

BAB 1

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Tekanan akademik saat ini masih merupakan salah satu permasalahan yang berkaitan erat dengan dunia pendidikan, terutama stres akademik yang kini masih banyak dialami oleh para siswa (Pradiri et al., 2021). Ketika siswa merasakan stres terkait akademik, mereka dapat menunjukkan berbagai tanda seperti rendahnya rasa percaya diri, kesulitan dalam berkonsentrasi, kecenderungan untuk menarik diri, mudah marah atau bersikap agresif, perasaan muram, sedih, serta kebingungan (D. Rahmawati et al., 2021). Berbagai tekanan yang dirasakan siswa, khususnya siswa SMK biasanya terlihat dari kesulitan mereka dalam menyelesaikan tugas. Tekanan yang mereka hadapi bisa disebabkan oleh tingkat kesulitan tugas, tenggat waktu, dan banyak tugas dari berbagai bidang yang harus diselesaikan secara bersamaan (Suseno et al., 2022). Sebagai akibat dari tuntutan akademik yang terlalu padat, siswa yang mengalami stres akademik akan cenderung memunculkan respons negatif seperti perilaku agresif. Siswa agresif sering mengalami kesulitan mengelola emosi, dan sulit beradaptasi dengan norma sosial yang berada di lingkungan sekolah (Supriyanto et al., 2022). Perilaku agresi pada siswa jika tidak segera diatasi dapat mempengaruhi masa depan (Akbar & Mualifah, 2021).

Prevelensi di Australia menemukan bahwa stres akademik di kalangan siswa menengah atas melaporkan sekitar 20% tingkat stres akademik yang

sangat tinggi, khususnya menjelang ujian besar atau penilaian akhir sekolah (Jagiello et al., 2025). Di SMK Negeri Cimahi, ditemukan bahwa sekitar 55% siswa mengalami stres akademik rendah, 41% di tingkat sedang, dan 4% siswa dalam kategori tinggi (Irmayanti et al., 2022). Di Universitas Muhammadiyah Sidoarjo ditemukan tingkat prevalensi stres akademik menunjukkan bahwa sebesar 13,3%, berada di kategori rendah, 73,2% di kategori sedang, dan 13,6% di kategori tinggi. Sedangkan perilaku agresif menemukan prevalensi perilaku agresif di Amerika Serikat sebesar 23,6% siswa (Shaw, 2023). Di Indonesia prevalensinya ditemukan sebesar 62,9% pada siswa (Saputra et al., 2021). Di Sidoarjo menunjukkan perilaku agresi sebesar 55% (District & Fitriyah, 2024). Berdasarkan hasil studi pendahuluan pada tanggal 3 Maret 2026 di SMKN 1 Mojoanyar melalui wawancara terhadap 5 orang siswa mendapatkan hasil yaitu sebanyak 2 siswa menunjukkan tingkat stres dalam kategori rendah dengan presentase sebesar 40% sementara itu 3 siswa lainnya juga mengalami stres akademik dan menunjukkan kategori tinggi dengan presentase sebesar 60% dikarenakan banyaknya tekanan akademik dan tuntutan belajar yang ekstra karena pada bulan maret- april akan diadakan ujian secara beruntun dan persiapan praktek kerja lapangan (PKL) sedangkan siswa dengan perilaku agresif didapatkan 1 siswa kategori rendah sebesar 20%, 1 siswa kategori sedang sebesar 20% dan 3 siswa lainnya berada dalam kategori tinggi sebesar 60%.

Siswa di SMK sering menghadapi tekanan besar, baik dalam menyelesaikan tuntutan akademik seperti tugas dan ujian, maupun dalam

mempersiapkan diri untuk Praktek Kerja Lapangan (PKL), yang membutuhkan kesiapan mental dan keterampilan kerja. Salah satu aspek tekanan akademik adalah ketika siswa menghadapi tekanan yang signifikan untuk mengelola tanggung jawab akademik, seperti banyaknya tugas menumpuk, kesulitan memahami materi pembelajaran, suasana kelas yang tidak kondusif, dan ejekan fisik. Stres akademik juga dapat muncul ketika siswa menghadapi jadwal yang padat, tugas yang berat, persaingan ketat di kelas, dan materi pelajaran yang sulit dipahami (Made Sukma Wirayana et al., 2024). Sementara Agresif sendiri dapat dipengaruhi oleh banyak hal, seperti faktor pribadi, usia, jenis kelamin, akademik, keluarga, pengalaman, dan media (Aubertha et al., 2025).

Untuk mengurangi dampak negatif stres akademik yang dapat memicu peningkatan perilaku agresif pada siswa SMK, diperlukan upaya penanganan yang komprehensif dan melibatkan berbagai pihak, seperti sekolah, guru, orang tua, serta siswa itu sendiri. Kolaborasi tersebut penting dalam rangka pencegahan maupun penanganan stres secara sistematis dan berkelanjutan. Pihak sekolah diharapkan mampu merancang program manajemen stres yang terintegrasi dalam kurikulum maupun kegiatan non-akademik, seperti pelatihan regulasi emosi, praktik mindfulness, serta layanan konseling psikososial dan di SMKN 1 Mojoanyar sudah tersedia layanan bimbingan konseling untuk para siswa - siswi agar bisa mendapat fasilitas untuk mencurahkan isi hatinya guna untuk meminimalkan stres akademik agar tidak menimbulkan terjadinya perilaku agresif. Program-program tersebut mampu

menyediakan lingkungan yang aman bagi siswa untuk mengekspresikan tekanan akademik secara adaptif dan konstruktif. Upaya ini menjadi krusial karena tingginya tingkat stres akademik berpotensi berdampak pada kondisi psikologis siswa serta memengaruhi perilaku mereka secara umum, termasuk munculnya kecenderungan agresivitas (Haritay et al., 2025). Selain itu, keterlibatan orang tua dalam memantau beban tugas, menetapkan harapan realistis, dan memberikan dukungan emosional dapat menjadi faktor protektif terhadap kecenderungan perilaku agresif akibat tekanan akademik. Hubungan antara disekolah dan keluarga dalam menciptakan lingkungan belajar suportif diharapkan dapat menurunkan stres akademik dan sekaligus mengurangi perilaku agresif siswa SMA secara signifikan (Lestari & Kinayung, 2022).

Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang yang telah dipaparkan, maka rumusan masalah dalam penelitian ini dapat dirumuskan sebagai berikut ” Apakah ada hubungan antara stres akademik dengan perilaku agresif pada siswa sekolah menengah kejuruan di SMKN 1 Mojoanyar”

Tujuan Penelitian

Tujuan Umum

Untuk mengetahui hubungan antara stres akademik dengan perilaku agresif pada siswa sekolah kejuruan di SMKN 1 Mojoanyar

Tujuan Khusus

1. Untuk mengidentifikasi tingkat stres akademik pada siswa SMKN 1 Mojoanyar.

2. Untuk mengidentifikasi tingkat perilaku agresif pada siswa SMKN 1 Mojoanyar.
3. Untuk menganalisis hubungan antara stres akademik dengan perilaku agresif pada siswa SMKN 1 Mojoanyar.

Manfaat Penelitian

Manfaat Teoritis

Hasil penelitian ini dapat membantu mengembangkan ilmu tentang psikologi pendidikan maupun pendidikan dasar, dan pemahaman mengenai stres akademik dan perilaku agresif pada anak sekolah menengah atas serta hubungan antara kedua variabel tersebut.

Manfaat Praktis

1. Bagi Siswa

Penelitian ini dapat membantu sekolah membuat rencana pembelajaran yang lebih tepat, guna meminimalkan stres akademik dan perilaku agresif pada siswa.

2. Bagi Guru

Hasil penelitian ini bisa digunakan oleh guru untuk mengidentifikasi tanda-tanda stres akademik dan perilaku agresif pada siswa serta menerapkan pendekatan pembelajaran dan pengelolaan kelas yang lebih suportif.

3. Bagi Orang Tua

Penelitian ini diharapkan dapat meningkatkan pemahaman orang tua tentang bagaimana tekanan akademik berdampak pada

perilaku anak, dengan demikian orang tua mampu memberikan pendamping dan dukungan yang tepat dalam proses belajar anak.

4. Bagi Sekolah

Hasil penelitian ini diharapkan dapat menjadi bahan masukan bagi pihak sekolah dalam menyusun program pencegahan dan penanganan stres akademik serta perilaku agresif pada siswa. Selain itu, sekolah dapat mengembangkan layanan bimbingan dan konseling, menciptakan lingkungan belajar yang kondusif, serta menyusun kebijakan yang mendukung kesehatan mental dan kesejahteraan siswa.

5. Bagi Peneliti Selanjutnya

Hasil penelitian ini dapat dijadikan sebagai referensi serta landasan dalam pengembangan studi lanjutan yang berkaitan dengan stres akademik, perilaku agresif, serta berbagai variabel psikososial pada anak



