 71,22% berada pada kategori sedang, 14,39% berada pada kategori tinggi, dan 14,39% berada pada kategori rendah. Penelitian menggambarkan siswa pernah merasakan gejala-gejala stres akademik selama di sekolah pada saat pembelajaran yang dipengaruhi oleh faktor-faktor kesulitan belajar lainnya.

Salah satu pemicu stres akademik pada siswa ialah faktor kejenuhan belajar. Kejenuhan belajar siswa merupakan hal yang serius dan sering dijumpai di sekolah-sekolah. Penelitian dilakukan juga oleh Firmansyah (2012) pada siswa kelas VIII SMPN 1 Lembang yang menemukan 14,6% siswa mengalami kejenuhan belajar kategori tinggi, 72,9% pada kategori sedang, serta 12,5% pada kategori rendah.

Penelitian Wahyuningsih (2010) yang membandingkan perbedaan stres akademik pada siswa program akselerasi dengan kelas reguler di SMPN 5 Bandung menyebutkan adanya perbedaan pengelolaan diri terhadap stres akademik yang dialami siswa dan bentuk strategi yang digunakan dimana siswa kelas reguler memiliki pengelolaan diri yang kurang dibandingkan siswa program akselerasi.

Fenomena yang berkaitan dengan keterampilan belajar, penyesuaian diri akademik, dan stress akademik yang dialami oleh peserta didik, menimbulkan pertanyaan dan menarik perhatian bimbingan dan konseling. Peserta didik di sekolah tidak luput dari keterkaitannya dengan pembelajaran, serta hubungan dirinya sendiri dengan lingkungan sosialnya. Jika peserta didik kesulitan dalam belajar, pasti akan ada kaitannya dengan hal yang ada pada diri peserta didik atau dengan lingkungan sosial peserta didik tersebut.

Layanan bimbingan dan konseling bidang bimbingan belajar, meningkatkan kualitas akademik peserta didik di sekolah khususnya membimbing siswa yang memiliki kesulitan belajar dalam mencapai prestasi belajar yang tinggi.

Slameto (2003, hlm.28), menyatakan syarat keberhasilan belajar siswa, dalam proses belajar adalah keterampilan belajar. Tinggi rendahnya tingkat keterampilan belajar dipengaruhi oleh penyesuaian diri akademik serta tingkat stress akademik yang dialami peserta didik. Melakukan penelitian mengenai *Kontribusi Penyesuaian diri Akademik dan Stres Akademik terhadap Keterampilan Belajar Peserta Didik* penting untuk dilakukan.

1.2 Identifikasi dan Rumusan Masalah Penelitian

Moh. Surya (1992, hlm.28) mengungkapkan keterampilan merupakan kegiatan-kegiatan yang bersifat neuromuscular, artinya menuntut kesadaran yang tinggi. Dibandingkan dengan kebiasaan, keterampilan merupakan kegiatan yang lebih membutuhkan perhatian serta kemampuan intelektualitas, selalu berubah dan sangat disadari oleh individu.

Secara khusus, keterampilan belajar merupakan hal yang perlu dimiliki peserta didik untuk meningkatkan hasil belajar yang baik. Keterampilan belajar membuat siswa menyadari bagaimana cara belajar terbaik sehingga menjadi lebih bertanggung jawab terhadap kegiatan belajarnya. Indikator keterampilan belajar yang harus dimiliki peserta didik menurut Devine (dalam Burden & Byrs, 1999, hlm. 76) adalah sebagai berikut:

1. keterampilan manajemen waktu
2. keterampilan membaca
3. keterampilan mencatat
4. keterampilan mengingat (memori)
5. keterampilan konsentrasi
6. keterampilan persiapan ujian

Peserta didik yang tidak memiliki keterampilan-keterampilan belajar, berpotensi memiliki prestasi belajar yang rendah. Tidak dimilikinya keterampilan belajar diakibatkan oleh penyesuaian diri akademik yang kurang pada diri peserta didik. Adler, dkk (dalam Rosiana, 2011, hlm. 491), menyatakan *adjustment to collage* (penyesuaian di sekolah) merupakan aspek penting dalam kesuksesan akademik. Menurut Strage dan Brandt (1999, hlm.112), peserta didik yang

mampu melakukan penyesuaian akademis dapat dilihat dari beberapa aspek, diantaranya:

1. Kepemimpinan
2. Kemasyarakatan
3. Ketahanan
4. Keterlibatan terhadap tugas
5. Kepercayaan diri akademik
6. Kepercayaan diri sosial
7. Lokus control internal
8. Kepercayaan pengembangan diri
9. Hubungan dengan guru
10. Hubungan dengan teman sebaya

Menurut temuan Warsito (2009, hlm. 39) adanya hubungan kausal yang positif antara penyesuaian diri akademik dengan prestasi akademik, seseorang dapat melakukan penyesuaian diri akademik dengan baik, artinya dapat memenuhi persyaratan akademiknya di sekolah, seperti mendapatkan pengetahuan dari ilmu yang dipelajarinya dengan menunjukkan perolehan nilai yang bagus sesuai kapasitasnya, dapat menerapkan ilmu yang dipelajari dalam menghadapi permasalahan, dapat mengarah pada pencapaian tujuan, dan dapat memenuhi keinginan dan minatnya dalam bidang akademik, kemampuan penyesuaian diri peserta didik dapat mencapai prestasi akademik yang tinggi.

Pada saat peserta didik memiliki keterampilan belajar rendah, kemampuan memenuhi tuntutan akademik yang rendah, kondisi yang dialami kemungkinan dapat membuat siswa mengalami stress akademik atau stress yang terjadi di lingkungan sekolah. Sesuai pendapat Olejnik dan Holschuh (2007, hlm.66) bahwa stres akademik ialah “respon yang muncul karena terlalu banyaknya tuntutan dan tugas yang harus dikerjakan siswa”.

Stress akademik yang dimaksud yakni reaksi peserta didik terhadap kegiatan akademik yang dalam persepsi peserta didik dianggap sebagai suatu beban yang memiliki batas kemampuan. Helmi (Safaria & Saputra, 2009) menyatakan bahwa empat macam reaksi stress yang bersifat negatif yaitu reaksi psikologis, fisiologis, proses berfikir (kognitif), dan perilaku.

Uraian mengenai keterampilan belajar peserta didik tersebut, secara tidak langsung mempengaruhi penyesuaian diri akademik dan stress akademik yang dialami peserta didik di sekolah khususnya pada bidang pembelajaran.

Secara operasional identifikasi dan rumusan masalah penelitian dijabarkan ke dalam pertanyaan penelitian sebagai berikut:

- 1) Bagaimana gambaran umum tingkat keterampilan belajar peserta didik kelas VII MTs. Al-Inayah Kota Bandung Tahun Ajaran 2015/2016?
- 2) Bagaimana gambaran umum tingkat penyesuaian diri akademik peserta didik kelas VII MTs. Al-Inayah Kota Bandung Tahun Ajaran 2015/2016?
- 3) Bagaimana gambaran umum tingkat stress akademik peserta didik kelas VII MTs. Al-Inayah Kota Bandung Tahun Ajaran 2015/2016?
- 4) Bagaimana pengaruh Penyesuaian Diri Akademik dan Stres akademik terhadap Keterampilan Belajar peserta didik di kelas VII MTs. Al-Inayah Bandung Tahun Ajaran 2015/2016?

1.3 Tujuan Penelitian

Tujuan umum penelitian untuk memperoleh gambaran empirik mengenai pengaruh Penyesuaian Diri Akademik dan Stres Akademik terhadap Keterampilan Belajar Peserta didik, sedangkan tujuan khususnya yaitu untuk menghasilkan data empirik tentang:

- 1) Profil tingkat keterampilan belajar, penyesuaian diri akademik, dan stress akademik peserta didik di kelas VII MTs. Al-Inayah Bandung Tahun Ajaran 2015/2016.
- 2) Memperoleh seberapa besar kontribusi penyesuaian diri akademik dan stress akademik terhadap keterampilan belajar peserta didik di kelas VII MTs. Al-Inayah Bandung Tahun Ajaran 2015/2016.

1.4 Manfaat Penelitian

Hasil penelitian diharapkan dapat memberikan manfaat bagi konselor di sekolah dalam memberikan layanan Bimbingan dan Konseling khususnya dalam bidang bimbingan belajar kepada peserta didik.

1.5 Struktur Organisasi Skripsi

Struktur organisasi skripsi meliputi BAB I Pendahuluan yang meliputi latar belakang penelitian, rumusan masalah, tujuan penelitian, manfaat penelitian, dan struktur organisasi skripsi. BAB II Kajian Pustaka yang terdiri dari konsep-konsep teori, penelitian terdahulu, posisi teoritis peneliti yang berkenaan dengan masalah yang diteliti, penelitian terdahulu, serta peta konsep mengenai variabel yang diteliti. BAB III Metode Penelitian yang terdiri dari desain penelitian, lokasi penelitian, populasi dan sampel penelitian, instrumen penelitian, prosedur penelitian, hipotesis penelitian, dan analisis data. BAB IV Temuan Penelitian dan Pembahasan yang memaparkan hasil temuan penelitian beserta pembahasan. BAB V Simpulan, Implikasi, dan Rekomendasi.