

## BAB 1

### PENDAHULUAN

#### 1.1 Latar Belakang

Praktek kerja lapangan adalah kegiatan pembekalan kerja industri yang penting untuk persiapan kerja pada Siswa SMK Program 4 Tahun Kelas XIII SIJA. Praktek kerja lapangan sebagai salah satu persyaratan utama untuk menyelesaikan studi pembelajaran yang dilengkapi dengan tambahan ilmu dari sekolahnya masing-masing. Bagi siswa yang melakukan praktek kerja lapangan, mereka melaksanakan pekerjaan sesuai dengan jurusannya seperti melakukan mengelola aplikasi di komputer. Dalam pelaksanaan praktek kerja lapangan, siswa cenderung mendapatkan tekanan karena siswa akan menyesuaikan diri dengan kondisi baru, bertemu dengan orang baru, menempati posisi baru, berada dalam keadaan baru yang tentunya akan 180° tidak sama dengan keadaan di sekolah dan siswa akan melatih semua kemampuan yang telah mereka peroleh dari sekolah. Pada saat itu, siswa dipaksa untuk bisa beradaptasi dengan tempat kerja mereka agar dapat bekerja sesuai dengan tugas yang mereka dapatkan (Mashita dan Naqiyah, 2013).

Stres merupakan reaksi tunggal terhadap suatu stressor. Banyak hal yang dapat memicu tekanan, seperti kekhawatiran, perasaan marah, perasaan lelah yang melampaui batas, kecewa, putus asa, kasihan, terlalu terpusat pada sesuatu, dan bingung.

Kondisi mental ini bisa terjadi pada siapa saja, termasuk anak muda. Selanjutnya, stres dapat ditimbulkan dari sudut pandang yang berbeda seperti adanya perubahan kehidupan sehari-hari dan perasaan yang terbawa oleh kondisi daerah terdekat (Musabiq dan Karimah, 2018).

Dari survey American College Health Association (ACHA) pada tahun 2013 di Amerika, menampilkan jika salah satu permasalahan besar yang dialami siswa sepanjang pendidikan merupakan tekanan pikiran atau stres. Sebanyak 27,9% dari total 32.964 siswa mengakui kalau tekanan pikiran menjadi penghalang untuk akademik mereka. Bersumber pada Riset Kesehatan Dasar tahun 2018, menampilkan kalau 6,8% penduduk di atas 15 tahun menghadapi kendala mental emosional serta 4,5% penduduk menghadapi tekanan mental (Rinawati dan Sucipto, 2019).

Dalam studi pendahuluan yang dilakukan pada 23 - 25 November 2021, saya telah mewawancarai 10 siswa dari 33 siswa SMK Program 4 Tahun Kelas XIII SIJA di SMK Negeri 6 Malang yang melakukan praktek kerja lapangan dan prakteknya masih berjalan selama 3 hari dari tanggal 23 - 25 November 2021 pada era COVID 19 ini. Pertanyaan yang saya berikan berupa kendala yang dialami saat PKL seperti sulit tidur, mudah lelah, mudah merasa tersinggung, sulit berkonsentrasi, jantung berdebar-debar, gelisah, nafsu makan yang naik turun, mudah berkeringat, mudah merasa putus asa, dan adanya keluhan sakit pada bagian kepala atau pencernaan selama melaksanakan praktek kerja lapangan. Dari hasil wawancara yang

sudah saya lakukan tersebut, dari 10 siswa (100%) terdapat 8 (80%) siswa yang mengalami gejala stres yang berbeda-beda. Gejala stres yang dialami berupa mudah merasa tersinggung atau marah sebanyak 3 dari 8 siswa (37,5%), sulit tidur sebanyak 2 dari 8 siswa (25%), tidak bersemangat atau malas sebanyak 5 dari 8 siswa (62,5%), sulit berkonsentrasi sebanyak 4 dari 8 siswa (50%) , jantung berdebar-debar sebanyak 1 dari 8 siswa (12,5%), nafsu makan yang menurun sebanyak 2 dari 8 siswa (25%), dan gelisah sebanyak 8 dari 8 siswa (100%). Dan terdapat 2 dari 10 siswa (20%) yang tidak mengalami stres.

Munculnya stres terjadi karena siswa mendapatkan tekanan dari pihak praktek kerja lapangan maupun sekolah. Tekanan tersebut berasal dari tugas yang banyak, kesulitan mengatur waktu, kesulitan dalam memahami materi pembelajaran yang diajarkan, kesulitan beradaptasi di tempat praktek kerja lapangan dan mendapatkan tugas yang sulit. Dengan adanya tekanan yang dihadapi tersebut, siswa cenderung mengalami stres dan kesulitan dalam melaksanakan praktek kerja lapangan dengan baik. Dengan adanya stres tersebut, siswa mengalami beberapa perubahan pada aspek fisik, kognitif, emosi, dan perilakunya. Perubahan fisik berupa mudah lelah, jantung berdebar-debar, nafsu makan menurun dan sulit tidur. Perubahan kognitif berupa sulit berkonsentrasi dan gelisah. Perubahan emosi berupa mudah merasa tersinggung. Perubahan perilaku berupa timbulnya rasa malas (Musabiq dan Karimah, 2018).

Dampak dari terjadinya stres ini, para siswa SMK Program 4 Tahun Kelas XIII SIJA yang melakukan PKL mengalami penurunan semangat dalam melaksanakan PKL sebanyak 8 dari 10 siswa (80%) yang dapat mengganggu proses pembelajaran di tempat PKL. Serta dapat menyebabkan siswa merasa tertekan sehingga melakukan pembolosan saat PKL berlangsung karena merasa tidak nyaman dengan tempat PKL tersebut sebanyak 1 dari 10 siswa (10%) (Musabiq dan Karimah, 2018).

Dengan adanya penelitian ini, diharapkan pihak sekolah menengah kejuruan dapat memaksimalkan pelatihan atau bimbingan dalam segi keterampilan skill dan mengelola stres saat praktek kerja lapangan terhadap siswa SMK Program 4 Tahun Kelas XIII SIJA. Sehingga siswa SMK Program 4 Tahun Kelas XIII SIJA tidak akan mengalami stres saat melakukan praktek kerja lapangan, seperti adanya rasa cemas tidak bisa beradaptasi, tertinggal pembelajaran dari siswa lain di tempat praktek kerja lapangan yang berbeda, kesulitan membagi dan mengerjakan tugas sekolah dan di praktek kerja lapangan, serta dapat menambah motivasi siswa untuk bisa terus berkembang sesuai keahliannya (Mashita dan Naqiyah, 2013).

Berdasarkan latar belakang tersebut peneliti tertarik untuk melakukan penelitian tentang “Gambaran Tingkat Stres Siswa SMK Program 4 Tahun Kelas XIII SIJA Saat Melakukan Praktek Kerja Lapangan di SMK Negeri 6 Malang”.

## **1.2 Rumusan Masalah**

Bagaimana tingkat stres yang dialami siswa SMK Program 4 Tahun Kelas XIII SIJA yang melakukan praktek kerja lapangan pada masa COVID 19 di SMK Negeri 6 Malang?

## **1.3 Tujuan Penelitian**

Mengetahui tingkat stres yang dialami siswa SMK Program 4 Tahun Kelas XIII SIJA yang melakukan praktek kerja lapangan pada masa COVID 19 di SMK Negeri 6 Malang.

## **1.4 Manfaat Penelitian**

### **1.4.1 Manfaat Teoritis**

Penelitian ini diharapkan mampu mengembangkan ilmu keperawatan dan sumbangan pemikiran dalam hal ilmu pengetahuan kepada para masyarakat, dosen, dan peneliti mengenai tingkat stres yang dialami siswa SMK Program 4 Tahun Kelas XIII SIJA saat melakukan praktek kerja lapangan di masa COVID 19.

### **1.4.2 Manfaat Praktis**

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

Diharapkan hasil penelitian ini dapat menjadi pembelajaran bagi profesi keperawatan tentang tingkat stres siswa SMK yang melakukan PKL pada masa COVID 19.

#### **2. Bagi guru pembimbing praktek kerja lapangan**

Diharapkan hasil penelitian ini dapat menjadi sumber informasi bagi guru pembimbing praktek kerja lapangan

mengenai keadaan siswa SMK Program 4 Tahun Kelas XIII SIJA saat melakukan praktek kerja lapangan di masa COVID 19, sehingga para guru dapat memonitor jalannya praktek kerja lapangan dengan baik dan bisa memberi dorongan motivasi untuk lebih bersemangat kepada siswa bimbingannya.

3. Bagi guru bimbingan konseling

Diharapkan hasil penelitian ini dapat menjadi sumber informasi bagi pengembangan pengetahuan di bidang BK, mengenai tingkat stres belajar pada siswa SMK Program 4 Tahun Kelas XIII SIJA saat melakukan praktek kerja lapangan di masa COVID 19, sehingga dapat diberikan penyegaran atau layanan bimbingan yang sesuai saat siswa mengalami kesulitan saat praktek kerja lapangan

4. Bagi siswa SMK Program 4 Tahun Kelas XIII SIJA yang melakukan PKL

Diharapkan hasil penelitian ini dapat membantu siswa SMK Program 4 Tahun Kelas XIII SIJA dalam mengukur tingkat stres yang sedang dialaminya saat melakukan PKL dan bisa mengatasi dampak dari tingkat stres tersebut dengan baik.