

# BAB I

## PENDAHULUAN

### A. Latar Belakang Penelitian

Setiap individu yang hidup di dunia senantiasa mengalami perubahan-perubahan yang bersifat progresif dan berkesinambungan. Perubahan-perubahan tersebut merupakan proses dari perkembangan. Perubahan inilah yang akan dihadapi pada sejumlah permasalahan baik disadari maupun tidak disadari baik secara fisik maupun psikologis. Menurut Seifert & Hoffnung (dalam Desmita, 2006, hlm 4) mendefinisikan perkembangan sebagai *“long-term changes in a person’s growth feelings, patterns of thinking, social relationship, and motor skills”*.

Perkembangan yang tidak bersifat statis menuntut kepada individu agar dapat menyesuaikan diri dengan lingkungannya, khususnya pada masa remaja. Masa remaja merupakan suatu periode transisi dalam rentang kehidupan manusia yang menjembatani masa kanak-kanan dengan masa dewasa. Pada masa tersebut, remaja akan dihadapkan pada perubahan biologis, pengalaman-pengalaman baru serta tugas perkembangan baru. Menurut pandangan Stanley (1904) masa remaja merupakan masa bergolak yang diwarnai oleh konflik dan perubahan suasana hati (*mood*). Ketidakmampuan individu dalam mengelola tekanan dalam periode kehidupan bisa menjadi sumber stres.

Stres merupakan situasi atau peristiwa yang dialami individu dapat bernilai positif ataupun negatif. Terkait dengan masa remaja, stress dapat bermula dari berbagai sumber. Sumber-sumber itu antara lain adalah peristiwa hidup, kesibukan sehari-hari, dan faktor sosial budaya. Menurut Hurlock (1995) masalah-masalah yang dialami remaja meliputi masalah-masalah kondisi fisik, rumah, sekolah, penyesuaian sosial, tugas dan nilai-nilai serta masalah-masalah yang disebabkan oleh status yang tidak jelas seperti masalah kesalahpahaman atau penilaian berdasarkan stereotip yang keliru, serta tuntutan lingkungan tidak sesuai dengan kondisi fisik maupun psikologis.

Terlepas dari karakteristiknya, perlu diperhatikan bahwa pendidikan remaja merupakan hal yang penting. Di dalam pendidikan semua anak memiliki kesempatan dan hak yang sama yaitu memperoleh pendidikan. Dalam undang-undang No. 23 Tahun 2002 tentang Perlindungan Anak pada ayat (1) Setiap anak berhak memperoleh pendidikan dan pengajaran dalam rangka pengembangan pribadinya dan tingkat kecerdasannya sesuai dengan minat dan bakatnya; ayat (2) Selain hak anak sebagaimana dimaksud dalam ayat 1, khusus bagi anak yang menyandang cacat juga berhak memperoleh pendidikan luar biasa, sedangkan bagi anak yang memiliki keunggulan juga berhak mendapatkan pendidikan khusus.

Di Indonesia anak yang memiliki keunggulan atau biasa disebut dengan anak berbakat. Begitupula dengan remaja berbakat. Remaja berbakat memiliki karakteristik lain yang berbeda dengan remaja pada umumnya. Winner (Dalam Santrock, hlm 11) mendeskripsikan karakteristik remaja sebagai berikut; 1) kematangan (*precocity*) remaja berbakat lebih cepat matang dibandingkan teman pada seusianya; 2) berkembang menurut tempo dan caranya sendiri, seperti pada proses belajar remaja berbakat memiliki cara sendiri dalam memecahkan masalah secara unik; 3) dorongan untuk menguasai lebih tinggi, dikarenakan mereka memiliki obsesi dan memperlihatkan minat yang tinggi; 4) keterampilan pemrosesan-informasi, remaja berbakat belajar dengan kecepatan tinggi, lebih cepat memproses informasi dengan menggunakan strategi yang lebih baik.

Ketika remaja berbakat kurang tertantang mereka akan merasa bosan dan kehilangan minat untuk berprestasi, dan apatis terhadap sekolah (Santrock, hlm 136). Winner (Santrock, hlm 136) menyatakan bahwa remaja berbakat sering terisolasi secara sosial dan merasa kurang tertantang dalam kelas, mengasingkan diri dari masyarakat.

Perbedaan-perbedaan antara minat dan kemampuan yang berbeda dari teman sebanya mereka menimbulkan tekanan pada diri mereka. Terdapat beberapa asumsi Santrock (2007, hlm 136) peserta didik berbakat akan mampu belajar dengan baik tanpa perhatian dan bimbingan. Harapan lingkungan sekitar terhadap peserta didik

berbakat yang berlebih akan berdampak pada stres, terutama apabila terdapat penolakan pada situasi yang diharapkan (Kaplan, Liu, & Kaplan, 2005). Preuss and Dubow (2004) peserta didik berbakat perlu memiliki strategi dalam memecahkan permasalahannya, agar dapat mengelola stress.

Faktor yang menjadi penyebab rentan akan stres pada peserta didik gifted ketika mereka memiliki karakter seperti harga diri yang rendah, perfeksionis, kepekaan yang berlebihan (*supersensitivity*), kurangnya keterampilan sosial, dukungan sosial yang rendah, isolasi sosial, harapan yang tidak realistis dan tidak tersedianya pelayanan pendidikan yang sesuai (Munandar, 2002, hlm 390).

Terdapat beberapa penelitian yang hampir serupa telah dilakukan di Indonesia oleh Suseno bahwa terdapat mengenai tingkat stres pada kelas akselerasi yang memiliki kelas khusus bagi peserta didik bakat khusus dengan tingkat stres siswa-siswi akselerasi di SMAN 1 Malang didapatkan hasil bahwa 4,61% tingkat stres yang dialami peserta didik Akselerasi tergolong tinggi, 81,53% tergolong sedang dan 13,48% tergolong rendah. Hal tersebut dikarenakan peserta didik program akselerasi memiliki tuntutan-tuntutan yang dihadapi oleh peserta didik SMA Program Akselerasi menyebabkan dia harus tidur larut malam dan terlambat makan karena harus mengerjakan tugas-tugas sekolah. Dia juga mengalami perasaan kecewa ketika tidak mampu menjawab pertanyaan dari guru. Mereka cenderung bergaul hanya dengan peserta didik lain yang juga mengikuti Program Akselerasi bahkan mereka merasa dikucilkan dengan peserta didik lain dari Program Non Akselerasi.

Penelitian yang telah dilakukan oleh Diana di SMP 01 Gowa terkait peserta didik akselerasi menyatakan bahwa peserta didik akselerasi cenderung lebih dikucilkan oleh temannya dikarenakan merasa bahwa mereka merupakan anak-anak yang eksklusif.

Berdasarkan wawancara yang dilakukan oleh peneliti dengan guru BK di SMA Negeri 4 Bandung memaparkan bahwa SMAN 4 Bandung tidak memiliki kelas khusus untuk peserta didik bakat khusus, hanya saja SMAN 4 Bandung merupakan sekolah berbasis inklusi, sehingga terdapat peserta didik yang teridentifikasi sebagai salah satu peserta didik berbakat, selain memiliki IQ yang tinggi beberapa peserta didik

khususnya di kelas X dan XI cenderung memiliki minat yang tinggi terhadap beberapa kegiatan di sekolah dibandingkan teman sebaya lainnya.

Tidak semua remaja mampu memberikan respon yang sama terhadap stress atau tekanan yang dialami. Situasi yang menekan tersebut dapat berdampak positif dan negatif. Apabila dampaknya negatif maka peserta didik perlu memahami pentingnya mengetahui cara mengelola tekanan tersebut. Pengelolaan stres biasa disebut dengan *coping* (Santrock, 2007, hlm 299). Secara singkat kemampuan *coping* merupakan kemampuan individu dalam mengelola situasi yang membebani, berusaha untuk mengatasi, memecahkan masalah, atau mengurangi stres. Keberhasilan dalam *coping* berkaitan dengan sejumlah karakteristik, termasuk kendali pribadi, emosi positif dan sumber daya personal (Santrock, 2007, hlm 299).

Lazarus dan Folkman (1984) mengklasifikasikan strategi *coping* kepada dua strategi yaitu; 1) *problem-focused coping* (*coping* yang berfokus pada masalah); 2) *emotion-focused coping* (*coping* yang berfokus pada emosi). *Coping* merupakan sebuah proses yang tidak dapat berdiri sendiri melainkan perlu adanya pengaruh dari berbagai tuntutan dan sumber daya yang terdapat di lingkungan. Pada situasi pendidikan, untuk meningkatkan pengelolaan stres perlu adanya suatu bimbingan.

Bimbingan bagi anak berbakat dapat membantu mengembangkan toleransi, mendorong peserta didik menuju aktualisasi diri. Telah dikemukakan sebelumnya bahwa anak berbakat rentan akan stress disebabkan ketidakmampuannya untuk mengatasi ketegangan. Dengan adanya program bimbingan dan manajemen stres yang tepat bagi remaja berbakat dapat membimbing mereka untuk mengembangkan keterampilan antarpribadi serta pemecahan masalah dengan kemampuan intelektual yang dimiliki (Munandar, 2014, hlm 394).

Sejalan dengan adanya studi pendahuluan yang telah dilaksanakan peneliti di SMAN 4 Bandung bahwa terdapat peserta didik yang diprediksi memiliki IQ diatas rata-rata beserta karakteristiknya, dan permasalahan-permasalahan yang dialami. Peneliti tertarik untuk mengembangkan penelitian mengenai stress akademik peserta

didik berbakat di SMA Negeri 4 Bandung yang teridentifikasi sebagai peserta didik berbakat.

Berdasarkan pemaparan fenomena serta temuan teori, maka disusunlah program layanan bimbingan dan konseling untuk meningkatkan pengelolaan stres akademik peserta didik berbakat di SMA Negeri 4 Bandung tahun ajaran 2015/2016.

## **B. Rumusan Masalah Penelitian**

Masa remaja merupakan masa transisi yang menjembatani masa kanak-kanak dengan masa dewasa. Pada masa tersebut remaja akan memiliki perubahan-perubahan baru dalam dirinya. Seperti, memiliki keinginan mengeksplorasi diri, lebih banyak bergaul dengan teman sebaya dan pengalaman baru lainnya. Namun, dalam perubahan tersebut tidak semua remaja memiliki pergerakan perubahan yang sama, salah satunya remaja yang memiliki bakat istimewa atau biasa disebut dengan remaja berbakat. Remaja berbakat memiliki karakteristik lain yang berbeda dengan teman sebayanya. Selain memiliki IQ yang tinggi, remaja berbakat cenderung lebih matang, memiliki dorongan minat yang tinggi, lebih senang bergaul dengan orang yang memiliki pemikiran yang lebih matang, berpikir kritis, inisiatif tinggi dan perfeksionis. Hanya saja dengan karakteristik yang unik ini, mengakibatkan sebagian teman menganggapnya berbeda baik dari segi intelektual, cara pandang, cara bergaul. Tuntutan secara sosial akan berbeda pula dengan remaja pada umumnya. Remaja berbakat akan dipandang sebagai remaja yang tidak perlu diberikan bimbingan dikarenakan dapat memahami segala sesuatunya sendiri. Tuntutan demikian dapat mengakibatkan tekanan terhadap remaja berbakat. Remaja berbakat akan mengasingkan diri dari lingkungan, kurangnya dukungan sosial akan berdampak pada harga diri yang rendah, kurangnya percaya diri serta berdampak pada stress akademik. Johnson (1981) mencatat bahwa kemampuan intelektual yang dimiliki remaja berbakat akan mendapatkan reaksi yang berbeda dari lingkungan termasuk teman sebaya, hal ini dapat menyebabkan mereka merasakan kesulitan dalam mengatasi sosialnya. Disebutkan bahwa ketika individu telah mengalami kecemasan atau penolakan dalam

suatu lingkup yang tidak sesuai dengan harapannya maka individu tersebut dapat mengalami tekanan.

Banyak remaja mempercayai bahwa tingkat kemampuan yang tinggi dapat mempersulit hubungan sosial, kepercayaan dan harga diri mereka (Swiantek, 2001). Situasi ini dapat digambarkan sebagai stressor kesulitan dalam kemampuan interpersonal yang akan mengakibatkan tekanan. Tidak semua remaja berbakat dapat mengatasi tekanan tersebut. Maka untuk menyesuaikan diri dengan lingkungan, remaja berbakat perlu kemampuan untuk mengelola stress, kemampuan tersebut disebut *coping*.

*Coping* merupakan kemampuan mengelola situasi menekan yang membebani pikiran dan mencari penyelesaian dengan berbagai strategi. Tentunya strategi *coping* perlu dipengaruhi oleh beberapa tuntutan dan sumber daya dari lingkungan (Santrock, 2007, hlm 299-301). Dalam konteks sekolah atau pendidikan, bidang pembinaan peserta didik (bimbingan dan konseling) memiliki peranan penting untuk meningkatkan pemahaman diri mereka. Bimbingan dan Konseling akan membantu peserta didik dalam mencapai perkembangan yang optimal melalui interaksi yang sehat dengan lingkungannya (Yusuf, 2012, hlm, 5).

Khususnya bimbingan bagi anak berbakat memiliki tujuan untuk mengatasi beban yang dialami serta mengembangkan toleransi, mendorong menuju aktualisasi diri, dan keterampilan lainnya dengan memanfaatkan kemampuan intelektualnya.

Berdasarkan identifikasi masalah mengenai perlunya suatu bimbingan dan konseling untuk mengelola stres akademik pada peserta didik berbakat, maka penelitian berfokus pada pembuatan suatu program. Adapun masalah utama yang perlu dijawab dalam penelitian ini adalah “program bimbingan seperti apa yang dapat mengelola stres terhadap peserta didik berbakat?”

Adapun rumusan masalah tersebut dapat diuraikan dalam pertanyaan secara khusus sebagai berikut:

1. Bagaimana gambaran umum stres akademik peserta didik berbakat di SMAN 4 Bandung Tahun Ajaran 2015/2016?
2. Bagaimana gambaran umum kecenderungan strategi *coping stress* peserta didik berbakat di SMAN 4 Bandung Tahun Ajaran 2015/2016?
3. Bagaimana rancangan program bimbingan dan konseling untuk mengelola stres akademik peserta didik berbakat di SMAN 4 Bandung Tahun Ajaran 2015/2016?

### **C. Tujuan Penelitian**

Tujuan penelitian umum penelitian ini merumuskan program bimbingan dan konseling untuk mereduksi stress akademik pada peserta didik berbakat. Adapun tujuan khusus penelitian ini yaitu sebagai berikut :

1. Memperoleh gambaran umum Stres Akademik peserta didik berbakat di SMAN 4 Bandung Tahun Ajaran 2015/2016
2. Memperoleh gambaran terkait kecenderungan strategi *coping stress* peserta didik berbakat di SMAN 4 Bandung Tahun Ajaran 2015/2016?
3. Merancang program bimbingan dan konseling untuk mengelola stres akademik peserta didik berbakat di SMAN 4 Bandung Tahun Ajaran 2015/2016

### **D. Manfaat Hasil Penelitian**

#### **1. Manfaat Teoritis**

Secara teoritis, hasil penelitian ini dapat memberikan gambaran sumbangan ilmu pengetahuan serta referensi khusus mengenai stres akademik dan pengelolaan stress pada peserta didik SMA serta merancang program bimbingan dan konseling yang sesuai.

#### **2. Manfaat Praktis**

Adapun manfaat yang ingin diperoleh dari penelitian ini adalah :

- a. Bagi SMAN 4 Bandung, untuk memberikan informasi terkait dengan gejala stress akademik serta pengelolaannya pada peserta didik berbakat di SMAN 4 Bandung.

- b. Bagi konselor di sekolah, hasil penelitian ini diharapkan mampu menjadi pertimbangan atau rekomendasi untuk memberikan bantuan khusus terhadap program bimbingan dan konseling yang tepat untuk peserta didik berbakat.
- c. Bagi Peneliti, dapat membantu peneliti memperkaya ilmu pengetahuan terkait stres akademik pada peserta didik berbakat serta merancang program bimbingan dan konseling
- d. Bagi peneliti selanjutnya, sebagai bahan kajian dan pengetahuan bagi peneliti selanjutnya yang berhubungan dengan Stres Akademik serta program layanan yang sesuai sebagai acuan kebutuhan peserta didik.

#### **E. Struktur Organisasi Skripsi**

Struktur organisasi skripsi ini terdiri dari lima bab, yaitu Bab I pendahuluan menguraikan inti dari penelitian yang didalamnya mencakup latar belakang penelitian, rumusan masalah penelitian, tujuan penelitian, manfaat penelitian dan struktur organisasi penelitian

Bab II kajian pustaka, menjabarkan secara konseptual mengenai (1) konsep keberbakatan, meliputi, sejarah keberbakatan, karaktersitik keberbakatan, dan Identifikasi keberbakatan (2) Stres Akademik, meliputi, definisi stress akademik, gejala stres akademik, sumber stres dan dampak stres akademik; (3) Manajemen Stres meliputi, Definisi *coping*, jenis strategi *coping stress*, sumber *coping stress*, faktor penghambat strategi *coping skill*, dan manfaat strategi *coping skill* (4) Konsep Bimbingan dan Konseling meliputi, definisi bimbingan dan konseling, tujuan bimbingan dan konseling, fungsi bimbingan dan konseling, prinsip bimbingan, program bimbingan dan konseling, (5) Program Bimbingan dan Konseling untuk mereduksi stres akademik peserta didik berbakat; (6) Penelitian terdahulu.

Bab III menguraikan metode penelitian, meliputi lokasi dan sampel penelitian, pendekatan penelitian, desain penelitian, definisi operasional variabel, instrument penelitian, prosedur penelitian dan analisis data. Bab IV hasil penelitian yang berisi temuan peneliti berdasarkan hasil pengolahan dan pembahasan Bab V penutup terdiri dari simpulan dan rekomendasi yang menyajikan penafsiran dan pemahaman

penelitian terhadap hasil analisis temuan penelitian serta rekomendasi yang ditujukan kepada guru BK, pihak sekolah, serta peneliti selanjutnya.

