

# BAB 1

## PENDAHULUAN

### 1.1 Latar Belakang

Hidayat (2012) menyatakan bahwa pendidikan mempunyai arti yang sangat penting bagi kehidupan dan perkembangan siswa. Pendidikan di sekolah dapat memenuhi beberapa kebutuhan siswa dan menentukan kualitas kehidupan mereka dimasa depan. Namun dalam proses pendidikan di sekolah siswa tidak jarang juga mengalami stres karena ketidakmampuannya beradaptasi dengan program di sekolah. Hidayat (2012) menyatakan bahwa stres yang di alami siswa di lingkungan sekolah akan terakumulasi terhadap gangguan psikologis dan penyakit fisik. Taufik (2013) menyatakan stres yang sering dialami oleh siswa adalah stres akademik.

Slavin (2011) menyatakan terdapat pengaruh tingkatan tahun belajar dengan tingkat stres yang dialami setiap siswa. Prabowo (2014) menyatakan stres merupakan reaksi atau respon psikologi individu saat dihadapkan pada stimulus yang melampaui batas atau dianggap sulit untuk dihadapi, dimana terjadinya kesenjangan antara tuntutan lingkungan dan kemampuan individu untuk memenuhinya.

Jika stimulus stres tersebut tidak dapat diminimalisir dan terjadi terus menerus dan berkepanjangan sehingga dapat mengakibatkan

penyesuaian yang buruk atau coping yang buruk, penyakit fisik dan ketidakmampuan



individu dalam menghadapi masalah menurut Potter (2013). Stres dapat terjadi pada setiap individu termasuk siswa. Stres pada siswa timbul saat ketidak mampuan siswa untuk mengatur kondisi yang disebabkan adanya ketidak sesuaian antara situasi yang diinginkan dengan keadaan biologi, psikologis, atau sistem sosial individu menurut Irdil (2016). Devi (2015) menyatakan bahwa dalam penelitiannya stressor akademik sangat berpengaruh pada kehidupan siswa dengan persentase *academic stressor* 43%, *social stressor* 6%, *family stressor* 12%, *emosional stressor* 15%, dan *finansial stressor* 14%.

Berdasarkan hasil studi pendahuluan yang dilakukan oleh peneliti pada tanggal 28 Agustus 2019 di SMKN 11 Malang didapatkan beban akademik siswa keperawatan kelas 3 di SMKN 11 Malang sangat berat dikarenakan waktu mengerjakan tugas sekolah, try out, ujian kompetensi keahlian dan ujian nasional sangat dekat. Jumlah keseluruhan siswa kelas 3 keperawatan sebanyak 38 siswa dengan presentase laki-laki sebanyak 4 siswa dan perempuan sebanyak 34 siswa. Hasil wawancara terhadap 10 orang siswa menunjukkan bahwa 4 orang siswa keperawatan mengatakan bahwa mengerjakan tugas sekolah sangat berat. Harus mengumpulkan tepat waktu sesuai dengan waktu yang telah ditentukan guru, selain itu mereka sering merasa cemas, sakit kepala, sulit berkonsentrasi dan tertekan karena kewajibannya. Kemudian 6 orang siswa mengatakan hanya menunggu saat pengumpulan tugas sehingga membuat mereka

merasa bosan dan was-was, serta sering merasa nyeri pada ulu hati saat mengerjakan tugas. Dalam wawancara tentang manajemen stres dalam menghadapi stres akademik, semua menjawab dengan bernyanyi bersama rekan sekelas, bermain game online dan tertawa bersama rekan sekelasnya.

Sandra (2015) menyatakan bahwa stres akademik muncul karena adanya tekanan untuk menunjukkan prestasi dan keunggulan dalam kondisi persaingan akademik yang semakin meningkat, sehingga individu akan merasa terbebani dan tertekan. Sayekti (2017) menyatakan bahwa stres akademik merupakan stres yang disebabkan *academic stressor*. Rahmawati (2017) menyatakan bahwa *academic stressor* yaitu stres yang bersumber dari proses pembelajaran seperti banyak tugas, keinginan untuk mendapatkan nilai yang tinggi, rendahnya prestasi yang diperoleh, kecemasan menghadapi ujian dan tuntutan untuk dapat mengatur waktu belajar. Nurlaila (2010) menyatakan oleh sebab itu diperlukan manajemen stress dengan merencanakan setiap kegiatan yang harus dilakukan, mengenai permasalahan secara keseluruhan, menilai dan menganalisa data-data yang ada dan mencakup segala aspek kemudian mengatur dalam penetapan langkah-langkah ke depan yang harus dilakukan. Keterampilan manajemen waktu dan efektifitas belajar terdapat korelasi positif. Asumsi ini ditegaskan oleh Clasessens (2007) menyarankan bahwa penerapan perilaku manajemen waktu adalah positif dengan pemahaman

waktu kontrol, pekerjaan inteferansi, kinerja, pekerjaan akademik, kepuasan kerja kesehatan dan alokasi waktu tugas–tugas prioritas tinggi. Dengan demikian kita bisa menghindari diri dari sikap yang tidak produktif.

Berdasarkan latar belakang tersebut maka peneliti tertarik untuk melakukan penelitian dengan judul “Gambaran Manajemen Stres Pada Siswa Keperawatan Kelas 3 Di Smkn 11 Malang”.

## **1.2 Rumusan Masalah**

Rumusan masalah dalam penelitian ini adalah “bagaimanakah gambaran manajemen stres pada siswa keperawatan kelas 3 di SMKN 11 Malang?”.

## **1.3 Tujuan Penelitian**

Mengetahui gambaran manajemen stres siswa keperawatan kelas 3 di SMKN 11 Malang.

## **1.4 Manfaat Penelitian**

### **1.4.1 Manfaat Teoritis**

#### **1. Bagi Peneliti**

Memberikan tambahan pengetahuan tentang manajemen stres kepada siswa keperawatan kelas 3 di SMKN 11 malang.

## **2. Bagi Ilmu Keperawatan**

Memberikan masukan khususnya dalam ilmu keperawatan tentang manajemen stres sehingga mampu memberikan solusi dalam mengatasi stres pada siswa keperawatan kelas 3.

## **3. Bagi Peneliti Selanjutnya**

Memberikan tambahan data serta referensi khusus mengenai manajemen stres yang tepat dan sesuai kepada siswa kelas 3.

### **1.4.2 Manfaat Praktis**

#### **1. Bagi Institusi Pendidikan**

Memberikan wawasan ilmu pengetahuan bagi mahasiswa kesehatan dalam menangani dan memberikan manajemen stres yang tepat pada siswa smk keperawatan kelas 3.

#### **2. Bagi Tempat Penelitian**

Memberikan masukan tentang hasil penelitian sehingga mampu memberikan arahan dan masukan bagi siswa keperawatan kelas 3 dalam mekanisme coping yang baik dalam menghadapi stres.

#### **3. Bagi Peneliti**

Menerapkan ilmu yang diperoleh dalam proses belajar khususnya ilmu metode penelitian serta menambah wawasan mengenai manajemen stres dalam mengerjakan tugas-tugas pada siswa smk kelas 3.





#### 4. Bagi Responden Penelitian

Memeberikan tambahan pengetahuan tentang pentingnya mekanisme coping dalam manajemen stres yang baik.

