

# BAB I

## PENDAHULUAN

### 1.1 Latar Belakang

Stres adalah tuntutan-tuntutan eksternal yang mengenai seseorang misalnya objek dalam lingkungan atau sesuatu stimulus yang secara obyektif adalah berbahaya. Stres juga bias diartikan sebagai tekanan, ketegangan, gangguan yang tidak menyenangkan yang berasal dari luar diri seseorang (Donsu, 2017). Pada siswa sering kali merasakan berbagai macam tekanan, depresi, kecemasan, ketakutan, serta perubahan yang terjadi dalam hidupnya yang disebut sebagai stress akademik (Ni'matuzahroh, 2019).

Stress akademik adalah stres yang disebabkan oleh academic stressor dalam proses belajar mengajar atau hal-hal yang berkaitan dengan kegiatan belajar (Nurmaliyah, 2014). Ujian akhir di pondok pesantren termasuk penyebab stress akademik yang dapat dialami oleh santri, karena terdiri dari banyak rangkaian ujian (Utama, 2018)

Menurut data Riskesdas 2018 prevalensi gangguan mental emosional pada penduduk umur > 15 tahun naik dari 6% (Riskesdas 2013) menjadi 9.8% dari populasi penduduk Indonesia menunjukkan gejala-gejala stres, depresi dan kecemasan. Hal ini menunjukkan bahwa remaja rentan untuk mengalami stres dan depresi. Salah satu jenis stres yang dapat dialami oleh remaja adalah stres akademik (Riskesdas, 2018)

Berdasarkan observasi dan wawancara pada 15 oktober 2020 yang dilakukan pada santri putri kelas 12 di pondok pesantren Al-Rifaie, Beberapa santri mengaku karena banyaknya tugas maupun ujian-ujian membuat para santri merasa memiliki waktu yang sangat terbatas belum lagi dengan kegiatan yang harus tetap dilaksanakan oleh santri. Berdasarkan hasil wawancara kepada 5 santri, seluruhnya mengeluh merasa stress karena banyaknya ujian akhir yang menjadi syarat kelulusan. Mereka mengaku ada 5 macam ujian yang menjadi syarat kelulusan, diantaranya ujian mengajar, ujian qiroatul qutub qubro, ujian qiroatul quran qubro, dimana ketiga ujian tersebut sangat ditakuti santri dalam ujian akhir diniyah. Belum lagi mereka harus lulus dalam ujian kompetensi keahlian, dan ujian nasional dalam segi formal. Keadaan tersebut membutuhkan kemampuan menyesuaikan diri yang baik agar tidak timbul masalah baru.

Pada siswa kelas 12 di pondok pesantren seringkali mengalami gejala-gejala stress dalam belajar, seperti insomnia, gelisah, dan cemas. Hal tersebut menunjukkan bahwa tugas-tugas yang diberikan dari sekolah formal dan juga tugas dari sekolah diniyah, dapat menimbulkan problem atau persoalan akademik lainnya yang bisa menyumbangkan potensi stres. Sebagian besar sumber stress santri berasal dari masalah akademik. Stress di bidang akademik pada anak muncul ketika harapan untuk meraih prestasi akademik meningkat, baik dari orang tua, guru maupun teman sebaya. Harapan tersebut seringkali tidak sesuai dengan kemampuan yang dimiliki

santri sehingga menimbulkan tekanan psikologis yang mempengaruhi pencapaian prestasi akademik di sekolah (Utama,2018).

Perlu adanya kegiatan non akademik yang bisa menyenangkan mereka untuk sebuah sekolah. Kegiatan inagurasi yang merupakan symbol setiap angkatan dengan gebyar buat mereka belajar, nutrisi santripun harus diperhatikan untuk lebih baik termasuk asupan protein dan susu, sarana prasarana lengkap adalah beberapa yang harus dipertimbangkan (Mubarak,2019).

Berdasarkan latar belakang diatas, maka penulis tertarik untuk melakukan penelitian “Gambaran Tingkat Stress Pada Santri Putri Kelas 12 Saat Menghadapi Ujian Akhir Di Pondok Pesantren Al-Rifaie Gondanglegi Kabupaten Malang”

### **1.2 Rumusan Masalah**

Bagaimana gambaran tingkat stess santri putrid kelas 12 dalam menghadapi ujian akhir di Pondok Pesantren Al-Rifaie Gondanglegi Kabupaten Malang?

### **1.3 Tujuan Penelitian**

Untuk mengetahui gambaran tingkat stess santri putrid kelas 12 dalam menghadapi ujian akhir di Pondok Pesantren Al-Rifaie Gondanglegi Kabupaten Malang.

## **1.4 Manfaat Penelitian**

### **1.4.1 Manfaat Teoritis**

Mengembangkan aplikasi ilmu keperawatan jiwa terutama tentang tingkat stress santri dalam menghadapi ujian akhir pada santri putri kelas 12 di Pondok Pesantren Al-Rifaie Gondanglegi Kabupaten Malang.

### **1.4.2 Manfaat Praktis**

#### **1. Bagi profesi keperawatan**

Diharapkan penelitian ini dapat memberikan masukan bagi profesi dalam mengembangkan perencanaan keperawatan yang akan dilakukan untuk mengatasi tingkat stress santri dalam menghadapi ujian akhir di Pondok Pesantren Al-Rifaie Gondanglegi Kabupaten Malang.

#### **2. Bagi Institusi Pendidikan**

Meningkatkan peran institusi pendidikan dalam pengembangan penelitian di masyarakat terutama tentang tingkat stress santri putri kelas 12 di Pondok Pesantren Al-Rifaie Gondanglegi Kabupaten Malang.

#### **3. Bagi Responden**

Sebagai evaluasi diri santri tentang gejala stress yang dialami dalam menghadapi ujian akhir sehingga mendorong santri untuk mencari mekanisme coping yang positif.

**4. Bagi peneliti selanjutnya**

Dapat dikembangkan oleh peneliti selanjutnya dalam memberikan pendidikan kesehatan dan dapat dijadikan sebuah acuan untuk penelitian selanjutnya.

