

BAB IV

PAPARAN DATA, TEMUAN DAN PEMBAHASAN

A. Paparan Data

Berdasarkan pemaparan yang telah dikemukakan pada Bab II tentang kajian teoritis, maka pada Bab IV ini peneliti akan memadukan dengan hasil temuan di lapangan, baik yang diperoleh dari hasil pengamatan (*observasi*), wawancara (*interview*) maupun dari informasi lainnya yang berasal dari dokumentasi di lokasi penelitian yaitu di SMK Negeri 1 Proppo.

Namun, sebelum peneliti memaparkan hasil temuan penelitian seseuai dengan fokus penelitian sebelumnya, terlebih dahulu peneliti akan menguraikan tentang letak geografis, sejarah SMK Negeri 1 Proppo dan keadaan sarana dan Prasarana SMK Negeri 1 Proppo.

1. Profil SMK Negeri 1 Proppo

a. Letak geografis

Berdasarkan keterangan yang ada, SMK Negeri 1 Proppo terletak di Dusun tengah Desa Billaan Kecamatan Proppo Kabupaten Pamekasan, sekitar km dari pusat kota Kabupaten Pamekasan. SMK Negeri 1 Proppo sangat mudah untuk di jangkau, hanya membutuhkan waktu menit dari pusat kota Pamekasan. Dari titik lokasi SMK Negeri 1 Proppo terletak di barat kota Pamekasan sehingga untuk sampai di lokasi tersebut perlu sarana transportasi pribadi seperti mobil dan sepeda motor atau kendaraan umum lainnya karena jalan raya SMK Negeri 1 Proppo memang sangat mudah untuk di jangkau.

Lokasi SMK Negeri 1 Proppo terbilang cukup strategis, karena untuk sampai kesana, siswa dan siswi serta orang tuanya yang berasal dari Desa Billaan dapat menempuhnya dengan jalan kaki, karena dari masing-masing jalan pedesaan yang menghubungkan dengan Desa Billaan tempat SMK Negeri 1 Proppo berada ini telah di hubungkan dengan jalan beraspal, dan juga sangat gampang untuk ditempuh dengan jalan kaki atau memakai sepeda motor.

Hanya membutuhkan waktu sekitar 30 menit dengan berjalan kaki, dan bahkan mayoritas dari siswa dan siswi disana sudah membawa sepeda motor sendiri sehingga jarak tempuhnya menjadi cukup singkat sekitar 10 menit, terutama yang berasal dari Desa lain di sekitar Desa Billaan.

SMK Negeri 1 Proppo merupakan salah satu pusat pendidikan sekolah kejuruan Negeri yang ada di Desa Billaan.

b. Sejarah Singkat SMK Negeri 1 Proppo

SMK Negeri 1 Proppo merupakan SMK Negeri yang berada di Desa Billaan Kecamatan Proppo sekolah berdiri pada sembilan lalu tepatnya pada tahun 2010 dengan Nomor statistik sekolah 441052602444 dan NPSN 20574708. Sekolah menengah kejuruan ini berakreditasi A.

SMK Negeri 1 Proppo memiliki 3 (tiga) program studi keahlian yang terdiri atas program studi Rekayasa Perangkat Lunak (RPL), program studi Keahlian Tehnik Audio Vidio (TAV), program studi keahlian Tata Busana (TBS). Untuk Program Studi keahlian Rekayasa Perangkat Lunak (RPL) terdiri dari dua kelas, yaitu RPL 1 dan RPL 2.

Pada awal berdirinya sekolah, menengah kejuruan ini, dipimpin seorang kepala sekolah yang bernama Hj. Sri Indrawati, SPd. MM dengan masa jabatan dari tahun 2010 hingga tahun 2015. Setelah masa jabatan kepala sekolah yang pertama selesai, digantikan oleh kepala sekolah yang baru yaitu, Drs. R Nurada. Beliau menjabat kepala sejak tahun 2015 hingga sekarang.

c. Sarana dan Prasarana

Sarana adalah peralatan/perangkat. Perangkat yang tersimpan Data tersebut terlampir di daftar inventaris SMKN 1 Proppo.

Prasarana (bangunan)

NO RUANG	NAMA RUANG	JUMLAH	KODE BANGUNAN	LUAS BANGUNAN (m ²)	KONDISI			KET
					B	RR	RB	
1	RUANG KEPALA	1	D	63				
2	RUANG GURU	1	J	63				
3	RUANG TU	1	J	35				
4	RUANG LAB TATA BUSANA	1	B	63				
5	RUANG LAB KOMPUTER	1	K	96				
6	RUANG LAB SAINS	1	G	48				
7	RUANG LAB ELECTRO	1	C	49				
8	RUANG MUSHOLLA	1	L	35				
9	RUANG BK	1	J	12				
10	RUANG UKS	1	J	12				
11	GUDANG	1	C	63				
12	KAMAR MANDI	1	L	68				
13	RUANG OSIS	1	B	12				
14	RUANG PERTEMUAN	1	B	12				

RUANG KELAS								
1	KELAS X TAV	1	F	63				
2	KELAS X TBS	1	H	63				
3	KELAS X RPL I	1	A	63				
4	KELAS X RPLS II	1	A	63				
5	KELAS XI TAV	1	F	63				
6	KELAS XI TBS	1	H	63				
7	KELAS XI RPL	1	A	63				
8	KELAS XII TAV	1	F	63				
9	KELAS XII TBS	1	H	63				
10	KELAS XII RPL	1	C	63				
JUMLAH LANTAI KESELURUHAN				1369				

d. Kegiatan Intra Dan Ekstrakurikuler Sekolah

Kegiatan intrakurikuler SMK Negeri 1 Proppo yang dilaksanakan dengan rangkaian kegiatan pembelajaran, baik yang disusun dalam kurikulum sekolah maupun tidak tercantum dalam kurikulum sekolah. Kegiatan intrakurikuler ini merupakan kegiatan yang dilakukan oleh sekolah secara teratur, jelas, tercantum dan terjadwal dengan sistematis dalam kurikulum pendidikan sekolah.

Adapun kegiatan intrakurikuler SMK Negeri 1 Proppo tercantum dalam jadwal pelajaran sekolah adalah Organisasi Siswa Intra Sekolah (OSIS). Program kegiatan yang dilakukan oleh pengurus OSIS adalah Reformasi pengurus OSIS, mengadakan diklat bagi pengurus OSIS, mengadakan pembinaan secara rutin, mendampingi delegasi lomba dari sekolah, dan melibatkan seluruh pengurus OSIS dalam kegiatan kesiswaan.

Sedangkan untuk kegiatan ekstrakurikuler di SMK Negeri 1

Proppo adalah sebagai berikut:

- 1) Kegiatan Pramuka (Pembina: Drs. Mohammad Soetopo)
 - a) Kegiatan ekstra Pramuka diadakan secara rutin setiap hari jumat
 - b) Kegiatan ekstra Pramuka diikuti siswa kelas X, XI dan XII
 - c) Mengikuti kegiatan Kwarran dan Kwarcab maupun Kwarda
 - d) Mengadakan perkemahan
 - e) Mengadakan diklat
 - f) Mengadakan pelatihan pengambilan KTA
- 2) Kegiatan Olahraga
 - a. Olahraga (Pembina: Riesky Febriyansyah, S.Pd.)
 - b. Latihan futsal
 - c. Volly
 - d. Mengikuti tournament
- 3) Kegiatan Seni
 - a) Praktek membuat keterampilan
- 4) Kegiatan PHBI
 - a) Mengadakan kegiatan Peringatan Hari Besar Islam seperti Maulid Nabi, Isra' Mi'raj, pelaksanaan Salat Idul Adha dan penyembelihan hewan kurban.

Sedangkan untuk program kegiatan Bimbingan Konseling di SMK Negeri 1 Proppo adalah sebagai berikut:

- 1) Layanan bimbingan dasar yang bertujuan untuk membantu siswa dalam mengasah keterampilan, pengetahuan, sikap akademik, dan

karir dengan menggunakan strategi layanan bimbingan kelompok. Waktu dan pelaksanaannya secara Terprogram. Dengan penyelenggara Konselor, guru, personalia.

- 2) Perencanaan individual siswa, Tujuan khususnya untuk membantu siswa membuat dan mengimplementasikan rencana pribadi, sosial, pendidikan dan karier. Sasaran layanan yaitu Siswa dengan menggunakan strategi layanan kelompok kecil, Assesment individual , pertimbangan induk keluarga, penempatan.
- 3) Layanan responsif yang bertujuan membantu siswa dalam layanan intervensi. Sasaran layanan Siswa yang terlambat, Bolos, Penanganan putus sekolah, Hubungan sosial, Obat-obatan terlarang, Keluarga, Stress, Pelecehan. Layanan ini menggunakan Strategi layanan Konsultasi, Konseling individu dan kelompok kecil, Konseling krisis Layanan rujukan, dan layanan mediasi. Waktu dan pelaksanaan bersifat Insidental, teknik Penilaian berupa Rekap presensi dan rapor.
- 4) Dukungan sistem dengan Tujuan khusus untuk Mendukung dan meningkatkan pelaksanaan program sekolah. Sasaran layanan berupa Sifat bimbingan, Personalia. Strategi layanan yang digunakan yaitu Kerjasama dan konsultasi. Waktu dan pelaksanaan terprogram. Dengan teknik Penilaian yang berupa Laporan kerja dan laporan kinerja

e. Tujuan SMK Negeri 1 Proppo

Berdasarkan pada visi dan misi di atas, maka tujuan UPT SMK Negeri 1 Proppo Pamekasan adalah:

- 1) Mempersiapkan peserta didik agar menjadi manusia produktif, mampu bekerja mandiri, mengisi lowongan pekerjaan yang ada di Dunia Usaha atau Dunia Industri sebagai tenaga kerja tingkat menengah, sesuai dengan kompetensi dalam program keahlian pilihannya.
- 2) Membekali peserta didik agar mampu memilih karir, ulet dan gigih dalam berkompotensi, beradaptasi di lingkungan kerja dan mengembangkan sikap professional dalam bidang keahlian yang diminatinya.
- 3) Membekali peserta didik dengan ilmu pengetahuan, teknologi, dan seni agar mampu mengembangkan diri dikemudian hari baik secara mandiri maupun melalui jenjang pendidikan yang lebih tinggi.

2. Macam-macam Stress Sekolah dalam Perkembangan Peserta Didik di SMKN 1 Proppo

Stress merupakan fenomena umum yang selalu hadir dalam kehidupan manusia setiap harinya, hal ini disebabkan dimana manusia masih berinteraksi dengan lingkungannya maka stress itu pasti akan selalu ada karena pada dasarnya tidak ada manusia yang dapat menghindar dari stress. Dengan demikian dapat dipahami stress oleh siswa bersumber dari berbagai tuntutan sekolah. Adapun macam-macam stress sekolah yang ada di SMKN 1 Proppo ini dipaparkan oleh Guru BK sebagai berikut:

“Bahwasanya macam macam stress sekolah yang ada di sekolah kami ada 4 seperti yang di jelaskan di atas, tetapi tidak semua siswa kami mengalami hal tersebut hanya saja kebanyakan dari mereka mengalami stress karena tuntutan tugas sekolah, hal tersebut terjadi

karena Faktor terjadinya stress sekolah yang dialami siswa siswi SMKN 1 Proppo ini di karenan siswa kurang mengontrol emosi dari faktor intelegensi atau kemampuan sehingga berpengaruh terhadap pendidikan, itu dari faktor kepribadian, kalau dari faktor sosial faktor terjadinya stress sekolah disini kurang dukungan sosial yang dirasakan, jaringan sosial, termasuk kurang mengontrol emosi pribadi tadi. Dan juga dari permasalahan sehari-hari yang melibatkan unsur-unsur penelitian, dan yang terakhir sumber stress yang menyangkut tuntutan dan ancaman yang berasal dari lingkungan sekitar”.¹ Begitulah ujar beliau.

Hal senada juga di sampaikan oleh bapak Suhari S.Pd selaku guru pendamping BK pada hari kamis, 23 Mei 2019 sebagaimana hasil wawancara peneliti dengan beliau sebagai berikut:

“Di SMKN 1 Proppo dalam mengatasi stress sekolah yang terjadi terhadap siswa itu sendiri seorang guru BK harus teliti betul mana siswa yang benar-benar mengalami stress sekolah tersebut karna sebelum-sebelumnya siswa yang selalu datang ke ruang BK entah itu di panggil atau tidak memang guru BK belum pernah mendapatkan siswanya yang mengalami stress sekolah tersebut. Mengapa demikian, karna jarang memang ada siswa yang kelihatan mengalami stress yang asalnya dari sekolah. Tetapi siswa yang akan mengalami stress sekolah akan kelihatan pada saat ujian semesteran, mengapa demikian karena sebelum mereka menghadapi ujian mereka akan di tuntutan orang tua harus belajar dari pihak sekolah pun akan mewanti-wanti siswanya supaya belajar dengan baik di rumah masing-masing, tujuannya supaya bisa menjawab pada saat ujian berlangsung. Sedangkan untuk siswanya sendiri terkadang ada siswa yang tidak mau ambil pusing saat akan menghadapi ujian mereka tidak mau belajar karena mereka akan berfikir seperti ini “ buat apa saya belajar saat ujian toh saya pasti bisa menjawabnya walaupun saya tidak bisa menjawab saya bisa mencontek punya teman saya” dan ada pula siswa yang akan berfikir seperti ini “besok ujian saya harus belajar karena kalau saya tidak bisa menjawab bagaimana saya akan mendapatkan nilai yang bagus” begitu mbg ujar beliau terhadap peneliti.²

¹ Wawancara langsung dengan bapak Drs. Mohammad Soetop, selaku guru BK di SMK Negeri 1 Proppo pada Tanggal 23 Mei 2019 di ruang BK

² Wawancara langsung dengan bapak suhari , selaku guru pendamping BK di SMK Negeri 1 Proppo pada Tanggal 23 Mei 2019 di ruang BK

Pendapat diatas juga dipertegas oleh Bapak Drs. R. Nurada selaku kepala sekolah SMKN 1 Proppo. Adapun hasil wawancara yang dilakukan peneliti dengan beliau pada hari jum'at, 24 Mei 2019 adalah sebagai berikut:

“Menurut saya sendiri adanya stress sekolah yang terjadi terhadap peserta didik itu di karenakan mereka kurang menyesuaikan diri dengan lingkungan sekolah entah itu dari penyediaan layanan yang masih kurang lengkap atau tugas-tugas dari guru yang masih belum diterima dengan baik. ataupun mereka yang masih belum menyesuaikan diri dengan teman sebayanya. Begitulah menurut saya akan adanya stress sekolah yang terjadi terhadap peserta didik. Dengan adanya hal ini saya menganggap ini adalah hal yang lumrah bagi siswa jika mengalami hal tersebut dan kami pihak sekolah terutama guru BK harus mampu mengatasi hal ini dengan benar sehingga siswa tidak lagi mengalami yang namanya stress sekolah. Begitulah ujar bapak Drs. R. Nurada selaku kepala sekolah SMKN 1 Proppo.³

Terakhir saya wawancara dengan Ayu Andira sebagai siswa SMK Negeri 1 Proppo yang pernah mengalami stress sekolah. Sebagaiman hasil wawancaranya sebagai berikut yang dilaksanakan pada hari kamis, 26 September 2019 yaitu:

“saya pernah merasakan stress sekolah kak, stress sekolah yang saya alami itu dengan adanya tugas rumah atau PR yang tidak mau saya kerjakan sama sekali, sehingga saya beberapa kali di panggil ke ruang BK untuk di konseling, mengapa saya tidak bisa mengerjakan pekerjaan rumah (PR). Waktu itu saya pernah punya masalah kak dengan teman sebangku saya masalahnya setiap ada tugas rumah dia tidak mau berbagi jawaban terhadap saya kak sehingga saya bingung dan saya tidak bisa mengerjakan sendiri di rumah dan akhirnya nilai saya anjlok kak pada saat ujian. Dan bapak topo selaku guru BK disana menyarankan saya agar terbiasa mengerjakan sendiri tugas sekolah yang disuruh di kerjakan dirumah agar saya bisa sambil belajar dan mengingat kembali

³ Wawancara langsung dengan bapak Drs. R Nurada, selaku Kepala Sekolah di SMK Negeri 1 Proppo pada Tanggal 24 Mei 2019 di ruang kepala sekolah.

pelajaran sekolah yang sudah diberikan oleh guru sehingga beliau mengatakan nilai saya tidak anjlok begitu menurut beliau kak.”⁴

Bapak Suhari menambahkan,

Dari sinilah bapak Suhari selaku guru pendamping BK menganggap bahwa siswa perlu adanya bimbingan entah itu dari rekan-rekan guru BK ataupun dari pihak guru-guru yang lain contohnya dari guru wali kelas supaya bisa memotivasi siswanya sebelum ingin mengadakan ujian entah itu ujian semesteran ataupun ulangan harian. Mengapa demikian karena siswa itu meskipun sudah mendapatkan pelajaran tiap hari tidak semua dari mereka siap menghadapi ujian dan guru mengatakan siap tidak siap kalian harus mengikuti ujian sekolah apakah guru tau mana siap yang benar-benar siap atau tidak terkadang semua siswa bilang siap karena mereka takut terhadap gurunya. Tetapi apa hasilnya pada saat ujian berlangsung banyak dari siswa yang masih belum siap sering menoleh ke teman sebangkunya, kadang masih belum diisi jawabannya alasan masih berfikir pak, di kasih waktu sampek ujian mau berakhirpun mereka masih berfikir itulah siswa yang masih belum siap dalam menghadapi ujian tentu saja karena mereka di rumah tidak belajar. Dan hal ini bisa di katakan stress sekolah dalam perkembangan peserta didik karena siswa akan merasa stress akan adanya ujian yang diberikan oleh sekolah. Dan hal ini perlu adanya motivasi belajar dari guru maupun orang tua dan orang disekitarnya. Begitulah ujar beliau.⁵

Bapak Kepala juga menambahkan,

Bukan hanya tentang siap tidak siapnya menghadapi ujian sekolah saja bak, masalah stress sekolah ini, bisa juga karena memang siswa disini merasa kebanyakan tugas dari sekolah. Padahal pihak sekolah memberikan tugas-tugas tersebut sesuai dengan kurikulumnya dan sesuai dengan kemampuannya. Tetapi siswa tetap tidak bisa menerima dengan baik akan tugas yang memang mereka harus kerjakan padahal tujuan tugas rumah tersebut yang diberikan oleh guru-guru disini agar mereka rajin, terampil, berfikir logis dan agar mereka bisa berprestasi tinggi dalam segala pencapaiannya. Tetapi mereka masih ada tidak bisa menerimanya, mengapa demikian siswa itu malas untuk belajar, malas ingin tahu dan malas untuk berfikir padahal pihak sekolah sudah mewanti-wanti agar mereka belajar di rumah.⁶

⁴ Wawancara langsung dengan Ayu Andira selaku siswa di SMK Negeri 1 Proppo pada Tanggal 26 september 2019 di ruang perpustakaan.

⁵ Wawancara langsung dengan bapak suhari , selaku guru pendamping BK di SMK Negeri 1 Proppo pada Tanggal 23 Mei 2019 di ruang BK

⁶ Wawancara langsung dengan bapak Drs. R Nurada, selaku Kepala Sekolah di SMK Negeri 1 Proppo pada Tanggal 24 Mei 2019 di ruang kepala sekolah.

Disamping melakukan wawancara, penulis juga melakukan, saat itu guru BK memberikan layanan konseling perorangan dikarenakan hanya satu siswa yang dikonseling. Tujuannya khusus tentang siswa yang memiliki stress dalam belajarnya. Diketahui siswa yang memiliki stress dikarenakan faktor intern dan ekstren sehingga gairah belajar siswa menurun dan berujung stress.⁷

Selain itu penulis juga melakukan analisa dokumen berupa catatan khusus bagi siswa yang bermasalah, khususnya mengenai masalah stress siswa dalam belajar. Diketahui ada beberapa siswa yang mengalami stress, hal tersebut cepat tanggap di atasi oleh guru BK.⁸

3. Upaya Guru BK untuk Mengatasi Stress Sekolah dalam Perkembangan Peserta Didik di SMKN 1 Proppo

Layanan bimbingan konseling merupakan suatu instrument evaluasi terhadap lembaga pendidikan dalam bidang memandirikan peserta didik, baik secara mental, emosi dan kematangan memahami mata pelajaran. Layanan bimbingan konseling sangat dibutuhkan dilembaga pendidikan untuk memotivasi, mengarahkan serta mendidik secara intensif terhadap peserta didik utamanya dalam hal stress yang di alami oleh siswa. Guru Bimbingan dan Konseling untuk mengatasi stress sekolah dalam perkembangan peserta didik berdasarkan penuturan Bapak Drs. Mohammad Soetopo selaku guru BK di SMKN 1 Proppo berpendapat bahwa dalam mengatasi stress sekolah dalam perkembangan peserta didik

⁷ Observasi, di Ruang BK, Pelaksanaan Konseling Perorangan, tanggal 24 Mei 2019,

⁸ Analisa Dokumen, berupa Catatan masalah siswa, pada tanggal 24 Mei 2019,

pada hari Rabu, 22 Mei 2019 sebagai hasil wawancara dengan beliau sebagai berikut:

“Menciptakan iklim sekolah yang kondusif dengan memberikan kenyamanan dan keamanan kepada siswa baik itu dengan penyediaan fasilitas dan prasarana yang memadai maupun kondusif dalam artian memberikan motivasi yang akan mempengaruhi sikap, kepercayaan, nilai, motivasi, dan prestasi siswa. Langkah selanjutnya yaitu di berikannya bimbingan khusus untuk siswa yang berpotensi mempunyai gangguan stress”⁹

Hal senada juga disampaikan oleh Bapak Drs. R. Nurada pada hari Rabu, 22 Mei 2019 sebagai beriku:

“Dalam mengatasi stress sekolah saya selaku kepala sekolah akan memberikan layanan tertentu terhadap peserta didik saya dan layanan tersebut ialah menyediakan pelayanan sarana dan prasarana yang lengkap dan sesuai dengan kebutuhan siswa disekolah. Dan memberikan pelajaran-pelajaran yang sesuai dengan kurikulumnya. mengapa menggunakan pelayanan ini karena sarana dan prasarana sangat penting bagi kehidupan sekolah terutama siswa jika sarana dan prasarana kurang memadai maka hal itu pasti kurang nyaman dalam hal fasilitas"siswa yang kurang lengkap. Termasuk dengan pelajaran yang akan diberikan haruslah sesuai dengan kebutuhan siswanya.”

Lebih lanjut kepala sekolah menyampaikan bahwa telah mengintruksikan dan memeberikan kebebasan kepada guru BK untuk menangani anak yang mempunyai gejala stress sekolah tersebut, seperti penuturannya:

“saya selaku kepala sekolah disini meminta agar guru BK dan juga guru pendamping BK agar bisa bertanggung jawab penuh terhadap peserta didiknya. Apapun masalahnya atau problem yang peserta didik alami tangani langsung dengan tepat supaya apa yang yang mereka alami masalahnya tidak semakin rumit. Dan setelah guru BK tindak lanjuti masalah-masalah tersebut pantaulah terus perkembangan mereka apakah ada kemajuan atau tidak. Jika siswa ada yang melawan atau menentang maka

⁹ Wawancara langsung dengan bapak Drs. Mohammad Soetopo, selaku guru BK di SMK Negeri 1 Proppo pada Tanggal 23 Mei 2019 di ruang BK

buatkan peringatan terhadap siswa itu dan kalau mereka terus melawan maka buatlah surat pemanggilan orang tua”.

Hasil wawancara kami dengan Sitti Toyyibah sebagai siswa SMK Negeri 1 Proppo mengenai upaya guru BK dalam mengatasi stress sekolah yang dialami peserta didik di Smk Negeri 1 Proppo. Sebagaimana hasil wawancaranya sebagai berikut yang dilaksanakan pada hari kamis, 26 September 2019 yaitu:

“saya sebagai siswa disini sangat mendukung dan sangat berpartisipasi jika guru BK disini sudah memperhatikan dengan siswa yang pernah mengalami stress sekolah, kenapa karena stress sekolah itu bisa merusak kepercayaan siswa tentang sekolah disini bukan hanya merusak kepercayaan seorang siswa terhadap sekolah tapi bisa juga menurunkan prestasi belajar siswa mengapa saya bilang seperti ini karena saya sendiri pernah merasakan kekecewaan terhadap sekolah dengan adanya fasilitas yang kurang lengkap contohnya: kurangnya air di sekolah kami dan sehingga kami saat mau sholat ataupun mau buang air besar dan air kecil harus keluar sekolah numpang kamar mandi di rumah orang yang ada di sekitar sekolah kami jadi kami merasa kurang nyaman lah dengan keadaan yang seperti ini sudah termasuk mengganggu kenyamanan kami berada di sekolah ini kak. Jadi kami sangat senang jika saat ini sekolah sudah menanggapi apa yang menjadi keluhan kami dengan adanya penelitian kakak disini mungkin saja nanti guru BK bisa menyampaikan langsung ke kepala sekolah dan kepala sekolah bisa langsung mengajukan ke yang lebih atas.”¹⁰

Disamping itu itu penulis juga melakukan pengamatan atau observasi, yaitu guru BK di saat jam kosong memberikan pelayanan terhadap siswa berupa motivasi, semangat kepada siswa agar lebih disiplin dan percaya diri dalam menjalankan kewajibannya sebagai peserta didik. Dalam pelaksanaan pelayanan ini guru BK menggunakan media proyektor sebagai sarana pembantu agar penyampaian layanan sesuai dengan yang

¹⁰ Wawancara langsung dengan Sitti Toyyibah selaku siswa di SMK Negeri 1 Proppo pada Tanggal 26 september 2019 di halaman sekolah.

diharapkan, yaitu memberikan motivasi agar siswanya tidak memiliki stress khususnya dalam belajar di sekolah.¹¹

Selain observasi dan wawancara penulis juga melakukan analisa dokumen, penulis menganalisa dokumen berupa RPBK tentang pelayanan yang diberikan terhadap siswa yang berjudu belajar giat hindari stress dalam belajar. RPBK ini guna sebagai bukti untuk pelaporan akhir bahwa guru BK benar-benar melakukan pelayanan terhadap siswanya.¹²

4. Kendala Guru BK dalam Mengatasi Stress Sekolah dalam Perkembangan Peserta Didik di SMKN 1 Proppo

Dalam melaksanakan program yang telah direncanakan tentunya tidak akan terlepas dari berbagai faktor yang pendukung maupun yang penghambat terealisasinya program tersebut. Adanya kerjasama dengan guru dalam melaksanakan praktik realisasi bimbingan konseling untuk meningkatkan dan membantu salah satu tujuan dari pada program lembaga pendidikan merupakan bentuk faktor pendukung. Sedangkan faktor yang bisa menjadi menghambat adalah ketidak konsistenan siswa ataupun guru dalam bimbingan konseling baik secara internal maupun eksternal. Dan terakhir dari wawancara kami dengan pihak sekolah SMKN 1 Proppo yaitu tentang kendala-kendala dalam mengatasi stress belajar yang di jelaskan oleh Bapak Suhari S.Pd selaku guru pendamping BK yang kebetulan juga ikut menangani langsung tentang masalah siswa-siswinya dengan hasil wawancara pada hari yang sama hari Sabtu, 25 Mei 2019 sebagai berikut:

¹¹ Observasi, Ruang Kelas, tanggal 26 September 2019.

¹² Analisa Dokumen, berupa RPBK, tanggal 26 September di ruang BK

“Banyak kendala yang dialami guru BK dalam mengatasi stress sekolah disini, yang pertama saat melakukan proses konseling terkadang siswa tidak mau berbicara sama sekali saat ditanyakan oleh guru BK meskipun gurunya melakukan segala cara untuk menanyakan lebih dalam tentang masalah yang dihadapi. yang kedua layanan BK di sekolah kami masih kurang lengkap contohnya seperti guru BK nya yang benar-benar dari jurusan bimbingan konseling memang masih kurang karena disekolah kami ini guru BK nya masih ada satu maksimal guru BK itu ada tiga tiap sekolah. Dan yang ketiga dari orang tua siswa yang terkadang masih ada orang tua siswa yang masih kurang berpartisipasi terhadap putra putrinya di sekolah mengapa demikian karena mereka sibuk dengan pekerjaan mereka di luar sana dan saat kami memanggil mereka untuk datang ke sekolah (panggilan orang tua) mereka terkadang tidak mau datang dengan alasan pekerjaan. Semestinya orang tua sesibuk apa pekerjaan mereka harusnya mereka bisa menyempatkan waktu untuk datang ke sekolah untuk bisa tau bagaimana yang terjadi terhadap putra putrinya di sekolah sehingga pihak sekolah memanggil orang tua untuk datang kesana toh kami pihak sekolah bukan mau menghakimi mereka tetapi kami ingin membimbing putra putrinya agar lebih baik dan hubungannya dengan orang tua agar orang tua bisa membantu kami di rumah untuk ikut membimbingnya dan jika memang orang tua siswa tidak ada bersama anaknya atau ada di luar kota atau sudah meninggal bisa dengan walinya.” Begitu ujar bapak Suhari selaku guru pendamping BK di SMKN 1 Proppo.¹³

Senada dengan apa yang disampaikan oleh kepala sekolah,

“ untuk kendala di BK sendiri itu, kurang personel guru BK sehingga untuk melakukan pelayanan khusus terhadap siswa kurang lengkap karena memang masih kurang skill saat memberikan pelayanan. Saat siswa memiliki masalah seperti stress itu juga pengaruhnya terhadap partisipasi orang tuanya, jika anak memiliki stress, kurang aktif orang tua berpartisipasi demi kebaikan anaknya’.¹⁴

Selain wawancara peneliti juga melakukan observasi saat melakukan proses konseling antara guru BK dan siswa, khususnya di siswa

¹³ Wawancara langsung dengan bapak suhari , selaku guru pendamping BK di SMK Negeri 1 Proppo pada Tanggal 23 Mei 2019 di ruang BK

¹⁴ Wawancara langsung dengan bapak Drs. R Nurada, selaku Kepala Sekolah di SMK Negeri 1 Proppo pada Tanggal 24 Mei 2019 di ruang kepala sekolah.

kurang keterbukaan kepada guru BK, dalam hal itu nampak bahwa kurangnya skill yang dimiliki guru BK. Oleh karena itu memang dibutuhkan guru BK yang benar-benar jurusannya.¹⁵ Peneliti juga melakukan analisa dokumen daftar struktur organisasi sekolah, kurangnya tenaga pendidik murni BK.¹⁶

B. Temuan Penelitian

Setelah peneliti melakukan penelitian dengan mengumpulkan data dan kemudian memaparkannya sesuai dengan yang diperoleh di lapangan, sehingga peneliti menemukan beberapa hal sebagai bentuk temuan penelitian. Beberapa hasil temuan di SMKN proppo meliputi sebagai berikut:

1. Macam-Macam Stress Sekolah di SMKN 1 Proppo

a. Tuntutan tugas

Setelah peneliti melakukan penelitian secara wawancara dan mengobservasi dengan seksama, maka dapat di simpulkan bahwa ada beberapa siswa yang mengindikasikan mengalami stress sekolah, hal tersebut telah di sebutkan sebelumnya baik oleh guru BK, Guru pendamping BK, Kepala sekolah serta siswa yang telah saya wawancarainya menyebutkan bahwa tugas sekolah merupakan penyebab utama yang memicu stress sekolah.

b. Tuntutan peran

Dengan pemberian tugas dengan harapan agar peserta didik pada saat ujian sekolah mereka akan mendapatkan nilai yang memuaskan

¹⁵Observasi, di Ruang BK, Pelaksanaan Konseling Perorangan, tanggal 24 Mei 2019,

¹⁶Analisa Dokumen, berupa daftar organisasi sekolah, pada tanggal 24 Mei 2019,

di sekolah, jika sudah mendapatkan nilai yang memuaskan maka mereka akan lebih mempertahankan prestasi sekolahnya. Pencapaian yang harus di penuhi oleh siswa tersebut menyebabkan siswa mengalami ketidaknyamanan yang berujung pada stress sekolah. Selain itu guru juga menuntut mereka memiliki sikap yang baik terhadap guru, sesama teman, paling utama orang tua dan orang-orang di sekitarnya peran ini menyebabkan siswa stress karena mereka menganggap tidak memiliki kebebasan.

c. Tuntutan interpersonal

Sekolah secara tidak langsung juga menekan siswa dengan tuntutan interpersonal yang seperti yang saya sebutkan sebelumnya bahwa siswa diuntut memiliki sikap yang baik terhadap guru, sesama teman, paling utama orang tua dan orang-orang di sekitarnya peran ini menyebabkan siswa stress karena mereka menganggap tidak memiliki kebebasan.

2. Upaya Guru BK dalam Mengatasi Stress Sekolah

a. Menciptakan Iklim Sekolah yang Kondusif

Dengan menciptakan iklim sekolah dan ruang kelas yang kondusif akan mempengaruhi sikap, kepercayaan diri, nilai, motivasi, serta prestasi siswa. Sama halnya dengan kondisi hubungan antar guru dan murid. Dengan adanya kondisi hubungan baik Antara siswa dan guru pengajar maka akan tercipta kenyamanan antara siswa terhadap gurunya untuk berinteraksi langsung dengan gurunya atau tidak canggung untuk berhadapan dengan gurunya baik di kelas maupun di luar kelas untuk

pembelajaran tambahan. Jika siswa sudah merasa nyaman dengan gurunya maka hubungan belajarpun akan lebih akan lebih baik dan itu bisa meningkatkan prestasi belajar mereka.

b. Terdapat Program Pelatihan Penanggulangan Stress

Guru BK di tuntut harus bisa melakukan strategi atau tehnik penanggulangan stress dengan menerapkan program-program terapi-konseling. Seperti halnya konseling seperti konseling dengan teknik Rasioanal Emotif yang memperbaiki dan mengubah sikap individu dengan cara mengubah cara berfikir dan keyakinan klien yang irasional menuju cara berfikir yang rasional, sehingga klien dapat meningkatkan kualitas dan kebahagiaan hidupnya. Tujuannya agar siswa mampu berfikir logis sebelum melakukan tindakan dan juga ingin memotivasi mereka untuk merubah diri mereka diri serta mampu menerima kenyataan contohnya: siswa itu sudah melakukan terapi ini setelah melakukan terapi ini siswa itu mampu merubah diri dengan baik dan menghilangkan stress-stress yang pernah mengganggu konsentrasinya. Dan pada saat ujian berlangsung siswa itu berusaha belajar dengan giat dalam menghadapi ujian sekolah dan pada akhirnya apapun hasilnya dari hasil ujian itu siswa itu bisa menerima usaha yang selama ini ia lakukan dan hasilnya cukup memuaskan daripada sebelumnya. Serta menggunakan behavioristic dengan menciptakan kondisi baru yang lebih baik melalui proses belajar sehingga perilaku simtomatik dapat dihilangkan, tujuan terapi secara khusus yaitu mengubah tingkah laku adaptif dengan cara memperkuat tingkah laku yang diharapkan dan

meniadakan perilaku yang tidak diharapkan serta berusaha menemukan cara-cara bertingkah laku yang tepat.

c. Mengembangkan Resiliensi Peserta Didik

Mengembangkan prestasi atau kemampuan yang dimiliki peserta didik ataupun mengelola kemampuannya siswa sesuai dengan kapasitasnya. Tujuannya supaya mereka mampu dan bisa menghadapi perkembangan atau kemajuan zaman yang maju pesat, dan mereka mampu mencegah, meminimalkan dan bahkan menghilangkan dampak-dampak yang merugikan dari kondisi yang tidak menyenangkan menjadi suatu hal yang wajar untuk diatasi.

3. Kendala-Kendala Dalam Mengatasi Stress Sekolah Dalam Perkembangan Peserta Didik Di Smkn 1 Proppo

Kendala yang dialami guru BK di SMK Negeri Proppo dalam melaksanakan layanan bimbingan dan konseling guna memberantas stress sekolah yaitu:

- a. Pertama saat melakukan proses konseling terkadang siswa tidak mau berbicara sama sekali saat ditanyakan oleh guru BK.
- b. Layanan BK di sekolah kami masih kurang lengkap contohnya seperti guru BK dari jurusan bimbingan konseling sehingga layanan yang akan di lakukan terkendala dari skill serta kelengkapan sarana dan prasarana.

- c. Yang ketiga yaitu dari orang tua siswa yang terkadang masih ada orang tua siswa yang masih kurang berpartisipasi aktif terhadap tumbuh kembang anaknya.

C. Pembahasan

Pada bagian pembahasan ini peneliti akan memaparkan tentang hasil penelitian yang diperoleh dilapangan kemudian dikorelasikan dengan landasan teori yang ada. Hal ini dimaksudkan untuk memperjelas temuan penelitian yang diperoleh selama peneliti melakukan penelitian di SMK Negeri 1 Proppo. Sehingga nantinya bisa diperoleh data yang sesuai. Temuan penelitian di atas akan peneliti bahas sesuai dengan fokus penelitian yaitu:

1. Macam-Macam Stress Sekolah yang Ada di SMKN 1 Proppo

a. Tuntutan tugas

Mengapa peserta didik dihadapkan pada tugas-tugas sekolah Karena memang tugas itu sangat penting untuk mengasah otak, melatih keterampilan dan yang paling penting agar mereka tidak lupa dengan apa yang sudah di pelajari sebelumnya dan tugas yang diberikan oleh guru biasanya sudah disesuaikan dengan kurikulum dan juga kemampuan siswanya.

Selain tugas rumah (PR) mereka juga dituntut mengikuti tata tertib sekolah, mengapa perlu adanya tata tertib sekolah mereka akan lebih disiplin waktu, atribut sekolah juga mereka tidak sembarang memakai, maka sebaliknya jika tata tertib sekolah tidak diterapkan, maka

peserta didik akan melalaikan sekolah, tidak disiplin waktu, sembarang memakai seragam sekolah.

Berdasarkan teori di atas, di SMK Negeri 1 Proppo memang terdapat beberapa siswa yang mengindikasikan mengalami stress sekolah, hal tersebut telah di sebutkan sebelumnya baik oleh guru BK, Guru pendamping BK, Kepala sekolah serta siswa yang telah saya wawancarainya menyebutkan bahwa tugas sekolah merupakan penyebab utama yang memicu stress sekolah

b. Tuntutan Peran

Biasanya guru-guru memberikan tugas dengan harapan agar peserta didik pada saat ujian sekolah mereka akan mendapatkan nilai yang memuaskan, jika sudah mendapatkan nilai yang memuaskan maka mereka akan lebih mempertahankan prestasi sekolahnya. Selain itu guru juga menuntut mereka memiliki sikap yang baik terhadap guru, sesama teman, paling utama orang tua dan orang-orang di sekitarnya.

Motivasi belajar yang tinggi dari guru juga selalu di terapkan setiap harinya dari guru agar mereka selalu percaya diri di setiap mereka akan melanjutkan sekolah yang lebih tinggi.

Di SMK Negeri 1 Proppo, Pencapaian dari evaluasi pembelajaran yang telah di lakukan siswa dituntut harus memenuhi nilai sempurna dan memuaskan. Hal tersebut menyebabkan siswa mengalami ketidaknyamanan yang berujung pada stress sekolah.

c. Tuntutan interpersonal

Di lingkungan sekolah siswa tidak hanya dituntut dalam segi tuntutan akademis yang tinggi melainkan sekaligus harus mampu melakukan interaksi sosial atau menjalin hubungan yang baik dengan orang lain, siswa dengan siswa lain, siswa jika sudah berhubungan baik dengan sesama temannya mereka akan lebih nyaman untuk beradaptasi dengan temannya contohnya saat ingin belajar kelompok di sekolah maupun di luar sekolah.

Yang kedua antara guru dan siswa, seorang guru adalah orang pertama yang akan membimbing siswanya untuk ke arah yang lebih baik dan guru juga menjadi panutan siswanya dalam setiap langkahnya. Maka jika guru sudah berhubungan baik dengan siswanya maka siswa akan lebih nyaman saat ingin belajar dan berinteraksi langsung dengan guru.

Dan yang ketiga antara guru dengan guru, jika ada guru yang tidak memiliki hubungan baik antara sesama guru entah itu masalah pribadi pun tindakan itu tidak bisa diterapkan di sekolah karena seorang guru jika memberikan contoh yang tidak baik terhadap siswanya maka siswanya akan mengikutinya. Mengapa demikian karena siswa sudah menganggap guru sebagai panotannya di sekolah.

Dan yang paling utama itu adalah kepala sekolah, kepala sekolah sangat berperan penting terhadap seluruh masyarakat sekolah . dan kepala sekolah memiliki wewenang terhadap guru dan siswanya. Kepala sekolah bisa menegur langsung guru tersebut agar bisa menyesuaikan diri dengan lingkungan sekolah terutama dengan peserta didik. Guru-guru serta pegawai sekolah secara tindakan verbal maupun

nonverbal. Karena interaksi sosial ini merupakan salah satu faktor yang turut mempengaruhi perkembangan siswa, namun disisi lain interaksi sosial di sekolah ini juga menjadi salah satu sumber stress bagi siswa seperti, menimbulkan ketegangan dalam diri siswa yaitu: ketidakmampuan dalam menjalin hubungan positif dengan guru dan teman sebaya, keharusan menghadapi persaingan dengan teman, adanya perlakuan guru yang tidak adil, adanya sikap kurangnya perhatian dan dukungan dari guru dan sikap dijauhi bahkan dikucilkan teman.

2. Upaya Guru BK Dalam Mengatasi Stress Sekolah

Langkah-langkah atau strategi yang dilakukan oleh guru BK dalam mengatasi stress sekolah SMK Negeri 1 Proppo sudah dapat dikatakan baik. Upaya yang dilakukan meliputi melaksanakan pelayanan BK guna menangani siswa yang berindikasi mengalami stress sekolah meliputi layanan orientasi, informasi, penempatan dan penyaluran, konseling perorangan, bimbingan kelompok dan konseling kelompok dan lain sebagainya. Pelaksanaannya disesuaikan dengan program yang ada. Menciptakan iklim sekolah yang kondusif serta nyaman untuk keberlangsungan proses belajar mengajar di sekolah.

Hal tersebut secara garis besar telah sejalan dengan teori upaya guru BK dalam mencegah dan menangani stress sekolah yaitu:

a. Menciptakan Iklim Sekolah yang Kondusif

Dengan menciptakan iklim sekolah dan ruang kelas yang kondusif akan mempengaruhi sikap, kepercayaan diri, nilai, motivasi, serta prestasi siswa. Sama halnya dengan kondisi hubungan antar guru

dan murid. Dengan adanya kondisi hubungan baik Antara siswa dan guru pengajar maka akan tercipta kenyamanan antara siswa terhadap gurunya untuk berinteraksi langsung dengan gurunya atau tidak canggung untuk berhadapan dengan gurunya baik di kelas maupun di luar kelas untuk pembelajaran tambahan. Jika siswa sudah merasa nyaman dengan gurunya maka hubungan belajarpun akan lebih akan lebih baik dan itu bisa meningkatkan prestasi belajar mereka.

b. Terdapat Program Pelatihan Penanggulangan Stress

Guru BK di tuntut harus bisa melakukan strategi atau tehnik penanggulangan stress dengan menerapkan program-program terapi-konseling. Seperti halnya konseling seperti konseling dengan teknik Rasioanal Emotif yang memperbaiki dan mengubah sikap individu dengan cara mengubah cara berfikir dan keyakinan klien yang irasional menuju cara berfikir yang rasional, sehingga klien dapat meningkatkan kualitas dan kebahagiaan hidupnya. Tujuannya agar siswa mampu berfikir logis sebelum melakukan tindakan dan juga ingin memotivasi mereka untuk merubah diri mereka diri serta mampu menerima kenyataan contohnya: siswa itu sudah melakukan terapi ini setelah melakukan terapi ini siswa itu mampu merubah diri dengan baik dan menghilangkan stress-stress yang pernah mengganggu konsentrasinya. Dan pada saat ujian berlangsung siswa itu berusaha belajar dengan giat dalam menghadapi ujian sekolah dan pada akhirnya apapun hasilnya dari hasil ujian itu siswa itu bisa menerima usaha yang selama ini ia lakukan dan hasilnya cukup memuaskan daripada sebelumnya. Serta

menggunakan behavioristic dengan menciptakan kondisi baru yang lebih baik melalui proses belajar sehingga perilaku simptomatik dapat dihilangkan, tujuan terapi secara khusus yaitu mengubah tingkah laku adaptif dengan cara memperkuat tingkah laku yang diharapkan dan meniadakan perilaku yang tidak diharapkan serta berusaha menemukan cara-cara bertingkah laku yang tepat.

c. Mengembangkan Resiliensi Peserta Didik

Mengembangkan prestasi atau kemampuan yang dimiliki peserta didik ataupun mengelola kemampuannya siswa sesuai dengan kapasitasnya. Tujuannya supaya mereka mampu dan bisa menghadapi perkembangan atau kemajuan zaman yang maju pesat, dan mereka mampu mencegah, meminimalkan dan bahkan menghilangkan dampak-dampak yang merugikan dari kondisi yang tidak menyenangkan menjadi suatu hal yang wajar untuk diatasi.

3. Kendala-Kendala dalam Mengatasi Stress Sekolah dalam Perkembangan Peserta Didik di SMKN 1 Proppo

Terdapat beberapa kendala yang di menjadi kendala di SMK Negeri 1 Proppo dalam memberikan pelayanan bimbingan konseling dengan maksimal, antara lainnya yaitu:

- a. Kurangnya keterbukaan siswa untuk menceritakan masalah yang sedang di hadapi. Kendala yang harus dihadapi seorang konselor bisa di atasi dengan menjalin rapport di awal konseling sehingga siswa dapat menceritakan masalahnya.

- b. Kurangnya tenaga kerja guru BK di sekolah tersebut sehingga guru disana kewalahan jika menghadapi siswa yang bermasalah.
- c. Orang tua yang kurang berpartisipasi dalam setiap kegiatan anak disekolah karena alasan pekerjaan orang tua yang tidak bisa ditinggalkan.