

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Pendidikan memiliki peranan yang sangat menentukan bagi perkembangan dan perwujudan diri individu, terutama bagi pembangunan bangsa dan negara. Tujuan pendidikan pada umumnya ialah menyediakan lingkungan yang memungkinkan anak didik untuk mengembangkan bakat dan kemampuannya secara optimal, sehingga dapat mewujudkan dirinya dan berfungsi sepenuhnya, sesuai dengan kebutuhan pribadinya dan kebutuhan masyarakat (Maryati, 2008).

Peserta didik merupakan seseorang yang sedang berkembang memiliki potensi tertentu dengan bantuan pendidikan, ia mengembangkan potensi tersebut secara optimal. Peserta didik memiliki potensi yang berbeda-beda dengan karakteristik yang berbeda-beda pula, tidak ada kesamaan antara satu individu dengan individu lainnya. Perbedaan potensi peserta didik dapat dilihat dari peserta didik yang cerdas dan bakat yang istimewa, peserta didik yang sedang dengan IQ rata-rata, dan ada peserta didik yang lemah dalam segala hal baik itu IQ maupun fisik.

Merujuk pada UU Nomor 20 Tahun 2003 tentang Sistem Pendidikan Nasional, Bab IV Pasal 5 ayat 4 berbunyi: Warga Negara yang memiliki potensi kecerdasan dan bakat istimewa berhak memperoleh pendidikan

khusus. Bab V Pasal 12 ayat 1b berbunyi: Setiap peserta didik pada setiap satuan pendidikan berhak mendapatkan pelayanan sesuai dengan bakat, minat dan kemampuannya. Hal ini bisa dimaknai bahwa pemerintah membuka atau memperbolehkan sekolah untuk membuka kelas percepatan belajar yang tentu sebelumnya sekolah tersebut sudah lulus uji dan mendapatkan kepercayaan dari Departemen Pendidikan Nasional untuk mengadakan program tersebut.

Program percepatan belajar itu adalah program akselerasi. Menurut Hawadi (2004), salah satu tujuan dari program akselerasi adalah memberikan pelayanan kepada anak berbakat akademik untuk mewujudkan bakat dan kemampuan secara optimal. Maka dari itu program akselerasi yang dilaksanakan di Indonesia adalah akselerasi yang berbasis kurikulum nasional.

Program ini didesain dalam bentuk pemadatan waktu menjadi 2 tahun dari 3 tahun masa pendidikan normal (regular) dengan pembagian tetap dalam 6 semester hanya durasi waktu yang dibutuhkan lebih kurang 4 bulan 1 semesternya. Diharapkan dengan program layanan percepatan belajar ini, siswa-siswa yang memiliki kecepatan belajar tinggi, dapat menghemat waktu studi dan mereka tidak merasakan belajar sebagai sesuatu yang membosankan karena lambatnya penyampaian materi yang didapat. Selain itu, akan dilihat apakah siswa tersebut mampu untuk bisa memenuhi dan beradaptasi dengan kurikulum yang dipakai di program akselerasi ini sesuai yang ditetapkan oleh pihak sekolah.

Seperti halnya menurut Akbar dan Hawadi (2004), sebelum siswa dinyatakan diterima dalam program akselerasi ini, calon siswa harus melaksanakan serangkaian tes hingga dapat dinyatakan lulus. Tes tersebut antara lain adalah tes psikologi yang komprehensif, tes IQ dengan skala nilai minimal 125, bebas dari problem emosional dan sosial, memiliki fisik sehat, tidak ada tekanan dari orang tua tetapi atas kemauan anak sendiri, adanya sikap positif guru terhadap siswa, guru peduli terhadap kematangan sosial emosional siswa.

Belakangan ini keberadaan program kelas akselerasi kembali menjadi perbincangan. Ada yang menyatakan kelas akselerasi bisa menampung siswa yang memang punya kecerdasan jauh diatas rata-rata anak seusianya, namun tidak sedikit yang berpendapat bahwa siswa akselerasi justru membuat siswa tertekan karena materi pembelajaran yang dipercepat sehingga tidak dapat mengembangkan kemampuan sosialisasi mereka. Bahkan ada yang menyebutkan bahwa justru sebagian orangtua yang mendorong anaknya masuk ke kelas tersebut (www.compas.com 20/11/2013).

Masalah yang dihadapi siswa Akselerasi di sekolah yaitu peraturan yang diterapkan oleh pihak sekolah mengenai standar nilai yang lebih tinggi yang harus diperoleh siswa Akselerasi yaitu nilai 8 dan lebih lamanya jam pulang sekolah, hal ini juga terjadi di kelas Akselerasi SMA N 1 Bireuen ini yaitu jam 17.30 WIB dibandingkan dengan sekolah umum lainnya.

Siswa didik yang berada di kelas akselerasi diharuskan memenuhi beberapa tuntutan, baik itu dalam waktu belajar yang dikompres, materi yang dipadatkan bahkan munculnya tantangan baru dimana ada anggapan kelas akselerasi harus mampu menangani berbagai permasalahan dibanding temannya yang berada di kelas reguler. Seperti yang dinyatakan dalam penelitian yang dilakukan oleh Muraida (2004), salah satu tim peneliti dari Universitas Islam Negeri (UIN) Syarif Hidayatullah, bahwa program akselerasi yang berbasis kurikulum nasional yang diterapkan di Indonesia belum mencapai tujuan yang telah dirumuskan, seperti meningkatkan kecerdasan emosional. Banyak siswa yang cemas, Stress dan jarang berkomunikasi.

Banyaknya beban yang lebih banyak karena kurikulum yang diberikan sekolah jauh lebih banyak daripada siswa reguler. Sistem degradasi dan pengaruh lingkungan, seperti interaksi siswa dengan teman sebayanya maupun interaksi siswa dengan guru, juga memengaruhi tekanan pada siswa akselerasi. Hal demikian karena siswa akselerasi dipandang sebagai siswa yang memiliki tingkat intelegensi lebih tinggi dibandingkan siswa reguler, sehingga adanya kesenjangan antara perlakuan guru dengan siswa akselerasi tersebut. Guru mengharapkan siswa akselerasi dapat menjadi contoh bagi siswa reguler. Mereka juga kurang olah raga, dalam satu minggu mereka hanya memiliki dua jam mata pelajaran olah raga.

Berikut ini kutipan dari salah seorang guru yang mengajar kelas akselerasi:

Mereka memang menikmati kegiatan sekolah dengan baik meskipun banyak tuntutan yang harus mereka jalani, capek mungkin iya, tapi mereka tetap menjalani kegiatan dengan baik dan interaksi mereka juga baik dengan sesama teman, mereka juga sering tertawa bersama dalam mengatasi kejenuhan mereka guru yang mengajar di kelas tersebut juga sering menyelipkan sedikit tidaknya kata-kata candaan yang membuat mereka terbantu dengan dalam kejenuhannya(02/05/2014).

Penelitian Scholichah (2005) menjelaskan bahwa siswa akselerasi mengalami perasaan takut gagal, kaget, jenuh, merasa terbebani dan takut tidak bisa membahagiakan orangtua. Hal ini dikarenakan siswa-siswa tersebut terbiasa mendapatkan nilai baik dan menjadi juara, sehingga ketika tidak menjadi juara atau kurang menonjol di lingkungan belajar yang lebih tinggi, mereka mengalami tekanan (Fadillah, 2004). Jika orang tua tidak memahami kondisi yang terjadi pada anaknya di sekolah, kemungkinan anak akan merasa tertekan dengan lingkungannya. Kondisi tersebut menyebabkan individu mengalami stress (Kedaulatan Rakyat, 19/03/2004).

Kondisi seperti diatas tersebut dikenal sebagai kondisi stress akademik. Stress pada siswa yang terjadi karena banyaknya harapan dan tuntutan dalam bidang akademik disebut dengan stress akademik. Menurut Gusniarti (2002), stress akademik yang dialami siswa merupakan hasil persepsi yang subjektif terhadap adanya ketidaksesuaian antara tuntutan lingkungan dengan sumber daya aktual yang dimiliki siswa. Ibung (2008) menambahkan bahwa ketidaksesuaian kondisi individu dengan

lingkungannya dapat terjadi dalam bentuk tuntutan lingkungan lebih tinggi daripada kemampuan individu atau tuntutan individu yang lebih tinggi dari kondisi lingkungan yang ia hadapi. Baumel (2000) menyatakan bahwa Stress di bidang akademik pada anak muncul ketika harapan untuk pencapaian prestasi akademik meningkat, baik dari orang tua, guru ataupun teman sebaya. Stress ini meningkat setiap tahunnya seiring dengan tuntutan zaman atas anak-anak yang berbakat dan berprestasi dan tidak akan pernah berhenti.

Stress merupakan suatu tekanan pada diri individu yang biasanya diikuti dengan adanya gejala-gejala fisiologis, seperti otot mengencang, denyut jantung meningkat, pernafasan menjadi cepat dan dangkal serta beberapa gejala lain yang bersifat somatis. Hal ini biasanya terjadi karena adanya keinginan atau kebutuhan yang kurang atau tidak terpenuhi (Hawari, dalam Susilowati 2010). Hutabarat (2009) menjelaskan efek negatif dari terjadinya Stress yaitu memengaruhi keefektifan performa individu dalam melakukan sebuah tugas, mengganggu fungsi kognitif, dapat menyebabkan *burnout*, menyebabkan masalah, gangguan psikologis dan fisik. Keadaan ini berpotensi menurunkan prestasi siswa dalam bidang akademik. Stress di sekolah biasanya disebabkan oleh suasana sekolah, cara guru mengajar, bahan pelajaran yang dianggap sulit, dan beban tugas juga dapat mengakibatkan siswa mengalami Stress (Aryani, 2010).

Namun demikian dalam menghadapi tuntutan akselerasi tidak semua siswa mengalami stres, ada siswa yang mampu mengatasi stres akademik tersebut sehingga mereka menjalani tuntutan itu dengan santai, tidak terbebani. Ada berbagai cara yang dapat dilakukan oleh seseorang dalam mengatasi stres akademik, salah satu cara yang dipakai ialah dalam mengembangkan *sense of humor*. Menurut Gomes (1991) dengan *sense of humor* dapat menimbulkan efek tertawa dan tertawa merupakan obat terbaik dalam melawan stress. Untuk mengatasi, mengamati, merasakan atau mengungkapkan humor seseorang memerlukan kepekaan terhadap *sense of humor*. Individu dengan *sense of humor* yang lebih tinggi lebih termotivasi, lebih ceria, dapat dipercaya dan mempunyai *self esteem* yang lebih tinggi (Kelly, 2002).

Stress dapat dicoping dengan dua cara, yaitu *problem focused coping* dan *emotion focused coping*. Dalam mengatasi stress akademik, *Problem focused* dilakukan siswa dengan cara belajar lebih banyak dengan membahas berbagai materi, mendapatkan dukungan sosial dari teman, keluarga atau guru dan mencari cara untuk menemukan strategi atau teknik khusus dalam belajar agar mampu berpikir dan bertindak dengan lebih efektif. Sedangkan untuk *emotion focused*, siswa menggunakan beberapa aktivitas atau perilaku seperti bermain, katarsis, melakukan hobi, dan melemparkan joke/lawakan tertentu atau disebut dengan humor. Dari keseluruhan *coping* di atas, humor adalah yang paling jarang dibahas namun sering dilakukan oleh para siswa didik. Hal ini sesuai dengan hasil penelitian yang dilakukan oleh Hartanti dan

Rahaju, menurut beliau bahwa disatu sisi *sense of humor* bisa membuat senang dan mengurangi stres, tetapi disisi lain bisa membuat orang lain “sumpek” bila diterapkan pada situasi yang tidak tepat (Hartanti & Rahaju, 2002).

“Standart nilai kami memang lebih tinggi kak. Kalo sekolah biasa kan kalo gak salah saya pernah standart nilai orang itu 7, kalo kami disini standartnya harus dapat 8. Sama jam pulang sekolah kami kan beda kak. kami pulang jam setengah enam, kalo sekolah biasa kan jam 2 udah pulang kak, tapi biasa aja sih sore gitu pulangnya. Trus sistem belajarnya juga kan ngebut kak, misalnya dalam satu mata pelajaran 12 bab harus selesai dalam 4 atau 5 kali pertemuan, kalau kelas regulerkan sampek 10 kali pertemuan, mau tidak mau ya memang harus dijalankan, lama-lama juga terbiasa dan juga menjadi hal yang biasa, capek ya capek tapi menyenangkan seharian di sekolah karena teman-teman gurunya juga membantu menghilangkan jenuh belajar, kadang waktu pergantian jam pelajaran berkesempatan untuk ngobrol-ngobrol sama teman, bercanda mencari hiburan gitu lah kak.” (wawancara personal, tanggal 02/05/2014).

Humor menurut Simpson & Weiner (1989) diartikan sebagai kualitas aksi, bicara, ataupun menulis yang memunculkan kesenangan; kelucuan, keriang, lawakan, mimik dan komikal. Humor memancing tawa dan tawa sangat penting dalam menenangkan situasi yang tegang atau kondisi stress. Hal ini dikarenakan humor memiliki kemampuan untuk meningkatkan kadar endorfin dan kortisol dalam tubuh sehingga menimbulkan rasa tenang dan senang. Humor bagaikan obat yang mempercepat proses penyembuhan. Menurut Bukon (dalam Liz Hodgkinston, 2005) humor tidak selalu bersikap positif, namun juga berbentuk olok-olok yang bisa sangat menghancurkan, sering menyerang dan kejam, diarahkan pada orang lain dengan tujuan mempermalukan. Orang cenderung merasa lebih unggul saat mereka bisa

mengolok-olok, dan biasanya terkandung nuansa permusuhan tertentu dalam serangan verbal.

Menurut Litton (dalam Diela Maya, 2007) *sense of humor* merupakan cahaya matahari dalam pikiran, yaitu yang menerangi, menghangatkan, menyegarkan dan mengeringkan kepedihan. Dalam dunia pendidikan, humor dan tertawa dapat menyebabkan seseorang lebih waspada, otak digunakan dan mata bersinar. Menurut Nilsen (dalam Johana E. Prawitasari, 2005), *sense of humor* dan tertawa merupakan alat belajar yang penting, selain itu humor juga merupakan alat yang sangat efektif untuk membawa seseorang agar mendengarkan pembicaraan dan merupakan alat persuasi yang baik. Humor hanya dapat dipahami dan dimengerti oleh orang yang memiliki *sense* (rasa) terhadap joke yang terlontar secara verbal ataupun non verbal. *Sense of Humor* dalam hal ini dimaknai sebagai trait kepribadian atau keunikan individu yang variatif. *Sense of Humor* dilihat sebagai sebuah bangun yang berada dalam area psikologi kepribadian.

Walaupun tidak ada tingkatan atau pengelompokan pasti atas orang yang memiliki *Sense of Humor*, kadar *Sense of Humor* berbeda tiap orang. Ada yang memiliki *Sense of Humor* yang tinggi ada juga yang memiliki *Sense of Humor* yang rendah. Orang-orang yang tidak memiliki rasa humor (*Sense of Humor*) tidaklah menyadari betapa buruk dan memalukan perilakunya di hadapan orang lain. Mereka tidak mengerti dampak yang mereka akibatkan dan kurang peka terhadap pemikiran dan kesan orang lain.

Mereka hanya peduli dengan diri mereka sendiri. Memiliki rasa humor berarti bahwa orang mampu mengecek perilakunya sendiri secara ajeg, sehingga tiada hal yang lepas kendali. Berdekatan dengan seseorang yang pandai membuat orang lain tertawa, pasti akan sangat menyenangkan. Suasana akan menjadi hidup, segar dan semua masalah terasa ringan. Dia yang biasanya dicap sebagai orang yang humoris atau punya rasa humor tinggi itu biasanya akan selalu menjadi primadona dalam setiap pertemuan. Punya *Sense of Humor* (rasa humor) yang baik, adalah modal yang sangat berharga bagi seseorang. Seni humor ini bertujuan meringankan masyarakat dalam menjalani hidupnya (Hartanti, 2002).

Kembali pada bahasan Stress akademik yang dialami oleh siswa akselerasi, dari hasil penelitian Deaner (dalam Hartanti, 2002) menunjukkan bahwa ada hubungan antara sikap terhadap humor dengan depresi dan kepribadian, individu yang memiliki *Sense of Humor* menunjukkan tingkat depresi yang rendah dan memiliki nilai ekstraversi serta kestabilan emosi yang lebih tinggi dibandingkan dengan individu yang tidak memiliki *Sense of Humor*. Keyakinan pada pentingnya humor untuk kesehatan mental yang baik, tampaknya diakibatkan dari pengalaman umum banyak orang bahwa humor sering dapat mengangkat kita dari cengkraman depresi atau keadaan mental yang negatif.

Dengan adanya *Sense of Humor*, maka siswa akan mampu mengadopsi dari sudut pandang yang mengandung humor yang mengidentifikasi bahwa individu tersebut memiliki pandangan yang luas, mampu menerima pendapat orang lain, serta mampu memandang diri secara objektif, baik mengenai kelemahan maupun kelebihan. Apabila ia mampu menghadapi sikap ini maka dalam kehidupannya ia akan lebih mampu untuk mentolerir segala tekanan yang dirasakannya, bersikap optimis dalam menghadapi segala permasalahan yang telah dihadapinya.

Berdasarkan adanya fenomena *Sense of Humor* yang bisa menjadi salah satu cara mengatasi stress akademik pada siswa akselerasi, maka peneliti ingin mengangkat judul penelitian “Hubungan antara *Sense of Humor* dengan Stress Akademik Pada Siswa Kelas Akselerasi SMA Negeri 1 Bireuen”.

B. Rumusan Masalah

Adapun yang menjadi rumusan masalah dalam penelitian ini adalah Untuk melihat apakah ada hubungan antara *Sense of Humor* dengan stress akademik pada siswa kelas akselerasi di SMA Negeri 1 Bireuen?

C. Tujuan Penelitian

Penelitian ini bertujuan untuk menguji apakah ada hubungan negatif antara *Sense of Humor* dengan stress akademik pada siswa kelas akselerasi.

D. Manfaat Penelitian

1. Manfaat Teoritis

Hasil penelitian ini dapat memberikan informasi, wawasan dan pengetahuan psikologi, terutama psikologi pendidikan, khususnya yang berkaitan dengan *Sense of Humor* dengan stress akademik.

2. Manfaat Praktis

Sebagai bahan masukan bagi guru Bimbingan Konseling untuk mengatasi stress akademik pada siswa kelas akselerasi. Bagi siswa akselerasi agar lebih tau seberapa tinggi stress akademik yang dimilikinya serta dapat menangani Stress dalam dirinya.

