

# **BAB 1**

## **PENDAHULUAN**

### **A. Konteks Penelitian**

Peraturan Pemerintah (PP) nomor 19 tahun 2005 tentang Standar Nasional Pendidikan sebagai persyaratan umum yang harus dimiliki oleh seorang pendidik di Indonesia dalam melaksanakan tugasnya, dalam peraturan tersebut terdapat empat (4) kompetensi guru (pendidik) yang meliputi; 1) kompetensi pedagogik, kompetensi kepribadian, kompetensi profesional, dan kompetensi sosial. Kompetensi pedagogik merupakan kemampuan yang harus dimiliki oleh seorang pendidik dalam mengelola pengelolaan pembelajaran yang akan di berikan kepada peserta didik yang meruang lingkupi pemahaman terhadap peserta didik itu sendiri yang meliputi memahami kemampuan, potensi dan bakat yang di miliki peserta didik sehingga memudahkan pendidik dalam merancang pembelajaran yang akan diberikan, seorang pendidik juga di tuntut mampu dalam merancang pembelajaran dengan standar tertentu yang telah di tetapkan oleh pemerintah dan dapat memilih rancangan pembelajaran yang dapat dengan mudah diterima dan di pahami oleh peserta didik. Setelah seorang guru dapat merancang pembelajaran dengan baik, seorang pendidik juga di tuntut untuk dapat mengimplementasikan rancangan pembelajaran yang telah di racang sebelumnya dengan teknik pembelajaran pembelajaran yang dapat dengan mudah dipahami oleh peserta didik, seorang pendidik juga dituntut untuk dapat mengevaluasi hasil belajar peserta didik dengan benar dan adil sehingga pendidik dapat dengan mudah menentukan cara untuk

mengaktualisasikan berbagai potensi, bakat dan minat yang dimiliki peserta didiknya. Kompetensi pedagogic ini merupakan kompetensi yang mengharuskan seorang guru cermat, cerdas dan jeli dalam pelaksanaannya sehingga dapat dengan mudah dalam pengimplementasiannya.

Kompetensi yang kedua yang harus dimiliki oleh seorang tenaga pendidik yaitu kompetensi kepribadian. Kompetensi kepribadian ini yang mengharuskan tenaga pendidik memiliki sifat dan kepribadian yang mantap, stabil, dewasa, arif, dan berwibawa sehingga dapat menjadi teladan serta panutan bagi peserta didik dalam mengembangkan karakter manusia yang mempunyai akhlakul karimah (berakhlak mulia) sesuai dengan tuntutan agama. Peserta didik yang sejatinya menghabiskan 5-12 jam di sekolah dalam sehari ini akan melihat dan meniru kepribadian seorang pendidik yang selanjutnya akan tertanam dalam kepribadian peserta didik, seorang pendidik yang sejatinya menjadi figure terbaik dalam diri peserta didik yang senantiasa di *coping* semua hal yang dilakukan oleh pendidik tersebut sehingga pendidik dituntut untuk dapat memberikan teladan yang baik sebab makna pendidikan yang sesungguhnya merupakan menjadikan manusia yang berkarakter.

Kompetensi yang selanjutnya merupakan kompetensi profesional, dalam kompetensi ini seorang pendidik dituntut mempunyai kemampuan dalam penguasaan materi pembelajaran secara luas, menyeluruh dan mendalam. Sehingga pendidik dapat mampu membimbing dan mengantarkan peserta didik untuk memenuhi standar kompetensi yang telah ditetapkan dalam standar pendidikan di Indonesia. Seorang pendidik dituntut untuk memiliki sifat profesionalisme yang baik sehingga pendidik tersebut dapat mampu

melaksanakan tugasnya sebagai tenaga pendidik baik secara konseptual maupun secara aplikatif. Profesionalisme seorang tenaga pendidik meliputi pemahaman dan penerimaan tenaga pendidik tersebut dalam melaksanakan tugasnya dengan baik, kemampuan dalam berkolaborasi dengan peserta didik, orang tua dan tenaga pendidik lainnya dengan efektif dan efisien, kemampuan dalam mengembangkan misi, visi dan pengembangan diri pendidik yang meliputi pengembangan dalam unsur kemampuan (Knowledge), keterampilan dan sikap, serta pendidik juga menuntut mematuhi kode etik jabatan.

Kompetensi yang terakhir yang harus dimiliki oleh seorang pendidik yaitu kompetensi sosial yang merupakan kemampuan pendidik sebagai bagian dari masyarakat untuk berkomunikasi dan bergaul secara efektif dengan peserta didik, sesama pendidik, tenaga kependidikan, orang tua atau wali peserta dan masyarakat sekitar.<sup>1</sup>

Seorang guru yang profesional mengemban tugas dalam memajukan peserta didik untuk dapat diterima dan dapat menjalani kehidupan dengan baik di lingkungan sosialnya. Seorang pendidik dituntut untuk bisa mempersiapkan peserta didik dalam memasuki dunia keprofesian kelak baik sebagai pegawai negeri, pegawai swasta, enterprenuer dan lainnya yang sejatinya profesi apapun akan membutuhkan kecakapan dalam kompetensi sosial, untuk itu seorang pendidik dituntut dapat melatih dan mengembangkan kemampuan sosial ini yang meliputi mengasah kemampuan komunikasi yang baik, memengaruhi dan meyakinkan orang lain, serta kemampuan untuk dapat bertoleransi dengan sesama.

---

<sup>1</sup> Hamid Damadi, *Kemampuan Dasar Mengajar; landasan Konsep Dan Implementasi* (Bandung: Alfabeta, 2010), hlm.31.

Pendidikan merupakan pemrosesan manusia menuju pemeradaban sifat manusia, membudayakan manusia seutuhnya, dan mengasah pendewasaan manusia itu sendiri. Dalam statement tersebut, pendidikan yang sesungguhnya merupakan pendidikan yang memiliki tiga fungsi; fungsi integratif ini bertujuan dalam mengoptimalkan segala potensi yang ada dalam peserta didik yang di implementasikan dalam bentuk pembelajaran yang efektif, pendidikan juga berfungsi sebagai egalitarian yang menunjukkan bahwa pendidikan merupakan sebuah alat sebagai pembentuk peserta didik sehingga dapat menghargai sesama dan memiliki tujuan yang sama dalam menggapai tujuan bersama, dan pendidikan juga berfungsi sebagai sarana pengembangan, dengan fungsi ini pendidikan di tujukan sebagai wahana bagi dalam membangun dan mengembangkan sumber daya manusia (SDM) yang berkualitas. Untuk itu fungsi pendidikan ini sangat penting untuk dikembangkan secara optimal agar peserta didik dapat mengembangkan dan mengoptimalkan dirinya sesuai dengan kemampuan, bakat, minat dan potensi yang dimilikinya.<sup>2</sup>

Pendidikan yang sejatinya akan memberi pengaruh terhadap peserta didik sehingga pendidik dapat berusaha dalam membimbingnya untuk menjadi lebih dewasa, usaha dalam membimbing ini merupakan usaha yang dengan sengaja didasari dan dilaksanakan antara orang dewasa (tenaga pendidik) terhadap peserta didik.<sup>3</sup>

Pendidik di artikan sebagai al-mu'alim atau al-ustadz dalam kamus bahasa arab, pendidik ini memiliki tugas untuk mentransferkan ilmu yang dimiliki dalam majelis taklim yang biasa disebut sekolah. Yang berarti

---

<sup>2</sup> Muhammad Rifa'i, *Sosiologi Pendidikan; Struktur Dan Interaksi Sosial Di Dalam Institusi Pendidikan*, (Jogjakarta: Ar-ruzz Media, 2011), hlm 55-56.

<sup>3</sup> Moh Kosim, *Pengantar Ilmu Pendidikan*, (STAIN Pamekasan: 2006), hlm. 3

pendidik adalah seseorang yang memberikan ilmunya kepada peserta didik.<sup>4</sup> Tertera dalam kamus bahasa Indonesia edisi kedua 1991, pendidik yang selanjutnya akan di sebutkan dengan guru memiliki arti sebagai seseorang yang bekerja sebagai mengajar. Dalam undang-undang guru dan dosen No. 14 tahun 2005 pasal 2, guru disebutkan sebagai tenaga profesional yang memiliki makna bahwa pekerjaan seorang guru hanya dapat dilakukan oleh seseorang yang memiliki kemampuan dan kualifikasi dalam akademik, memiliki kompetensi sebagai syarat menjadi seorang guru yang telah di sebutkan di atas, serta memiliki sertifikasi sebagai pendidik sesuai persyaratan pada setiap jenjang pendidikan.

Guru merupakan tenaga pendidik profesional yang memiliki tugas utama sebagai pendidik, pengajar, pembimbing, pengarah, pelatih, penilai, dan dan memiliki tugas sebagai orang yang mengevaluasi siswa yang sedang dibinanya. Dengan penjelasan tersebut seseorang yang bisa disebut guru merupakan orang yang memiliki kemampuan merancang program pembelajaran dengan baik, menata dan mengelola kegiatan belajar dan mengajar dengan baik sehingga siswa dapat dengan mudah mengikuti pelajaran dan memahami dengan baik hingga akhirnya dapat memenuhi tujuan dari pendidikan itu sendiri yaitu mendewasakan manusia yang berkarakter. Dengan sangat pentingnya peran sebagai seorang pendidik (guru) tersebut sehingga seorang guru diposisikan sebagai garda terdepan dan memiliki posisi sentral dalam pembangunan negara yang maju.

---

<sup>4</sup> Jamil Suprihatiningrum, *Guru Profesional; Pedoman Kinerja, Kualifikasi, Dan Kompetensi Guru*, (Jogjakarta: Ar-Ruzz Media, 2013), hlm 23

Menurut Mulyasa pembelajaran merupakan proses interaksi antara peserta didik dengan lingkungan disekitarnya, dengan pendidikan tersebut diharapkan peserta didik mengalami perubahan perilaku ke arah yang lebih baik daripada sebelumnya. Dalam menjalankan interaksi tersebut tentunya memiliki faktor yang dapat memengaruhi kesuksesan interaksi pembelajaran tersebut. Faktor yang dimaksudkan yaitu faktor internal dan faktor eksternal. Faktor internal tersebut merupakan faktor dari dalam diri peserta didik yang meliputi semangat, motivasi dan keinginan untuk memahami pembelajaran yang sedang berlangsung. Sedangkan faktor eksternal adalah faktor yang datang dari lingkungan. Tugas guru yang utama adalah mampu mengkondisikan lingkungan agar menunjang terjadinya perubahan perilaku siswa ke arah yang lebih dewasa.

Proses belajar disebut berhasil ketika seluruh siswa dapat merespon dan melibatkan diri secara aktif dari segi mental, fisik dan sosial dalam proses mentrasfer pembelajaran tersebut. Selain itu hal tersebut pembelajaran dikatakan berhasil apabila siswa memiliki gairah belajar yang tinggi, semangat dan motivasi belajar yang tinggi pula, serta memiliki rasa percaya percaya diri yang tinggi dalam diri. begitupun saat kita ingin mengetahui keberhasilan suatu transfer belajar tersebut ketika kita melihat adanya perubahan perilaku yang awalnya bersifat negatif berganti ke sifat yang positif dalam diri siswa. Serta Proses pembelajaran berhasil dengan efektif apabila dalam pembelajaran tersebut menghasilkan output yang banyak secara kuantitas dan bermutu tinggi

secara kuantitas yang sesuai dengan kebutuhan zaman dan pembangunan serta perkembangan masyarakat kedepannya.<sup>5</sup>

Tenaga pendidik yang efektif perlu untuk memahami dalam hal pertumbuhan dan perkembangan siswa secara komprehensif dan menyeluruh. Dengan cara ini guru akan mudah untuk menilai dan mengevaluasi peserta didik dan dapat merancang visi, misi serta teknik belajar mengajar secara tepat guna. Untuk dapat memahami pertumbuhan serta perkembangan murid tersebut tenaga pendidik dapat mencari referensi yang bersumber dari fisiologi, psikologi, sosiologi yang dapat mengintegrasikan semua pengetahuan yang terdapat di dalamnya dalam mengembangkan teknik belajar mengajar yang tepat guna.<sup>6</sup>

Sedangkan konselor sekolah atau biasa disebut sebagai guru BK merupakan tenaga profesional yang telah dipersiapkan oleh suatu lembaga maupun instansi pendidikan tertentu yang memiliki wewenang yang bertujuan membantu siswa dalam pemecahan masalah-masalah yang sedang di hadapi, baik itu masalah pribadi, sosial, belajar serta masalah karier yang dalam hal ini sangat membutuhkan seorang tenaga ahli yang biasa di sebut konselor (guru BK). Konselor sekolah telah terdidik secara khusus dalam menguasai kompetensi yang diperlukan guna membantu dalam melaksanakan bimbingan konseling di sekolah. Untuk memenuhi tugas sebagai seorang konselor sekolah bukanlah suatu pekerjaan yang ringan dan mudah, dikarenakan setiap peserta didik merupakan individu yang unik. Sehingga guru BK menghadapi peserta didik dalam keseharian di sekolah berbeda satu dengan yang lainnya. Keunikan

---

<sup>5</sup> Suharmono Kasiyun, *Jurnal Bahasa Indonesia, Sastra Dan Pengajarannya* (Surabaya: Jurnal Pena Indonesia, 2015), hlm. 80.

<sup>6</sup> Oemar Hamalik, *Proses Belajar Mengajar*, (Jakarta, PT Bumi Aksara, 2001), hlm.93.

tersebut meliputi kekhasan dalam tingkah laku, kepribadian, sikap, watak begitu pula masalah yang dihadapi setiap peserta didik juga berbeda.<sup>7</sup>

Untuk mengatasi serangkaian permasalahan di sekolah yang ditimbulkan oleh kekhasan individu yang berbeda tersebut, sangat diperlukan peran guru BK melalui layanan Bimbingan dan Konseling. Tujuan dari penyelenggaraan layanan ini bertujuan untuk memberikan pendampingan dan bantuan untuk mengembangkan potensi peserta didik yang tersimpan dalam diri mereka. Aspek pendampingan tersebut dilakukan dengan cara mendampingi peserta didik di sekolah menengah atas misalkan tentu akan sangat memiliki perbedaan dibandingkan dengan peserta didik yang masih mengenyam pendidikan tingkat sekolah dasar. Dengan itu, dalam pelaksanaannya setiap jenjang pendidikan perlu menggunakan penanganan layanan bimbingan dan konseling yang berbeda sesuai dengan kondisi dan kebutuhan di sekolah dan sesuai dengan kondisi peserta didik yang bersangkutan.

Proses pendidikan di sekolah bukan hanya didefinisikan sebatas ketika siswa mengikuti proses pembelajaran di kelasnya, namun pendidikan juga mencakup aspek pembelajaran perkembangan sosial dan perkembangan psikologi peserta didik. sehingga proses pendidikan merupakan proses dalam mengajar, mengarahkan, mendidik, dan membina peserta didik yang bukan hanya disampaikan melalui materi formal yang diajarkan, akan tetapi juga dapat memberikan bantuan serta layanan terhadap masalah dan konflik yang dihadapi peserta didik, sehingga tujuan akhir dari proses pembelajaran di

---

<sup>7</sup> Ulifa Rahma, *Bimbingan Karier Siswa* (Malang: UIN-Maliki Press, 2010), hlm. 67-68.



tujukan guna mengoptimalkan perkembangan peserta didik saat ini dan masa depannya kelak.<sup>8</sup>

Stress adalah fenomena psikofisik yang manusiawi. Yang berarti stress tersebut bersifat tak terpisahkan (inheren) dalam diri setiap individu dalam menjalani kehidupannya. Stress pasti pernah di alami setiap orang tanpa memandang jenis kelamin, usia individu, kedudukan, jabatan, maupun status sosial-ekonominya. Stress dialami oleh anak-anak, remaja, atau dewasa; pengusaha atau karyawan, pria maupun wanita, bahkan juga dapat dialami oleh seorang bayi sekalipun.<sup>9</sup>

Stress bahkan bukan hal tabu di katakan baik di kalangan ilmuan maupun di masyarakat umum, sekalipun demikian stress diartikan berbeda-beda sesuai pemahaman individu tersebut. Stress bahkan dapat di artikan sebagai kejadian yang tidak sangat menyenangkan dan bahkan stress dianggap sebagai penyakit yang harus di sembuhkan. Masyarakat umum mengartikan stress sebagai keadaan jiwa yang mengalami kebingungan, ketakutan dengan suatu hal, mengalami kegundahan hati yang tidak dapat di definisikan dengan mudah. Walaupun secara harfiah stress adalah suatu kondisi yang menyebabkan seseorang tidak berada dalam kondisi yang baik. Namun sejatinya walaupun stress merupakan hal yang merugikan manusia namun menghilangkan stressor dari kehidupan manusia tidak akan mungkin dilakukan, seperti halnya menghilangkan dunia dari bakteri penyebab penyakit yang merupakan suatu hal yang tidak mungkin. Sehingga manusia tidak dapat menghilangkan stressor yang sudah ada dalam jiwa setiap individu melainkan

---

<sup>8</sup> Muhammad Irham & Novan Ardy Wiyani, *Bimbingan Konseling* (Yogyakarta: Ar-ruzz Media, 2014), hlm.20

<sup>9</sup> Farid Mashudi, *Psikologi Konseling* (Yogyakarta: IRCiSoD, 2013), hlm. 183.

dapat menghindari stress tersebut dengan upaya optimal untuk menghindari, menghadapi dan bahkan menyembuhkan stressor tersebut, Stress merupakan pengalaman subyektif berdasarkan pada persepsi seseorang terhadap situasi yang di hadapinya. Stress muncul saat kenyataan yang di persepsikan individu tidak sesuai dengan harapan atau situasi yang diinginkannya. Dalam kondisi tersebut mengakibatkan individu memiliki perasaan cemas, marah dan frustrasi.<sup>10</sup>

Sekolah yang memiliki peran sangat penting dalam pertumbuhan dan perkembangan peserta didik. Untuk itu sekolah dituntut untuk dapat memenuhi kebutuhan peserta didik bahkan pendidikan dapat juga menentukan kualitas kehidupan peserta didik di masa depan. Namun demikian, sekolah yang dianggap sebagai mesin pencetak generasi penerus yang berkualitas namun dalam kenyataannya dapat juga menjadi sebab dari timbulnya stress bagi peserta didik tersebut yang akan mengganggu kehidupannya di masa depannya, hal tersebut di perkuat oleh perkataan dari Fimian dan Cross yang menyebutkan sekolah sebagai sumber stress utama bagi anak disamping stress yang ditimbulkan oleh keluarganya sendiri.

Hal ini di sebabkanya anak lebih banyak menghabiskan waktunya di sekolah ketimbang di rumah maupun di masyarakat sebagaimana yang telah penulis sebutkan sebelumnya. Di lingkungan sekolah anak merupakan salah satu anggota dari suatu masyarakat kecil yang mengharuskan peserta didik menyelesaikan tugas-tugas dan memerankan peran yang seharusnya yaitu sebagai individu yang berproses menuju individu yang lebih baik melalui

---

<sup>10</sup> Priyoto, *Konsep Manajemen Stress* (Yogyakarta: Nuha Medika, 2014), hlm.1-2.

pembelajaran yang telah dirancang sedemikian rupa, sebagaimana individu yang membutuhkan pengakuan keberadaan diri mereka di kelompok tersebut. serta banyaknya peraturan ketat yang mengharuskan peserta didik untuk tidak melakukan pelanggaran. Hal tersebut peserta didik menganggap peraturan yang diterapkan akan membatasi perilaku, perasaan dan sikap mereka. Peristiwa-peristiwa yang dialami peserta didik sebagai anggota masyarakat kecil yang bernama sekolah tersebut secara sedikit demi sedikit akan menimbulkan perasaan stress dalam dirinya.

Terdapat beberapa penelitian di Indonesia yang menunjukkan adanya fenomena stress yang dialami oleh siswa berkaitan dengan peristiwa-peristiwa yang di alami di sekolah bahkan peristiwa sepele pun akan dapat menyebabkan siswa tersebut mengalami stress secara mental. Misalkan penelitian yang dilakukan oleh Desmita yang meneliti keadaan stress siswa di sekolah unggulan, dari penelitian tersebut menunjukkan bahwa dalam pelaksanaan program-program pendidikan dengan meningkatkan mutu pendidikan melalui penerapan kurikulum yang diperkaya, intensitas belajar yang tinggi, rentang waktu belajar formal yang membutuhkan waktu sampai 12 jam, tugas-tugas sekolah yang sangat banyak dan situasi dimana siswa diharuskan untuk menjadi unggul dari siswa lainnya dan sebagainya akan menimbulkan efek stress di kalangan siswa tersebut.

Penelitian yang dilakukan oleh Uly Gusniati yang dilakukan kepada siswa sekolah yang berkarakteristik sama, yaitu siswa dari SMU plus di salah satu sekolah di Jakarta, penelitian ini ditujukan untuk mengetahui ada tidaknya fenomena stress yang dialami siswa di sekolah sekolah tersebut. Hasil dari

penelitian tersebut mengindikasikan bahwa sekitar 40,74% siswa yang terbebani dengan tuntutan untuk mempertahankan peringkatnya di sekolah agar tidak turun serta siswa yang diuntut untuk meningkatkan peringkatnya yang rendah, terdapat 62,96% siswa merasakan kecemasan dalam menghadapi ujian semester serta ujian lainnya, 82,72% siswa merasakan ketakutan terhadap jelek di nilai ulangan mereka, serta 50,62% siswa merasakan letih dan kejenuhan ketika mengikuti perpanjangan waktu belajar di sekolah yang biasanya dilakukan di sore hari.

Peristiwa stress sekolah yang dilanda oleh siswa ini menyebabkan kesadaran dan perhatian para ilmuwan terhadap masalah ini. Ilmuwan, tenaga pendidik, serta pihak yang pengambil kebijakan di seluruh dunia. Misalkan saja di India, Remaja india saat ini tengah menghadapi tatanan dari sistem yang memiliki sistem penilaian yang berkompetitif tinggi, sehingga memengaruhi siswa tersebut untuk masuk ke perguruan tinggi serta sistem penilaian dalam menentukan karir yang akan mereka lakukan. Stress yang disebabkan oleh sistem ini, menjadikan fenomena ini di bahas dalam diskusi, seminar serta pembicaraan di publik India.

Sadar bahwa sekolah yang menjadi sumber dari stress di kalangan siswa juga terjadi di Indonesia. Hal ini terlihat dari penuturan Abdul Malik Fadjar, menteri Pendidikan Nasional kabinet gotong royong, yang isinya yaitu lembaga pendidikan atau sekolah diharuskan mempunyai konsep dan teknik belajar yang menyenangkan, sehingga hal ini dapat mencerdaskan siswa serta juga tidak menyebabkan stress di kalangan siswa. Penuturan dari Abdul Malik Fadjar tersebut, secara tidak langsung menjadi awal dari kesadaran tokoh

pendidikan lainnya yang seterusnya di ikuti oleh kesadaran dari pihak pemerintah terhadap fenomena stress sedang di alami oleh siswa di sekolah selama ini. Sekolah saat ini telah menjadi sebuah lembaga yang ditakuti serta membuat perasaan tertekan bagi siswa. Siswa dapat merasakan belajar di sekolah adalah suatu hal proses yang berat serta tidak menyenangkan, sehingga banyak dari siswa yang mempunyai gejala stress dan serta frustasi. Dari segi psikodinamik, stress dan frustasi ini bisa mengakibatkan problematika lainnya, misalkan tawuran yang terjadi antar kelompok pelajar serta penggunaan narkoba serta zat adiktif lainnya di lingkungan peserta didik.<sup>11</sup>

Sedangkan pengertian dari peserta didik merupakan bagian dari kajian dan penerapan psikologi perkembangan yang secara khusus mempelajari perkembangan individu pada tahap usia sekolah serta sekolah menengah yang merupakan individu dalam masa pertumbuhan dan perkembangan.

Terdapat beberapa perkembangan dari siswa diantaranya: Perkembangan intelek, sosial, bahasa. Yang pertama, intelek yaitu kemampuan dan pengetahuan peserta didik yang memungkinkan dapat dengan mudah mendapat ilmu pengetahuan serta mengimplementasikan ilmunya tersebut untuk digunakan dalam lingkungan dan segala permasalahan yang timbul. Yang kedua, sosial yaitu perkembangannya tingkat hubungan antarmanusia yang sejalan pula dengan peningkatan kebutuhan hidup manusia. Yang ketiga, bahasa yaitu peningkatan penguasaan alat berkomunikasi yang dapat digunakan untuk berkomunikasi dengan sesama, komunikasi yang dimaksud

---

<sup>11</sup> Desmita, *Psikologi Perkembangan Peserta Didik*, (Bandung: PT Remaja Rosdakarya, 2009), hlm. 288-291

yaitu komunikasi secara lisan, tulisan, serta komunikasi yang menggunakan tanda-tanda dan isyarat serta simbol yang dapat dipahami.<sup>12</sup>

Dengan fenomena yang terjadi di atas sebagai penelitian saya berkeinginan untuk meneliti “Upaya guru BK untuk mengatasi stress sekolah dalam perkembangan peserta didik” di SMKN 1 Proppo.

Karena di SMKN 1 Proppo guru BK disana sangat berperan penting dalam membantu menyelesaikan masalah siswanya terutama untuk masalah stress sekolah ini, saya melihat masalah stress sekolah ini sangat mempengaruhi prestasi siswa dan jika prestasi peserta didik tersebut menurun itu akan berdampak terhadap masa depan siswa tersebut. Maka dari itu saya memilih untuk meneliti di SMKN 1 Proppo Pamekasan karena saya sudah melakukan penyurveian di sekolah tersebut.

## **B. Fokus penelitian**

Fokus penelitian adalah upaya mendefinisikan dengan eksplisit setiap pertanyaan dan pertanyaan yang akan dicari jawabannya dari setiap pertanyaan secara terperinci. Rumusan masalah disebut sebagai jawaban lengkap serta terperinci dari setiap ruang lingkup masalah yang akan diteliti oleh peneliti. Di dalam rumusan masalah peneliti harus menampakan variabel-variabel yang akan diteliti dan memungkinkan pengumpulan data yang dikumpulkan oleh peneliti mampu menjawab pertanyaan yang diajukan dan dapat diuji secara empiris<sup>13</sup>. Dengan ini peneliti menyusun rumusan masalah sebagai berikut:

---

<sup>12</sup> Sunarto & Agung Hartono, *Perkembangan Peserta Didik*, (Jakarta, PT Rineka Cipta, 2008), hlm. 99-136

<sup>13</sup> NN, *Pedoman Penulisan Karya Ilmiah*, (Sekolah Tinggi Agama Islam Negeri Pamekasan, 2015), hlm. 10.

1. Apa saja stress sekolah dalam perkembangan peserta didik di SMKN 1 Proppo?
2. Bagaimana upaya guru BK untuk mengatasi stress sekolah dalam perkembangan peserta didik di SMKN 1 Proppo?
3. Apa saja kendala guru BK dalam mengatasi stress sekolah dalam perkembangan peserta didik di SMKN 1 Proppo?

### **C. Tujuan penelitian**

Berdasarkan dari rumusan masalah yang telah dipaparkan sebelumnya, penelitian ini bertujuan untuk:

1. Mengetahui apa saja stress sekolah dalam perkembangan peserta didik di SMKN 1 Proppo.
2. Mengetahui bagaimana guru BK dalam mengatasi stress sekolah dalam perkembangan peserta didik di SMKN 1 Proppo
3. Mengetahui apa saja kendala guru BK dalam perkembangan peserta didik di SMKN 1 Proppo

### **D. Kegunaan peneliti**

Ada dua kegunaan penelitian ini, yaitu secara teoritis maupun secara praktis. Penelitian tentang upaya guru BK untuk mengatasi stress sekolah dalam perkembangan peserta didik ini, secara teoritis dapat dijadikan acuan dan masukan terhadap pengembangan mengenai upaya berbagai macam kajian pada langkah selanjutnya. Data dan informasi yang peneliti dapat akan memberikan wawasan yang lebih komprehensif bagi pemikiran untuk

mengetahui dan menerapkan bagaimana upaya guru BK untuk mengatasi stress sekolah dalam perkembangan peserta didik dapat memberi stimulasi atau dorongan terhadap kesemangatan seorang guru terhadap perilaku peserta didiknya dalam memecahkan suatu masalah.

1. Kegunaan secara teoritis

Hasil penelitian ini diharapkan dapat bermanfaat untuk mengembangkan ilmu pengetahuan, sebagai referensi atau rujukan.

2. Kegunaan secara praktis.

- a. Sebagai masukan ke SMKN 1 Proppo agar penelitian ini dapat digunakan untuk mengetahui bagaimana upaya guru BK disana untuk mengatasi stress belajar dalam perkembangan peserta didik.
- b. Bagi sekolah dapat digunakan sebagai bahan masukan untuk mengatasi stress sekolah dalam perkembangan peserta didik.
- c. Bagi peneliti untuk menambah pengetahuan, pengalaman, wawasan berfikir kritis dalam melatih kemampuan, dan menganalisis masalah masalah.

## **E. Definisi Istilah.**

Demi menghindari dari kesalahan penafsiran dalam memahami judul di atas, perlu kiranya untuk memberikan penegasan istilah sebagai berikut:

1. Penegasan konseptual

- a. Upaya

Usaha, akal, ikhtiar untuk mencapai suatu maksud, memecahkan persoalan, dan jalan keluar.



b. Pengertian stress sekolah

Stress sekolah adalah kondisi stress atau perasaan tidak nyaman yang dialami oleh siswa disebabkan adanya tuntutan sekolah yang dinilai menekan, sehingga memicu terjadinya ketegangan fisik, psikologis, dan perubahan tingkah laku, serta dapat mempengaruhi prestasi belajar mereka.

c. Pengertian guru BK

Guru BK atau konselor sekolah adalah tenaga profesional yang telah dipersiapkan oleh lembaga atau instansi pendidikan yang berwenang yaitu membantu siswa dalam memecahkan masalah-masalahnya, baik masalah pribadi, sosial, belajar maupun masalah karier. konselor sekolah di didik secara khusus untuk menguasai kompetensi yang diperlukan bagi pekerjaan bimbingan konseling. Pekerjaan seorang konselor sekolah bukanlah suatu pekerjaan yang mudah dan ringan, karena individu yang dihadapi sehari-hari di sekolah satu sama lain memiliki keunikan dan ciri khas dalam tingkah laku, kepribadian, sikap-sikapnya, maupun masalah-masalah yang dihadapi juga berbeda.

d. Pengertian perkembangan peserta didik

Perkembangan peserta didik adalah bagian dari pengkajian dan penerapan psikologi perkembangan yang secara khusus mempelajari aspek-aspek perkembangan individu yang berada pada tahap usia sekolah dan sekolah menengah. Sebagai individu yang tengah tumbuh dan berkembang.

2. Penegasan operasional

Yang dimaksud dengan upaya guru BK untuk mengatasi stress sekolah dalam perkembangan peserta didik dalam penelitian ini ialah bagaimana guru Bk dapat mengetahui siswanya dalam kondisi stress atau perasaan tidak nyaman yang dialami oleh siswa akibat adanya tuntutan sekolah yang dinilai menekan, sehingga memicu terjadinya ketegangan fisik, psikologis, dan perubahan tingkah laku, serta dapat memengaruhi prestasi belajar mereka.