PENGARUH IKLIM KELAS DAN *SCHOOL WELL-BEING* TERHADAP STRES AKADEMIK PADA SISWA MADRASAH ALIYAH NEGERI PROGRAM SKS DAN PROGRAM REGULER

SKRIPSI

Diajukan Kepada Universitas Islam Negeri Sunan Ampel Surabaya Untuk Memenuhi Salah Satu Persyaratan Dalam Menyelesaikan Program Strata Satu (S1) Psikologi (S.Psi)

Fahmy Ferdiyanto

J71216057

PROGRAM STUDI PSIKOLOGI
FAKULTAS PSIKOLOGI DAN KESEHATAN
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI SUNAN AMPEL
SURABAYA
2020

PERNYATAAN KEASLIAN PENELITIAN

PERNYATAAN KEASLIAN PENELITIAN

Dengan ini saya menyatakan bahwa skripsi yang berjudul "PENGARUH IKLIM KELAS DAN *SCHOOL WELL-BEING* TERHADAP STRES AKADEMIK PADA SISWA MADRASAH ALIYAH NEGERI PROGRAM SKS DAN PROGRAM REGULER" merupakan karya asli yang diajukan untuk memperoleh gelar Sarjana Psikologi di Universitas Islam Negeri Sunan Ampel Surabaya. Karya ini sepanjang pengetahuan saya tidak terdapat karya atau pendapat yang pernah ditulis atau diterbitkan oleh orang lain, kecuali yang secara tertulis di acu dalam naskah ini dan disebutkan dalam daftar pustaka.

Surabaya, 22 Juli 2020

Fahmy Ferdiyanto

HALAMAN PERSETUJUAN

SKRIPSI

Pengaruh Iklim Kelas Dan *School Well-Being* Terhadap Stres Akademik Pada Siswa Madrasah Aliyah Negeri Program SKS Dan Program Reguler

Oleh:

Fahmy Ferdiyanto

NIM: J71216057

Telah disetujui untuk diajukan pada Sidang Ujian Skripsi

Surabaya, 28 April 2020

Dosen Pembimbing

Dr. Abdul Muhid, M.Si.

NIP. 197502052003121002

HALAMAN PENGESAHAN

HALAMAN PENGESAHAN

SKRIPSI

PENGARUH IKLIM KELAS DAN *SCHOOL WELL-BEING* TERHADAP STRES AKADEMIK PADA SISWA MADRASAH ALIYAH NEGERI PROGRAM SKS DAN PROGRAM REGULER

Yang disusun oleh:
Fahmy Ferdiyanto
NIM.J71216057

Telah dipertahankan di depan Tim Penguji
Pada Tanggal 15 Mei 2020

Mengetahui,
Dekan Fakultas Psikologi Dan Kesehatan

Dr. dr. Hj. Siti Nur Asiyah, M.Ag
NIP. 197209271996032002

Susunan Tim Penguji

Penguji I,

Dr. Abdul Muhid, M.Si
NIP. 197502052003121002

Penguji II,

Dr. dr. Hj. Siti Nur Asiyah, M.Ag
NIP. 197209271996032002

Penguji III,

Rizma Fithri, S.Psi., M.Si
NIP. 197403121999032001

Penguji IV,

Hj. Tatik Mukhoyyaroh, S.Psi., M.Si
NIP. 197605112009122002

HALAMAN PERSETUJUAN PUBLIKASI

KEMENTERIAN AGAMA
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI SUNAN AMPEL SURABAYA
PERPUSTAKAAN
Jl. Jend. A. Yani 117 Surabaya 60237 Telp. 031-8431972 Fax.031-8413300
E-Mail: perpus@uinsby.ac.id

LEMBAR PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI
KARYA ILMIAH UNTUK KEPENTINGAN AKADEMIS

Sebagai sivitas akademika UIN Sunan Ampel Surabaya, yang bertanda tangan di bawah ini, saya:

Nama : Fahmy Ferdiyanto
NIM : J71216057
Fakultas/Jurusan : Psikologi dan Kesehatan
E-mail address : fahmy051998@gmail.com

Demi pengembangan ilmu pengetahuan, menyetujui untuk memberikan kepada Perpustakaan UIN Sunan Ampel Surabaya, Hak Bebas Royalti Non-Eksklusif atas karya ilmiah :
☑ Sekripsi ☐ Tesis ☐ Desertasi ☐ Lain-lain (.....)
yang berjudul :
PENGARUH IKLIM KELAS DAN SCHOOL WELL-BEING TERHADAP STRES AKADEMIK SISWA MADRASAH ALIYAH NEGERI PROGRAM SKS DAN PROGRAM REGULER

beserta perangkat yang diperlukan (bila ada). Dengan Hak Bebas Royalti Non-Ekslusif ini Perpustakaan UIN Sunan Ampel Surabaya berhak menyimpan, mengalih-media/format-kan, mengelolanya dalam bentuk pangkalan data (database), mendistribusikannya, dan menampilkan/mempublikasikannya di Internet atau media lain secara ***fulltext*** untuk kepentingan akademis tanpa perlu meminta ijin dari saya selama tetap mencantumkan nama saya sebagai penulis/pencipta dan atau penerbit yang bersangkutan.

Saya bersedia untuk menanggung secara pribadi, tanpa melibatkan pihak Perpustakaan UIN Sunan Ampel Surabaya, segala bentuk tuntutan hukum yang timbul atas pelanggaran Hak Cipta dalam karya ilmiah saya ini.

Demikian pernyataan ini yang saya buat dengan sebenarnya.

Surabaya, 22 Juli 2020

Penulis

(Fahmy Ferdiyanto)

INTISARI

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh iklim kelas dan *school well being* terhadap stress akademik pada siswa Madrasah Aliyah Negeri program SKS dan program reguler. Penelitian ini merupakan jenis penelitian kuantitatif korelasi dan komparatif. Populasi dan sampel penelitian ini adalah peserta didik program SKS dan program reguler kelas XII. Subjek dalam penelitian ini adalah 105 siswa yang terdiri dari siswa program SKS dan program reguler dari 2 sekolah yakni MAN Surabaya dan MAN Bangkalan. Teknik sampling yang digunakan dalam penelitian ini ada dua yakni *total sampling* dan *simple random sampling*. Teknik analisa data dalam penelitian ini dengan bantuan program SPSS (Statistical Package for Social Science) versi 16.0. Berdasarkan analisis data penelitian, maka diperoleh hasil penelitian sebagai berikut (1) iklim kelas berpengaruh terhadap stres akademik dengan signifikansi sebesar (0.003 < 0,05) dan nilai korelasi sebesar 0.265 (2) *school well-being* berpengaruh terhadap stres akademik dengan signifikansi (0.250 > 0,05) dan nilai korelasi sebesar -0.067 (3) variabel stres akademik dipengaruhi oleh variabel iklim kelas dan *school well being* sebesar 13,2% (4) tidak terdapat perbedaan tingkat kecenderungan stres akademik antara siswa Program SKS dan Program Reguler dengan nilai signifikansi (0.719 > 0.05) (5) tidak terdapat perbedaan tingkat kecenderungan iklim kelas antara siswa Program SKS dan Program Reguler dengan nilai signifikansi (0.166 > 0.05) (6) tidak terdapat perbedaan tingkat kecenderungan *school well being* antara siswa Program SKS dan Program Reguler dengan nilai signifikansi (0.280 > 0.05).

Kata Kunci: Iklim Kelas, *School Well-Being*, Stres Akademik

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

ABSTRACT

This study aims to determine the effect of classroom climate and school well being on academic stress on Madrasah Aliyah Negeri students SKS programs and regular programs. This research is a type of quantitative correlation and comparative research. The population and sample of this study were students of the SKS program and the regular program class XII. The subjects in this study were 105 students consisting of SKS students and regular programs from 2 schools namely MAN Surabaya and MAN Bangkalan. The sampling technique used in this study is twofold namely total sampling and simple random sampling. Data analysis techniques in this study with the help of the SPSS (Statistical Package for Social Science) program version 16.0. Based on the analysis of research data, the following research results are obtained (1) classroom climate has a effect on academic stress with a significance of (0.003 < 0.05) and a correlation value of 0.265 (2) school well-being has a effect on academic stress with significance (0.250 > 0.05) and the correlation value of -0.067 (3) the academic stress variable is influenced by the classroom climate and school well being variables by 13.2% (4) there is no difference in the level of academic stress tendency between students of the SKS Program and the Regular Program with significance value (0.719 > 0.05) (5) there is no difference in the level of classroom climate tendencies between SKS Program students and the Regular Program with a significance value (0.166 > 0.05) 6) there is no difference in the level of school well being tendencies between SKS Program students and the Regular Program with a significance value (0.280 > 0.05).

***Keywords**: Classroom Climate, School Well-Being, Academic Stress*

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

DAFTAR ISI

HALAMAN SAMPUL

HALAMAN PERNYATAAN KEASLIAN i
HALAMAN PERSETUJUAN ii
HALAMAN PENGESAHAN iii
PERSETUJUAN PUBLIKASI iv
KATA PENGANTAR v
INTISARI viii
ABSTRACT ix
DAFTAR ISI x
DAFTAR TABEL xiii
DAFTAR GAMBAR xiv
DAFTAR LAMPIRAN xv

BAB I PENDAHULUAN 1
A. Latar Belakang Masalah 1
B. Rumusan Masalah 9
C. Keaslian Penelitian 10
D. Tujuan Penelitian 14
E. Manfaat Penelitian 15
F. Sistematika Pembahasan 16
BAB II KAJIAN PUSTAKA 18
A. Stres Akademik 18
1. Pengertian Stres Akademik 18
2. Aspek-aspek Stres Akademik 19
3. Faktor Yang Mempengaruhi Stres Akademik 21
4. Gejala Stres Akademik 25
5. Stres Akademik Program SKS dan Program Reguler 26
B. Iklim Kelas 28
1. Pengertian Iklim Kelas 28
2. Aspek-aspek Iklim Kelas 29
3. Tipe-tipe Iklim Kelas 31
4. Ciri-ciri Iklim Kelas 32
C. *School Well-Being* 32
1. Pengertian *School Well-Being* 32
2. Aspek-aspek *School Well-Being* 33
3. Faktor yang Mempengaruhi *School Well-Being* 34
4. Usaha untuk mencapai *school well-being* 36
D. Pengaruh Iklim Kelas dan *School Well-Being* Terhadap Stres Akademik Pada Siswa MAN Program SKS dan Program Reguler 38
E. Kerangka Teoritik 41
F. Hipotesis 45

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

BAB III METODE PENELITIAN 47
A. Rancangan Penelitian 47
B. Identifikasi Variabel Penelitian 47
C. Definisi Operasional Variabel Penelitian 48
1. Iklim Kelas 48
2. *School Well-Being* 48
3. Stres Akademik 48
D. Populasi, Sampel, dan Teknik Sampling 49
1. Populasi 49
2. Sampel 50
3. Teknik Sampling 53
E. Instrumen Penelitian 53
1. Instrumen penelitian variabel iklim kelas (X1) 53
a. Alat Ukur 53
b. Validitas Skala Iklim Kelas 55
c. Reliabilitas Skala Iklim Kelas 57
2. Instrumen penelitian variabel *school well-being* (X2) 58
a. Alat Ukur 58
b. Validitas Skala *school well-being* 59
c. Reliabilitas Skala *school well-being* 61
3. Instrumen penelitian variabel stres akademik (Y) 62
a. Alat Ukur 62
b. Validitas Skala stres akademik 63
c. Reliabilitas Skala stres akademik 65
F. Analisis Data 66
1. Uji Prasyarat 66
a. Uji Normalitas 66
b. Uji Linearitas Hubungan 67
c. Uji Multikolinearitas 68
d. Uji Heteroskidastisitas 70
2. Uji Hipotesis 72
a. Uji Regresi Linear Ganda 72
b. Uji Homogenitas Varian 72
BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN 74
A. Hasil Penelitian 74
1. Persiapan dan Pelaksanaan Penelitian 74
a. Persiapan Awal 74
b. Penyusunan Instrumen Penelitian 76
c. Pelaksanaan Penelitian 76
2. Deskripsi Hasil Penelitian 76
a. Deskripsi Subjek 76
1) Deskripsi Subjek Berdasarkan Usia 76
2) Deskripsi Subjek Berdasarkan Program 77
3) Deskripsi Subjek Berdasarkan Sekolah 78
b. Deskripsi Data 79

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

1) Deskripsi Data Berdasarkan Tingkat Kecenderungan Rata-rata Tiap Variabel 80
B. Pengujian Hipotesis 82
C. Pembahasan 87
BAB V PENUTUP 94
A. Kesimpulan 94
B. Saran 94

DAFTAR PUSTAKA 97
LAMPIRAN-LAMPIRAN 105

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

DAFTAR TABEL

Tabel 3.1 Populasi Penelitian 49
Tabel 3.2 Sampel Penelitian 51
Tabel 3.3 Subjek Berdasarkan Jenis Kelamin 52
Tabel 3.4 *Blueprint* Skala Iklim Kelas 54
Tabel 3.5 Hasil Uji Validitas Skala Iklim Kelas 56
Tabel 3.6 Hasil Uji Reliabilitas Skala Iklim Kelas 57
Tabel 3.7 *Blueprint* Skala *School Well-Being* 59
Tabel 3.8 Hasil Uji Validitas Skala *School Well-Being* 60
Tabel 3.9 Hasil Uji Reliabilitas *School Well-Being* 62
Tabel 3.10 *Blueprint* Skala Stres Akademik 63
Tabel 3.11 Hasil Uji Validitas Skala Stres Akademik 64
Tabel 3.12 Hasil Uji Reliabilitas Skala Stres Akademik 65
Tabel 3.13 Uji Normalitas Variabel 67
Tabel 3.14 Uji Linearitas Hubungan 68
Tabel 3.15 Hasil Uji Multikolinearitas 69
Tabel 4.1 Deskripsi Subjek Berdasarkan Usia 77
Tabel 4.2 Deskripsi Subjek Berdasarkan Program 78
Tabel 4.3 Deskripsi Subjek Berdasarkan Sekolah 78
Tabel 4.4 Deskripsi Data 79
Tabel 4.5 Hasil Mean Hipotetik 80
Tabel 4.6 Deskripsi Statistik Tiap Variabel 81
Tabel 4.7 Uji Hipotesis (regresi linear ganda) 82
Tabel 4.8 Pengaruh Variabel Prediktor Terhadap Stres Akademik 84
Tabel 4.9 Uji Homogenitas (iklim kelas) 85
Tabel 4.10 Uji Homogenitas (*school well-being*) 85
Tabel 4.11 Uji Homogenitas (stres akademik) 86

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

DAFTAR GAMBAR

Gambar 2.1. Kerangka teoritik.....33
Gambar 3.16 Grafik *Scatterplot*.....71

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran A Tabel dan Gambar 106

1) Tabel skor jawaban aitem variabel stres akademik MAN Surabaya 106
2) Tabel skor jawaban aitem variabel iklim kelas MAN Surabaya 108
3) Tabel skor jawaban aitem variabel *school well-being* MAN Surabaya 110
4) Tabel skor jawaban aitem variabel stres akademik MAN Bangkalan 112
5) Tabel skor jawaban aitem variabel iklim kelas MAN Bangkalan 114
6) Tabel skor jawaban aitem variabel *school well-being* MAN Bangkalan 116
7) Gambar pengambilan data di MAN Surabaya 118
8) Gambar pengambilan data di MAN Bangkalan 119

Lampiran B Kuisioner Penelitian 120

1) Skala 1 (Kuisioner Stres Akademik) 120
2) Skala 2 (Kuisioner Iklim Kelas) 125
3) Skala 3 (Kuisioner *School Well-Being*) 127

Lamapiran C Hasil Pengolahan Data 130

1) Hasil Uji Validitas dan Reliabilitas 130
   a. Validitas dan Reliabilitas Skala Stres Akademik 130
   b. Validitas dan Reliabilitas Skala Iklim Kelas 132
   c. Validitas dan Reliabilitas Skala *School Well-Being* 133
2) Hasil Uji Normalitas *Chi-Square* 135
   a. Uji Normalitas Skala Stres Akademik 135
   b. Uji Normalitas Skala Iklim Kelas 136
   c. Uji Normalitas Skala *School Well-Being* 137
3) Hasil Uji Regresi Linear Ganda 138
4) Hasil Uji Multikolinearitas 141
5) Hasil Uji Heteroskidastisitas 141
6) Uji Linearitas Hubungan 142
7) Hasil Uji Homogenitas (T-test) 144
   a. Uji Beda Stres Akademik 144
   b. Uji Beda Iklim Kelas 144
   c. Uji Beda *School Well-Being* 145

Lampiran D Surat Izin dan Balasan Penelitian 146

a. Surat Izin Penelitian Kepada MAN Surabaya 146
b. Surat Izin Penelitian Kepada MAN Bangkalan 147
c. Surat Balasan Penelitian dari MAN Surabaya 148
d. Surat Balasan Penelitian dari MAN Bangkalan 149

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Pendidikan di Indonesia harus mampu mengikuti arah pendidikan modern yang diterapkan di negara-negara maju saat ini. Pendidikan di era modern lebih ditekankan sebagai suatu proses *learning* daripada *teaching*, materi yang dipelajari bersifat *integrated* yakni materi satu dengan yang lain dikaitkan secara padu dalam *open-system environtment* agar kemampuan setiap siswa mendapat tempat yang layak (Saputra, 2016). Pendidikan harus senantiasa menghadirkan sesuatu yang baru dan dapat memberi inovasi penyelenggaraan pendidikan yang sesuai dengan bakat dan kecerdasannya. Terdapat berbagai kebijakan pemerintah yang berkaitan dengan inovasi pendidikan yang pernah dilakukan, diantara inovasi pendidikan itu ialah program SKS (sistem kredit semester) yang diatur oleh Permendiknas, No.34 tahun 2006 (Kusnandi, 2017). Badan Standar Nasional Pendidikan mendefinisikan sistem kredit semester (SKS) adalah sistem penyelenggaraan program pendidikan yang siswanya menentukan sendiri beban belajar dan mata pelajaran yang diikuti setiap semester pada satuan pendidikan (BSNP, 2018).

Beban belajar setiap mata pelajaran pada sistem kredit semester dinyatakan dalam satuan kredit semester (sks), Beban belajar satu sks meliputi satu jam pembelajaran tatap muka, satu jam penugasan terstruktur, dan satu jam kegiatan mandiri tidak terstruktur. Keuntungan yang diperoleh adalah siswa program SKS dapat menyelesaikan pendidikan di sekolah lebih cepat dibandingkan dengan siswa

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

yang reguler (Syamsi, 2016). Dalam hal ini sistem belajar-mengajar program sistem kredit semester dapat dilakukan dalam kelas reguler, ruang sumber, ataupun kelas khusus sesuai pilihan siswa (Analisa, 2011). Sebagai wujud pelayanan bagi siswa cerdas istimewa adalah program akselerasi atau sekarang yang dikenal dengan sistem SKS (Sistem Kredit Semester). Peraturan Pemerintah Nomor 19 Tahun 2005 Pasal 11 mengatur bahwa pada ayat (1) bahwa siswa yang dianggap memiliki kemampuan lebih dalam bidang akademik dapat menyelesaikan pendidikan lebih cepat melalui program SPP-SKS atau percepatan pembelajaran daripada teman sebayanya yang berada dalam program reguler.

Setiap anak memiliki kelebihan dan kekurangannya sendiri, salah satu kelebihan anak adalah kinerja yang tinggi di tingkat intelektual (Amaliyah, 2017). Anak-anak dengan kecerdasan di atas rata-rata menunjukkan bahwa anak tersebut memiliki potensi besar atau umumnya disebut sebagai anak cerdas istimewa (ACI). (Analisa, 2011) Anak cerdas istimewa (ACI) tergolong siswa dengan kebutuhan khusus, yaitu tingkat kecerdasan yang diatas rata-rata, daya kreativitas yang besar, komitmen terhadap tugas dan memiliki motivasi tinggi untuk meraih prestasi. Berdasarkan lu (Santrock, 2009). Kemampuan lain yang dimiliki anak berbakat meliputi: kemampuan intelektual umum, kemampuan akademik khusus, kemampuan berpikir kreatif dan produktif, kemampuan dalam bidang seni, dan kemampuan psikomotor (Wahab, 2017).

Menurut Van Tiel & Widyorini (2015) menjelaskan bahwa ada beberapa aspek kepribadian yang dimiliki oleh anak cerdas istimewa yang masuk dalam sistem kredit semester diantaranya mereka sangat mandiri, tidak mau dicampuri dan digali

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

wilayah pribadinya, keras kepala, menginginkan sesuatu sesegera mungkin, tidak putus asa untuk mendapatkan sesuatu yang diinginkan, perfeksionis, dan sangat konsentrasi pada sesuatu yang tengah dikerjakan. Siswa berbakat mempunyai karakteristik belajar yang berbeda dengan anak pada umumnya. Anak berbakat cenderung memiliki kelebihan yang menonjol dalam perbendaharaan kata dan menggunakannya secara luwes, memiliki wawasan yang luas, lebih cepat dalam mengusai bahan pelajaran, cepat memahami hubungan antar fakta-fakta, cepat memahami dalil-dalil dan rumus-rumus, analisisnya yang tajam. Senang membaca, peka terhadap rangsang lingkungan, kritis, dan rasa ingin tahunya yang lebih besar (Idrus, 2013). Hal tersebut di kuatkan oleh Van Tiel & Widyorini (2015) yang mengatakan bahwa anak cerdas istimewa menunjukkan perkembangan fisik dan psikis yang lebih cepat dari pada teman sebayanya.

Akan tetapi, dalam kenyataannya pelaksanaan program SKS di sekolah-sekolah khususnya sekolah menengah atas masih memiliki beberapa kendala dan hambatan. Lebih dari 10 tahun selama ini Indonesia baru melakukan identifikasi terhadap anak cerdas istimewa saat mengikuti program pendidikan khusus, seperti kelas akselerasi, kelas cerdas istimewa, kelas olimpiade dan lain-lain sehingga siswa cerdas istimewa tidak memperoleh layanan pendidikan yang sesuai dengan potensi yang dimilikinya (Rachma , 2017). Hambatan lain juga diantaranya di lihat dari tenaga pendidik maupun kurikulum yang digunakan (Analisa, 2011). Hambatan lain yang ditemukan berupa percepatan kurikulum, persaingan dengan teman, beban tugas yang banyak serta disiplin yang tinggi sehungga membuat mereka mengalami masa-masa yang penuh tekanan dan stres (Syafni dkk., 2013)

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

Stres yang dialami oleh siswa dalam dunia pendidikan sering disebut sebagai stres akademik (Hikmah, 2014; Rahmadani, 2014; Sinaga, 2015). Stres akademik adalah ketegangan emosional yang muncul dari peristiwa-peristiwa kehidupan di sekolah dan perasaan terancamnya keselamatan atau harga diri siswa, sehingga memunculkan reaksi-reaksi fisik, psikologis, dan tingkah laku yang berdampak pada penyesuaian psikologi dan prestasi akademik (Desmita, 2014). Dampak yang ditimbulkan oleh stres akademik pada pelajar yaitu timbulnya kegelisahan, kegugupan, gangguan pencernaan, dan kekhawatiran yang tidak ada habisnya (Agolla & Ongori, 2009). Stres akademik dapat terjadi karena adanya tekanan untuk menunjukkan prestasi dan keunggulan dalam kondisi persaingan akademik yang semakin meningkat sehingga mereka semakin terbebani oleh berbagai tekanan dan tuntutan (Agista, 2011).

Penyebab stres akademik juga dapat bersumber dari interaksi antara guru dengan siswa, kecemasan terkait hasil belajar yang diperoleh, ujian atau tes yang akan dihadapi, proses belajar dalam kelompok, pengaruh teman sebaya dalam proses akademik, kemampuan dalam memanajemen waktu, serta persepsi individu terkait kemampuan belajarnya yang mempengaruhi kinerja akademik yang ditampilkan (Lue et.al., 2010). Faktor-faktor yang dapat menyebabkan stres siswa di sekolah, yaitu aspek lingkungan sekolah seperti: (lokasi dan kondisi sekolah) dan elemen di sekolah seperti: (perilaku guru, metode pembelajaran, kurikulum, tugas dan ujian) (Sudiana, 2007). Kemudian dikuatkan oleh Shindler et.al. (2004) mengatakan bahwa salah satu penyebab stres akademik di sekolah adalah iklim kelas (interaksi guru-siswa, siswa-siswa, model mengajar guru). Kemudian

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

ditambahkan oleh Desmita (2009) dan Greenberg (2001) yang menyatakan bahwa stres akademik adalah stres yang bersumber dari proses belajar-mengajar atau hal-hal yang berhubungan dengan kegiatan belajar dan tekanan teman sebaya. Creemers & Reziigt (2003) Menyatakan bahwa iklim kelas adalah suasana yang terjadi dalam kelas, meliputi interaksi yang terjadi antara siswa dengan guru, antara siswa dengan siswa, dan dengan unsur fisik lainnya dari kelas yang dapat mempengaruhi hasil pencapaian prestasi siswa.

Patel (2018) mengungkapkan bahwa ruangan kelas diartikan sebagai tempat sosial, dimana siswa dapat mendapatkan manfaat dari interaksi antar teman sebaya dan dari guru yang berfokus pada hubungan kolaboratif dengan siswa. Hubungan positif yang tercipta antara guru dan murid sangat penting untuk menciptakan suasana belajar yang kondusif, karena siswa menghabiskan sebagian besar waktunya di dalam kelas. Sortkaer & Reimer (2018) menyatakan bahwa penyebab stres pada siswa adalah faktor lingkungan pendidikan seperti iklim kelas. Secara tidak langsung, iklim kelas sering mempengaruhi perkembangan siswa. Temuan penelitian Holas & Huston (2012) menunjukkan bahwa iklim kelas mempengaruhi berbagai perilaku siswa di kelas seperti keterlibatan siswa, prestasi akademik, stress, dan kesehatan psikologis. Persepsi negatif siswa terhadap iklim kelas dapat mempengaruhi masalah emosi dan perilaku siswa di sekolah (Bahar, Asil, & Rubie-Davis, 2018).

Salah satu faktor yang menyebabkan stres akademik adalah penilaian siswa terhadap sekolah (Rubie-Davis, 2014). Pengalaman sekolah yang kurang menyenangkan dapat menjadi sumber stres dan mengurangi kualitas hidup bagi

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

peserta didik (Huebner & McCullough, 2000). Fatima (2010) menyatakan semakin tinggi stres yang dialami siswa, maka diikuti dengan semakin buruknya penilaian siswa terhadap sekolahnya. Ketika siswa mengalami kejenuhan, maka siswa merasa tidak memiliki hubungan sosial yang baik dan kemampuan dirinya di sekolah terasa seperti diabaikan. Kondisi sekolah yang tidak menyenangkan, menekan, dan membosankan yang berakibat pada pola pikir siswa yang berdampak negatif, seperti stres, bosan, terasingkan, kesepian dan depresi (Azmy, Nurihsan, & Yudha, 2017).

Penilaian siswa terhadap sekolah mempengaruhi *well-being* siswa di sekolah (Evans, Martin, & Ivcevic, 2018). Menurut Konu & Rimpela (2002) bahwa penilaian siswa terhadap sekolah yang dipengaruhi oleh sekolah yang nyaman, hubungan sosial yang baik, dan pemenuhan diri siswa berdampak pada tingginya performansi akademik dan kondisi kesehatan siswa di sekolah. Suasana lingkungan sekolah harus menumbuhkan suasana yang menyenangkan bagi peserta didik (Church, Elliot, & Gable, 2001). Setiap peserta didik dapat merasa senang, nyaman, dan bahagia dalam mengerjakan tugas-tugas akademik tanpa disertai rasa takut, cemas atau khawatir terhadap pencapaian prestasi akademiknya (Lee, 2014). Martinis (2006) Berpendapat bila kondisi sekolah bersifat negatif dan tidak kondusif, maka dapat mempengaruhi para peserta didik kurang aktif terlibat dalam kegiatan akademiknya, begitupun sebaliknya jika kondisi sekolah positif maka peserta didik dapat aktif terlibat dalam proses akademiknya.

Penelitian Faizah dkk., (2018) menunjukkan bahwa siswa yang mampu beradaptasi dengan tuntutan akademik dan merasa nyaman belajar di sekolah

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

cenderung merasakan adanya *school well-being*. Siswa yang merasa memiliki *well-being* yang tinggi cenderung rendah mengalami stres akademik, sebaliknya siswa yang rendah *well-being* di sekolah cenderung berpeluang besar mengalami stres akademik. Menurut Stecker (2004) siswa yang merasa *well-being* di lingkungan akademiknya maka terhindar dari perasaan depresi dan stres. Pengalaman siswa tentang perasaan bahagia dan nyaman di sekolah berdampak pada perasaan *well-being* siswa dan mempengaruhi performansi akademik di sekolah (Murray-Harvey, 2010). Dengan demikian, *school well-being* dapat dijadikan predictor terhadap kecenderungan stres akademik pada siswa.

Berdasarkan *preliminary research* yang dilakukan peneliti di MAN Surabaya dan MAN Bangkalan dengan menyebar instrumen skala uji terpakai stress akademik yang dikembangkan oleh Majrika (2018) menunjukkan bahwa rata-rata siswa Program SKS di 2 MAN memiliki tingkat stress yang tergolong tinggi. Hal tersebut di temukan setelah hasil analisis kuisioner dan ditunjang dengan hasil wawancara terhadap siswa kelas program SKS yang menyatakan bahwa mereka merasa mudah lelah, merasa bosan dan jenuh dengan kegiatan pembelajaran di sekolah. Menurut Alvin (2007) mengatakan bahwa stres yang dialami siswa bersumber dari beberapa faktor, yakni faktor internal dan faktor eksternal. Faktor internal yang mempengaruhi stress meliputi pola pikir siswa, keyakinan, dan kepribadian masing-masing siswa. Kemudian faktor eksternal yang juga mempengaruhi stress meliputi beban pelajaran yang padat, persaingan antar teman, dan tekanan baik dari orang tua maupun guru.

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

Peneliti dalam penelitian ini mengambil subjek siswa pada masing-masing MAN, dimana sekolah menengah atas merupakan masa perkembangan remaja sekitar 12 – 19 tahun. Dalam perkembangan tersebut masa remaja diwarnai oleh pergolakan emosi, pandangan badai dan stres adalah konsep dari hall yang mengungkapkan bahwa remaja merupakan masa pergolakan yang dipenuhi konflik dan perubahan suasana hati. Emosi yang dimiliki oleh remaja adakalanya meledak-ledak, yang muncul karena adanya pertentangan nilai-nilai yang ada di luar dirinya, emosi ini terkadang menyulitkan bagi remaja atau orang-orang yang ada di sekitarnya.

Remaja memiliki berbagai masa perkembangan diantaranya perkembangan fisik, kognitif, emosi, sosial, dan moral (Sarwono, 2010). Tuntutan beban tugas, kecemasan dan kebingungan dalam menentukan karir, jam tambahan dan kelas khusus serta membagi waktu antara bermain, belajar dan kehidupan sosial membuat remaja cenderung mengalami stres. Stres merupakan suatu kondisi yang disebabkan adanya ketidaksesuaian (Garniwa & Sofyandi, 2007). Ketidaksesuaian tersebut yakni antara situasi yang diinginkan dengan keadaan biologis, psikologis, atau sistem sosial individu (Sarafino, 2006; Wardi & Ifdil, 2016).

Berdasarkan latar belakang yang telah diuraikan di atas, fenomena stres akademik sering dialami oleh siswa fullday, akselerasi atau kelas program khusus sehingga sampai saat ini stress akademik masih menarik untuk diteliti, karena setiap sekolah yang menerapkan sistem kredit semester (SKS) memiliki desain pembelajaran dan lingkungan belajar mengajar yang berbeda. Penelitian ini menarik karena stres akademik dalam penelitian ini dialami oleh siswa Madrasah

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

Aliyah Negeri yang berada di kelas program Sistem Kredit Semester (SKS) dan program reguler. Idealnya siswa yang berada di kelas sistem kredit semester (SKS) mampu mengendalikan stressor yang ada di sekitarnya, karena siswa Program SKS merupakan siswa unggulan yang memiliki kecerdasan di atas rata-rata siswa reguler. Meski dengan iklim kelas dan kondisi sekolah yang kurang mendukung dan berbagai tuntutan yang ada mereka tetap mampu menyelesaikan tugas tanpa merasa stres di sekolah. Dengan begitu peneliti tertarik untuk meneliti bagaimana "Pengaruh Iklim Kelas dan *School Well-Being* terhadap Stres Akademik pada siswa Madrasah Aliyah Negeri Program SKS dan Program Reguler".

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang masalah yang telah dipaparkan diatas maka rumusan masalah yang dapat di ambil, diantaranya:

1. Apakah terdapat pengaruh antara iklim kelas terhadap stres akademik pada siswa Madrasah Aliyah Negeri Program SKS dan Program Reguler?
2. Apakah terdapat pengaruh antara *school well-being* dengan stres akademik pada siswa Madrasah Aliyah Negeri Program SKS dan Program Reguler?
3. Apakah terdapat pengaruh antara iklim kelas dan *school well-being* dengan Stres Akademik pada siswa Madrasah Aliyah Negeri Program SKS dan Program Reguler?
4. Apakah terdapat perbedaan iklim kelas pada siswa Madrasah Aliyah Negeri Program SKS dan Program Reguler?
5. Apakah terdapat perbedaan *school well-being* pada siswa Madrasah Aliyah Negeri Program SKS dan Program Reguler?

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

6. Apakah terdapat perbedaan stres akademik pada siswa Program SKS dan Program Reguler di Madrasah Aliyah Negeri?

C. Keaslian Penelitian

Peneliti tertarik untuk meneliti pengaruh iklim kelas dan *school well being* terhadap stress akademik, meski beberapa penelitian sudah ada yang meneliti variabel stress akademik. Penelitian tersebut digunakan oleh beberapa peneliti diantaranya:

Penelitian yang dilakukan oleh Miyono dkk., (2019) tentang pengaruh soft skill pendidik dan efikasi diri terhadap stress akademik siswa madrasah aliyah negeri kabupaten semarang dalam jurnal studi masyarakat, religi dan tradisi masyarakat menunjukkan hasil bahwa soft skill pendidik berpengaruh signifikan terhadap stress akademik sebesar (42,1%) dan efikasi diri berpengaruh signifikan terhadap stress akademik sebesar (49,5%).

Kesamaan penelitian yang dilakukan Miyono dkk., dengan penelitian yang peneliti lakukan adalah sama-sama menjelaskan stres akademik sebagai variabel terikatnya dan sampel yang digunakan yakni siswa kelas XII MAN. Sedangkan, perbedaannya terletak pada lokasi dan subjek penelitian serta variabel bebasnya, penelitian Miyono dkk., menggunakan subjek siswa MAN Kabupaten Semarang, sedangkan peneliti menggunakan subjek siswa MAN Surabaya dan MAN Bangkalan. Untuk variabel bebasnya adalah soft skill pendidik dan efikasi diri, sedangkan peneliti menggunakan iklim kelas dan *school well-being* sebagai variabel bebasnya.

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

Penelitian tentang hubungan antara *hardiness* dengan stress akademik pada taruna tingkat II Politeknik Ilmu Pelayaran Semarang oleh Putri dan Sawitri (2017) penelitian ini menunjukkan bahwa terdapat hubungan negatif yang signifikan antara *hardiness* dan stres akademik. Artinya semakin tinggi *hardiness*, maka semakin rendah stress akademik yang dialami oleh siswa taruna II. Kesamaan penelitian ini dengan yang peneliti lakukan adalah sama-sama menggunakan stres akademik sebagai variabel terikatnya. Sedangkan perbedaannya terdapat pada variabel bebas dan subjek penelitian, dalam penelitian tersebut menggunakan *hardiness* sebagai variabel bebasnya, sedangkan dalam penelitian ini peneliti menggunakan iklim kelas dan *school well-being* sebagi variabel bebasnya. Subjek penelitian menggunakan siswa taruna tingkat II Politeknik Ilmu Pelayaran Semarang, sedangkan dalam penelitian ini menggunakan subjek siswa MAN.

Penelitian lain oleh Purwati dan Rahmandani (2017) tentang hubungan kelekatan antara teman sebaya dengan stres akademik pada mahasiswa teknik perencanaan wilayah dan kota Universitas Diponegoro Kabupaten Semarang penelitian ini menyatakan bahwa terdapat hubungan negatif yang signifikan antara kelekatan teman sebaya dengan stres akademik pada mahasiswa Teknik Perencanaan Wilayah dan Kota Universitas Diponegoro. Kesamaan penelitian tersebut dengan penelitian yang peneliti lakukan adalah erdapat pada variabel terikatnya yakni sama-sama menggunakan stres akademik. Sedangkan perbedaan penelitian terletak pada subjek penelitian dan variabel bebas, penelitian Purwati dan Rahmandani menggunakan subjek mahasiswa Teknik Perencanaan Wilayah dan Kota Universitas Diponegoro sedangkan penelitian ini menggunakan siswa MAN

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

Program SKS dan Program Reguler. Untuk varaibel bebas menggunakan kelekatan pada teman sebaya, sedangkan dalam penelitian ini menggunakan iklim kelas dan *school well-being*.

Ada beberapa penelitian selanjutnya yang meneliti masalah iklim kelas dan *school well-being*. Penelitian tersebut dilakukan oleh beberapa peneliti diantaranya:

Penelitian yang dilakukan oleh Sari dkk., (2018) yang membahas pengaruh iklim kelas terhadap motivasi belajar peserta didik di SMAN 3 Tanjung Raya menunjukkan hasil penelitian bahwa iklim kelas memiliki hubungan positif terhadap motivasi belajar siswa. Artinya semakin baik iklim kelas maka semakin tinggi motivasi belajar siswa. Kesamaan penelitian ini adalah sama-sama menggunakan iklim kelas sebagai variabel bebasnya. Sedangkan, perbedaannya terletak pada subjek penelitian, variabel terikat dan metode penelitian. Sari dkk., menggunakan subjek SMA sedangkan penelitian ini menggunakan siswa MAN, varibel terikat yang digunakan adalah motivasi belajar siswa sedangkan dalam penelitian ini menggunakan stres akademik. Metode yang digunakan adalah kuantitatif korelasional sedangkan dalam penelitian ini menggunakan kuantitatif korelasional dan komparatif.

Penelitian lain tentang iklim kelas yang dilakukan oleh Tarmidi dan Wulandari (2005) tentang prestasi belajar ditinjau dari persepsi siswa terhadap iklim kelas pada siswa yang mengikuti program percepatan belajar mengungkapkan bahwa terdapat hubungan positif antara iklim kelas dengan prestasi belajar pada siswa SMU Negeri 1 Medan. Kesamaan penelitian dengan penelitian ini yakni sama-sama menggunakan iklim kelas sebagai variabel bebasnya. Sedangkan perbedaan terletak

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

pada variabel terikat dan teori yang digunakan, dalam penelitian tersebut menggunakan prestasi belajar sebagai variabel terikat, sedangkan dalam penelitina ini menggunakan stres akademik. Untuk teori dalam peneltian tersebut menggunakan teori dari Darkenwald & Valentine (dalam Fathaigh, 1987), sedangkan dalam penelitian ini menggunakan teori dari Lopez at.al. (2018).

Penelitian yang meneliti *school well-being* yang dilakukan oleh Sari (2017) menunjukkan bahwa terdapat hubungan negatif antara *school well being* terhadap stress akademik pada siswa fullday kota Malang. Dengan kata lain, semakin tinggi *school well-being* siswa maka semakin rendah stres yang dialami oleh siswa selama di sekolah. Kesamaan penelitian ini terdapat pada yakni terletak pada variabel bebas dan variabel bebasnya yakni sama-sama menggunakan *school well-being* sebagai variabel bebas dan stres akademik sebagai variabel terikatnya. Sedangkan, perbedaan penelitian terletak pada penambahan variabel bebas, subjek, dan lokasi penelitian. Penelitian Sari hanya menggunakan 1 variabel bebas yakni *school well-being* sedangkan penelitian ini menambahkan iklim kelas, subjek dan lokasi penelitian yakni siswa SMP Fullday kota Malang, sedangkan penelitian ini menggunakan subjek siswa MAN Surabaya dan MAN Bangkalan Program SKS dan Program Reguler.

Penelitian lain terkait *school well-being* yang dilakukan oleh Faizah dkk. (2018) tentang *school well-being* pada siswa berprestasi sekolah dasar yang melaksanakan program penguatan pendidikan karakter, hasil penelitian menunjukkan bahwa dengan penerapan program Penguatan Pendidikan Karakter (PPK) di sekolah tidak menghambat siswa berprestasi untuk merasa sejahtera selama di sekolah.

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

Kesamaan penelitian ini adalah sama-sama menggunakan variabel *school well-being* sebagai variabel bebasnya. Sedangkan, perbedaan penelitian terdapat pada metode dan pengumpulan data yang digunakan. Untuk metode penelitian menggunakan kualitatif sedangkan dalam penelitian ini menggunakan metide kuantitatif. Kemudian pengumpulan data menggunakan wawancara dan observasi sedangkan penelitian ini menggunkan kuisioner dalam pengumpulan data.

Berdasarkan uraian penelitian terdahulu, meski telah ada penelitian sebelumnya baik berkaitan dengan iklim kelas, *school well-being*, dan stres akademik pada siswa, namun tetap berbeda dengan penelitian yang peneliti lakukan. Dengan demikian, maka topic penelitian yang peneliti lakukan adalah benar-benar asli.

D. Tujuan Penelitian

Berdasarkan latar belakang dan rumusan masalah di atas, maka tujuan penelitian ini adalah:

1. Untuk mengetahui pengaruh iklim kelas terhadap stres akademik pada siswa Madrasah Aliyah Negeri Program SKS dan Program Reguler.
2. Untuk mengetahui pengaruh *school well-being* dengan stres akademik pada siswa Madrasah Aliyah Negeri Program SKS dan Program Reguler.
3. Untuk mengetahui pengaruh iklim kelas dan *school well-being* dengan stres akademik pada siswa Madrasah Aliyah Negeri Program SKS dan Program Reguler.
4. Untuk mengetahui perbedaan iklim kelas pada siswa Madrasah Aliyah Negeri Program SKS dan Program Reguler.

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

5. Untuk mengetahui perbedaan *school well-being* pada siswa Madrasah Aliyah Negeri Program SKS dan Program Reguler.
6. Untuk mengetahui perbedaan stres akademik pada siswa Madrasah Aliyah Negeri Program SKS dan Program Reguler.

E. Manfaat Penelitian

Berdasarkan tujuan penelitian yang telah disampaikan diatas, maka manfaat penelitan ini, antara lain:

1. Manfaat teoritis
   a. Hasil penelitian ini diharapkan mampu memberikan informasi dalam kajian psikologi pendidikan mengenai Stres Akademik sehingga dapat memperkaya teori yang telah dilakukan sebelumnya.
   b. Penelitian ini dapat digunakan sebagai informasi dan acuan bagi sekolah atau instansi pendidikan mengenai Stres Akademik pada siswa.
   c. Penelitian ini diharapkan mampu digunakan sebagai landasan dan informasi bagi penelitian selanjutnya mengenai Stres Akademik.
2. Manfaat praktis
   a. Bagi guru

      Penelitian ini diharapkan memberikan informasi untuk para guru dalam mengenali dan mengantisipasi gejala stres akademik pada siswa.
   b. Bagi Sekolah

      Dapat menjadi masukan untuk tindakan preventif dan evaluasi dalam memberikan pembelajaran yang efektif bagi siswa baik di kelas maupun di lingkup sekolah.

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

c. Bagi pembaca

Dapat memberikan wawasan dan pengetahuan mengenai iklim kelas, school well being dan stres akademik.

F. Sistematika Pembahasan

Pada penelitian ini terdapat sistematika pembahasan skripsi yang berisikan tentang penjelasan pada masing-masing Bab yang terdiri dari Bab I hingga Bab V, yaitu:

Bab I dipaparkan mengenai pendahuluan yang memuat latar belakang masalah yang menjabarkan fenomena yang berkaitan dengan penelitian, rumusan masalah yang memuat berbagai pertanyaan penelitian, keaslian penelitian yang memuat berbagai penelitian terdahulu, tujuan penelitian berisi tujuan yang akan dilakukan dalam penelitian, manfaat penelitian yang memuat manfaat teoritis dan praktis dalam proses penelitian ini.

Kemudian pada Bab II dipaparkan berbagai kajian pustaka yang menjelaskan mengenai teori-teori setiap variabel penelitian yakni iklim kelas, *school well being*, dan stress akademik yang terdiri dari definisi, aspek-aspek, dan faktor-faktor yang mempengaruhi setiap variabel. Selanjutnya, melihat pengaruh antar variabel, kerangka teoritik berdasarkan kajian pustaka, serta hipotesis yang disusun dalam penelitian ini.

Pada Bab III dijelaskan mengenai metode penelitian yang digunakan meliputi rancangan penelitian, identifikasi variabel penelitian yakni variabel X1 (iklim kelas), X2 (*school well being*) dan variabel Y (stress akademik), definisi operasional variabel penelitian (iklim kelas, *school well being*, dan stress

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

akademik), populasi, teknik sampel, sampel, instrument penelitian serta analisis data.

Berikutnya pada Bab IV dipaparkan mengenai hasil penelitian dan pembahasan yang meliputi hasil penelitian serta penjelasannya yang mencakup persiapan dan pelaksanaan penelitian, deskripsi hasil penelitian, pengujian hipotesis yakni pembahasan dari hasil hipotesis secara statistik dan penjelasannya, lalu terdapat pembahasan mengenai hasil penelitian yang telah disampaikan sebelumnya baik secara statistik maupun teoritis.

Terakhir pada Bab V membahas tentang penutup yang meliputi kesimpulan dari penelitian yang telah dilakukan dan saran yang ditujukan bagi beberapa pihak terkait

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

BAB II
KAJIAN PUSTAKA

A. Stres Akademik

1. Pengertian Stres Akademik

Stres yang berada di lingkungan pendidikan dimaknai sebagai stres akademik, stres akademik adalah ketegangan emosional yang dirasakan siswa dalam mengatasi tuntutan akademis yang berdampak pada kesehatan fisik maupun mentalnya (Dixit & Singh, 2015). Kemudian menurut Alvin (2007) stres akademik merupakan kondisi yang muncul karena adanya tuntutan atau tekanan untuk mencapai prestasi akademik dan kondisi persaingan akademik yang tinggi sehingga membuat siswa semakin terbebani oleh berbagai tuntutan dan tekanan. Desmita (2014) Menambahkan bahwa stres akademik merupakan respon peserta didik terhadap tuntutan sekolah yang menekan sehingga menimbulkan rasa tidak nyaman, ketegangan dan perubahan tingkah laku. Sejalan dengan hal tersebut Misra & Castillo (2004) menyampaikan bahwa stres akademik juga dapat meliputi persepsi siswa terhadap banyaknya pengetahuan yang harus dikuasai dan persepsi terhadap ketidakcukupan waktu untuk mengembangkannya.

Berdasarkan uraian penjelasan diatas, dapat disimpulkan bahwa stres akademik merupakan respon peserta didik terhadap berbagai tuntutan dan tekanan di sekolah sehingga siswa merasa terbebani dan menimbulkan rasa tidak nyaman serta perubahan perilaku individu di sekolah.

2. Aspek-aspek Stres Akademik

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

Menurut Sun et.al. (2011) terdapat 5 aspek yang mempengaruhi stress akademik, antara lain:

a) Tekanan belajar

Tekanan belajar ini erat kaitannya dengan tekanan yang berasal dari dalam sekolah maupun di rumah. Tekanan yang dialami oleh siswa di sekolah dapat berasal dari orang tua, teman sekolah, ujian di sekolah dan jenjang pendidikan yang lebih tinggi.

b) Beban tugas

Beban tugas ini erat kaitannya dengan tugas yang harus diselesaikan siswa di sekolah. Beban ini dapat berupa pekerjaan rumah (PR), tugas sekolah, serta ujian atau ulangan.

c) Kekhawatiran terhadap nilai akademik

Aspek kognitif adalah kemampuan individu dalam memperoleh informasi berupa ilmu pengetahuan di sekolah. Aspek ini dapat mempengaruhi individu, siswa yang cenderung mengalami stress akademik cenderung sulit untuk berkonsentrasi, mudah lupa, dan terjadi penurunan kualitas belajar.

d) Ekspektasi diri

Ekspektasi diri berkaitan dengan kemampuan siswa untuk memiliki harapan atau capaian dalam diri sendiri. Seseorang yang mengalami stress akademik memiliki ekspektasi diri rendah daripada temannya yang lain seperti merasa selalu gagal dalam nilai akademik dan merasa mengecewakan orangtua dan guru jika nilai prestasi belajar tak sesuai dengan yang diharapkan.

e) Keputusasaan

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

Keputusasaan berkaitan dengan respon emosional yang dialami siswa ketika merasa tidak mampu mencapai target atau capaian dalam hidupnya. Siswa yang mengalami stress akademik cenderung merasa tidak mampu memahami pelajaran serta meneyelesaikan tugas-tugas di sekolah.

Menurut Hardjana (2004) terdapat empat aspek stres akademik yang terdiri dari:

a) Biologis

Aspek biologis berkaitan dengan hal-hal yang bersifat fisik dan tingkah laku yang dapat diamati dan dilihat. Seperti: sakit kepala, sakit punggung, gangguan tidur, gangguan pencernaan, gangguan makan, dan berkeringat.

b) Intelektual

Aspek intelektual berkaitan dengan daya tangkap sesorang dalam memperoleh, menganalisa dan memproses informasi. Aspek ini berkaitann pada kognitif individu yang cenderung mengalami gangguan daya ingat, mudah lupa, sulit memusatkan perhatian dan konsentrasi, produktivitas rendah.

c) Emosional

Keadaan stress yang dialami seseorang dapat mempengaruhi emosi dan perasaan individu. Individu yang mengalami stress cenderung mudah merasa marah, agresif, mudah sedih, mudah tersinggung.

d) Interpersonal

Aspek interpersonal berkaitan dengan hubungan dan interaksi individu dengan orang yang ada di sekitarnya. Individu yang memiliki hubungan negatif dengan orang lain cenderung menimbulkan masalah seperti senang mencari kesalahan

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

orang lain, tidak ingin disalahkan, menutup diri secara berlebihan, hilangnya kepercayaan dari orang lain.

3. Faktor yang mempengaruhi Stres Akademik

Alvin (2007) Mengungkapkan bahwa stres akademik disebabkan oleh dua faktor yakni faktor internal dan faktor eksternal:

1) Faktor Internal

Faktor internal merupakan faktor yang bersumber dari dalam diri indvidu tersebut, diantaranya:

a) Pola pikir

Individu yang berfikir bahwa ketika mereka tidak bisa mengendalikan keadaan cenderung mengalami stres lebih besar dibandingkan dengan individu yang berfikir dapat mengendalikan keadaan sekitarnya. Siswa yang memiliki kendali diri dan pola pikir yang positif cenderung mudah mengatasi berbagai persoalan yang dihadapi.

b) Kepribadian

Tipe kepribadian yang dimiliki siswa dapat menentukan tingkat toleransinya terhadap kondisi stres. Siswa yang memiliki pandangan optimis dalam diri lebih kecil mengalami stres dibandingkan dengan siswa yang memiliki pandangan pesimis ketika menghadapi stressor.

c) Keyakinan

Penyebab lain yang mendukung terjadinya stres siswa di sekolah yakni tekad dan keyakinan dalam diri siswa. Siswa yang memiliki keyakinan

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

yang kuat cenderung mudah menyesuaikan diri dan dapat mengubah sudut pandang terhadap situasi stress yang dihadapi.

2) Faktor Eksternal

Faktor eksternal merupakan faktor yang bersumber dari luar individu atau lingkungan yang ada di sekitarnya, antara lain:

a) Pelajaran tambah padat

Kurikulum dalam dunia pendidikan yang semakin tinggi dan beban pelajaran yang di tambah. Mengakibatkan adanya persaingan ketat antar siswa di dalam kelas, waktu belajar siswa ditambah, beban yang semakin bertambah hal tersebut mengakibatkan stres yang dialami siswa meningkat.

b) Tekanan berprestasi tinggi

Para siswa di dorong untuk berprestasi dengan baik ketika ujian dan ulangan di sekolah. Tekanan ini sering di dapat dari orang tua, keluarga, guru, teman sebaya, dan diri sendiri.

c) Dorongan mencapai derajat sosial

Pendidikan selalu di katkan dengan status sosial individu. Siswa yang memiliki kapasitas dan kualitas akademik yang baik dipandang cerdas dan baik oleh masyarakat, namun siswa yang memiliki kualitas akademik yang rendah cenderung mudah dilabel masyarakat sebagai orang yang malas, pembuat masalah, dan tak jarang ditolak dan diabaikan oleh orang yang ada di sekitarnya.

d) Orangtua saling berlomba

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

Di kalangan orang tua siswa yang memiliki pengalaman dan wawasan yang luas, persaingan untuk menciptakan anak-anak yang cerdas dalam berbagai bidang akademik sangat ketat. Dengan persaingan dan perkembangan pendidikan yang maju, para orang tua berusaha sekuat tenaga untuk mencetak anak-anak yang cerdas dan pandai dalam menguasai segala bidang dengan menambah jam belajar dengan mengikutsertakan anak dalam pendidikan informal.

Sudiana (2007) memaparkan bahwa terdapat 5 faktor yang dapat memicu terjadinya stres pada siswa, yaitu: a) Hubungan Guru dan Siswa, sifat guru yang dapat mempengaruhi stres pada siswanya adalah kasar, suka marah, kurang senyum, senang membentak, dan tidak adil sehingga hal tersebut mempengaruhi interaksi antara guru dan siswa dalam proses belajar mengajar di kelas (iklim kelas). b) Suasana atau kondisi di sekolah yang selalu diwarnai oleh kompetisi antar siswa, kondisi ini berperan dalam membangun perspektif negatif siswa yang berdampak pada *well-being* di sekolah. c) Kurikulum, bahan pelajaran yang berstandar tinggi, pemadatan materi, dan pelajaran tertentu yang sulit dapat menjadi sumber stres bagi siswa. d) Tugas-tugas siswa yang banyak dan sulit juga dapat memicu terjadinya stres pada siswa. e) Ujian atau ulangan, pada situasi ujian para siswa merasa lupa akan apa yang telah mereka pelajari, ketegangan yang terjadi dapat dapat dijasikan alasan siswa menjadi cemas dan merasa gagal dalam melaksanakan ujian.

Sedangkan menurut Fairbrother & Warn (2003) mengatakan bahwa penyebab stress yaitu:

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

a) Terlalu banyak tugas

Siswa yang memiliki berbagai mata pelajaran di sekolah cenderung memiliki beban tugas yang banyak, karena setiap pelajaran memiliki bobot dan tugas tersendiri untuk diselesaikan oleh siswa. Siswa yang merasa jenuh dengan banyaknya tugas mudah mengalami stres di anding siswa yang memiliki tanggung jawab tinggi terhadap studinya.

b) Persaingan antar siswa

Hubungan siswa yang baik dan saling mendukung dapat menciptakan suasana belajar yang nyaman dan menyenangkan, sehingga siswa memiliki hubungan sosial yang baik dan dapat meningkatkan motivasi dalam belajar. Namun, jika siswa lebih mementingkan diri sendiri dan berlomba menjadi yang terbaik, maka siswa berusaha menjadi yang terbaik dengan berbagai usaha.

c) Kegagalan

Siswa yang memiliki prestasi yang rendah di bandingkan dengan teman yang lain cenderung merasa minder dan putus asa dalam belajar, sehingga mudah menjadi bahan cemoohan teman dan di marahi oleh guru, hal tersebut dapat menimbulkan stres pada diri siswa.

d) Kekurangan uang saku

Orang tua yang peduli dengan sang anak cenderung memberikan uang saku sesuai dengan kebutuhannya, sehingga ketika bersekolah siswa tidak minder dan hanya melihat teman-teman lain yang memiliki uang saku lebih.

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

4. Gejala Stres Akademik

Menurut Hardjana (2004) gejala stres yang dialami oleh siswa dibagi menjadi empat macam, antara lain:

1) Gejala fisik

   Nyeri otot, sakit di bagian kepala, merasa tak berdaya, mual, nafsu makan hilang, dan jantung berdebar.

2) Gejala emosional

   Khawatir, cepat jenuh, mudah menangis, mudah tersulut amarah, cenderung agresif, dan mudah gelisah pada hal sepele.

3) Gejala intelektual

   Sulit berkonsentrasi, sulit membuat keputusan, daya ingat rendah, produktivitas menurun, hilangnya rasa humor.

4) Gejala interpersonal

   Mudah menyalahkan orang lain, mudah mengingkari janji, senang mencari kesalahan orang lain, agresif verbal.

Sedangkan menurut (Yusuf & Sugandhi, 2011) mengungkapkan bahwa reaksi yang muncul dari stres di bagi dalam empat reaksi, antara lain:

1) Reaksi fisik

   Hal ini ditandai dengan munculnya kelelahan fisik misal kesulitan tidur, merasa sakit kepala, telapak tangan sering berkeringat.

2) Reaksi emosional

   Hal ini hal ini ditandai dengan munculnya reaksi dari perasaan yang merasa diabaikan, tidak memiliki kepuasan, dan mudah cemas.

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

3) Reaksi perilaku

Hal ini ditandai dengan sikap agresif, membolos, dan berbohong untuk menutupi kesalahan yang diperbuat.

4) Reaksi proses berpikir

Hal ini ditandai dengan sulit dalam berkonsentrasi, perfeksionis, berpikir negatif sehingga tidak mempunyai tujuan hidup.

5. Stres Akademik Program SKS dan Program Reguler

Singh (2016) menjelaskan bahwa setiap individu harus memiliki penyesuaian yang baik terhadap segala aktivitasnya seperti penyesuaian sosial, psikologis, ekonomi, dan bidang kehidupan lainnya. Di lingkungan sekolah yang umumnya sebagai sarana tempat edukasi dan menentukan kualitas hidup siswa di masa mendatang ternyata dalam kenyataannya dapat menjadi sumber stres (Singh, 2016).

Menurut Lue et.al. (2010) penyebab stres yang dialami siswa dapat bersumber dari interaksi antara guru dengan siswa, kecemasan terkait hasil belajar yang diperoleh, ujian atau tes yang akan dihadapi, proses belajar dalam kelompok, pengaruh teman sebaya dalam proses akademik, kemampuan dalam memanajemen waktu, serta persepsi individu terkait kemampuan belajarnya yang mempengaruhi kinerja akademik yang ditampilkan.

Menurut data BPS (badan pusat statistik), ada sekitar satu koma tiga juta siswa dengan potensi kecerdasan khusus di Indonesia. Anak berbakat adalah anak yang mempunyai intelegensi di atas rata-rata yakni (IQ 130 atau lebih tinggi) atau memiliki bakat yang luar biasa dalam beberapa bidang, seperti seni, musik atau

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

matematika (Santrock, 2009). Siswa yang memiliki IQ > 130 dapat diikutsertakan dalam program percepatan belajar yakni Program SKS. Program SKS merupakan program dimana siswa dapat menentukan sendiri beban belajar dalam satu semester dan dituntut memiliki tanggung jawab dan disiplin yang tinggi (Syafni, Syukur , & Ibrahim, 2013).

Proses pembelajaran yang diterapkan dalam Program SKS tentu memiliki perbedaan dengan Program Reguler. Siswa Program SKS dalam proses pembelajaran dapat dilakukan di kelas reguler, ruang sumber, dan kelas khusus sesuai piluhan siswa yang tidak diperoleh oleh siswa Program Reguler (Analisa, 2011). Kelas Program SKS pada awalnya dianggap sebagai solusi tepat untuk memnuhi kebutuhan belajar bagi siswa dengan IQ tinggi yakni terkait kesejahteraan, penyesuaian sosial, dan sikap moral siswa (Hawadi & Akbar, 2004). Namun dalam kenyataannya dilapangan tidak sebaik yang diharapkan, karena sebagian anak dengan IQ tinggi akan mengalami kesulitan untuk penyesuaian sosial, karena anak dengan IQ tinggi memiliki pola pemikiran yang cepat dan lebih maju sehingga sering merasa tidak sepadan dengan teman yang lainnya.

Pendapat yang dikemukakan oleh Fauziah (2009) bahwa sekitar 20-25% dari anak-anak berbakat mengalami masalah-masalah sosial dan emosional, yaitu dua kali lebih besar dari angka normal. Percepatan kurikulum, persaingan dengan teman, beban tugas yang banyak serta disiplin yang tinggi sering membuat mereka mengalami masa-masa yang penuh tekanan dan stres di sekolah (Syafni, Syukur , & Ibrahim, 2013).

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

Penelitian yang dilakukan oleh Muhid dan Rohmatillah (2010) bahwa dalam kehidupan sehari-hari siswa program SKS lebih banyak meluangkan waktu dengan segala tugas pelajaran dan dengan membaca berbagai buku pelajaran daripada meluangkan waktunya untuk bermain bersama teman sebayanya sedangkan siswa kelas reguler lebih banyak menghabiskan waktu luang mereka dengan berinteraksi dan bermain bersama teman sebayanya, selain itu mereka memilih mengerjakan dan menyelesaikan tugas secara berkelompok. Siswa yang tidak memiliki cukup waktu luang dan beristirahat dari berbagai kegiatan akademik yang padat dapat dengan mudah mengalami stres sebaliknya, siswa yang memiliki cukup waktu luang untuk beristirahat dan bermain dengan teman sebaya akan tidak mudah mengalami stres akibat tuntutan akademik (Stasulane, 2017).

Berdasarkan pendapat tersebut, dalam penelitian ini peneliti berfokus dalam kajian perbedaan stres yang dialami oleh siswa Program SKS dengan siswa Program Reguler.

B. Iklim Kelas

1. Pengertian Iklim Kelas

Menurut Rahmi dan Salim (2017) iklim kelas diartikan kondisi lingkungan yang dirasakan, yang muncul dengan adanya interaksi dari berbagai faktor seperti aspek fisik, materi, organisasi operasional, dan sosial. Hadiyanto dan Subijanto (2003) Mendefinisikan bahwa iklim kelas adalah organisasi sosial informal dan segala aktivitas guru di kelas yang secara langsung mempengaruhi perilaku guru dalam mengajar. Selanjutnya, Brand et.al. (2003) mendefinisikan iklim kelas

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

sebagai perasaan siswa kenyamanan dan pengalaman sekolah sebagai tempat yang ramah dan mendukung, dan kesempatan untuk kerjasama dengan teman sebaya. Tarmidi (2006) Menjelaskan bahwa iklim kelas adalah segala situasi yang muncul akibat hubungan antara guru dan peserta didik atau hubungan antar peserta didik yang menjadi ciri khusus dari kelas dan berpengaruh terhadap proses belajar mengajar. Creemers & Reezigt (2003) Menyatakan bahwa iklim kelas adalah suasana yang terjadi dalam kelas, meliputi interaksi yang terjadi antara siswa dengan guru, antara siswa dengan siswa, dan dengan unsur fisik lainnya dari kelas yang dapat mempengaruhi hasil pencapaian prestasi siswa.

Berdasarkan uraian diatas, dapat disimpulkan iklim kelas sebagai persepsi yang dialami siswa di kelas terkait hubungan yang terjalin antara guru dengan siswa, hubungan yang terjadi antar siswa, dan unsur fisik di kelas yang dapat mendukung pencapaian prestasi akademik siswa di sekolah.

2. Aspek-aspek Iklim Kelas

Menurut Lopez et.al (2018) mengemukakan bahwa terdapat empat aspek dalam iklim kelas, yaitu:

a) Hubungan teman sebaya

Hubungan teman sebaya adalah faktor penentu utama iklim kelas karena kualitas hubungan mereka dapat dikaitkan dengan penurunan agresi dan penipuan sesama siswa. Ketika siswa mengalami hubungan yang hangat, baik dan bermanfaat dengan teman-teman mereka, mereka cenderung merasa lebih optimis, menunjukkan rasa kebanggaan yang lebih besar ke sekolah mereka, dan mengalami kepuasan yang lebih tinggi terhadap kehidupan.

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

b) Interaksi guru dan murid

Seorang guru memiliki banyak peran simultan di kelas. Meskipun mereka bukan satu-satunya faktor yang terlibat dalam pembangunan iklim kelas, mereka memainkan peran penting di dalamnya. Dukungan emosional guru meliputi guru yang menunjukkan rasa peduli dan kehangatan bagi siswa, mengekspresikan perhatian pribadi, empati dan membangun suasana melalui humor. Ketika siswa mengalami hubungan yang positif dan hangat dengan guru mereka, mereka lebih cenderung untuk menghormati aturan di kelas mereka.

c) Orientasi guru terhadap pembelajaran

Peran penting lain dari guru kelas adalah pemantauan yang efektif atau pengelolaan pelajaran, perilaku siswa dan dukungan pengajaran. Ini melibatkan pengembangan keterampilan berpikir, penalaran, dan pemecahan masalah siswa. Pemantauan kelas oleh guru meliputi penetapan ekspektasi perilaku yang jelas, mengarahkan perilaku buruk meski hal kecil dan menggunakan strategi positif terkait tugas sekolah. Guru yang berhasil yakni yang memantau pekerjaan sekolah siswa dan perilakunya dengan cermat, termasuk perilaku yang berkaitan dengan intimidasi.

d) Lingkungan fisik

Terdapat dua aspek penting dalam lingkungan fisik ini yakni kenyamanan lingkungan dan ketersediaan sumber daya di kelas. Lingkungan fisik melibatkan elemen-elemen seperti pencahayaan, suhu kelas, kualitas bangunan, kebersihan dan kebisingan. Kedua dimensi tersebut relevan karena

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

mewakili kondisi pembelajaran yang tepat bagi siswa dan kondisi kerja bagi guru yang memengaruhi kepuasan, keterlibatan siswa, efektivitas siswa, dan prestasi akademik mereka.

3. Tipe-tipe Iklim Kelas

Menurut Borich (2008) bahwa terdapat tiga iklim kelas yang dapat digunakan oleh guru ketika melakukan pembelajaran yang berbeda di kelas, diantaranya tipe iklim kelas kompetitif, iklim kelas kooperatif, dan iklim kelas individualistik.

Pada kelas yang kompetitif, siswa memiliki semangat bersaing untuk memberikan jawaban yang tepat untuk meraih suatu standar yang ditetapkan oleh guru. Di berbagai pelajaran dalam kelas, bentuknya dapat berupa siswa berlomba untuk bisa mendapatkan prestasi dengan jawaban yang diberikan. Iklim seperti ini dapat memicu motivasi siswa dalam meraih prestasi belajar.

Pada iklim kelas kooperatif, siswa terlibat aktif dalam dialog yang dipantau oleh guru. Siswa dipersilahkan untuk berdiskusi dan mengutarakan ide-ide yang dimiliki, tetapi guru menyela mereka untuk membantu dalam meluruskan diskusinya dan mengklarifikasi pendapat mereka, dan mendorong siswa dalam berpikir kreatif dan tingkat berpikir yang lebih tinggi. Tipe ini cocok untuk sistem kerja kelompok, dimana siswa secara bersama mendiskusikan sebuah topik atau menyelesaikan permasalahan dimana semua siswa di beri kesempatan untuk berkontribusi.

Pada iklim kelas invidualistik, tipe ini cenderung terletak pada siswa yang menyelesaikan tugasnya secara mandiri dan mengasah kemampuan pribadi. Siswa dapat menyelesaikan tugasnya sendiri dengan pantauan guru dan di motivasi untuk

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

memberikan jawaban yang dianggap benar atau salah. Maka, siswa dituntun mengerjakan tugas dengan sebaik-baiknya, sedangkan guru berperan sebagai penentu pekerjaan dan memastikan bahwa siswa telah berkembang ke arah kemajuan.

4. Ciri-ciri Iklim Kelas

Menurut Scheerens (2000) ciri-ciri iklim kelas dalam membangun kondisi sekolah yang efektif , antara lain: 1) hubungan yang terjalin dalam kelas berlangsung dengan baik, 2) dimodifikasi dengan baik dan tertera dengan jelas tata tertib bagi siswa di ruang kelas dan di lingkungan sekolah secara umum dan dapat dilihat oleh siswa secara setiap saat, 3) guru menyampaikan pembelajaran dengan baik, 4) seluruh warga kelas merasa puas dengan iklim kelas yang ada di dalamnya.

Lingkungan kelas sangat menentukan aktivitas seluruh warga kelas dalam belajar mengajar, diantara yang perlu diperhatikan adalah temperature ruangan kelas, sirkulasi udara yang masuk dalam kelas, posisi dan tempat duduk, ketersediaan pencahayaan yang cukup dalam kelas dan lain sebagainya yang berkaitan dengan penataan dalam kelas.

C. *School Well-Being*

1. Pengertian *School Well-Being*

Konsep *School Well-Being* pertama kali diperkenalkan dengan teori Model Well Being yang di definisikan oleh Allardt yang mengemukakan bahwa Well Being juga merupakan konsep *level of living* dan *quality of life*. Menurut Allardt (1989) *Well-Being* adalah kondisi yang dialami oleh seseorang untuk memenuhi kebutuhan dasarnya. Kemudian Allardt (1989) membagi kategori *Well-Being* menjadi tiga

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

indikator kebutuhan seseorang yaitu, 1) *having* yakni mencakup kebutuhan seseorang dalam sudut pandang yang luas, 2) *loving* yakni berkaitan pada hubungan untuk berinteraksi dengan orang lain dan membentuk kontak sosial, 3) *being* yakni kebutuhan yang dimiliki seseorang untuk mengembangkan kemampuan diri.

Well-Being yang dikemukakan oleh Allardt, kemudian dikembangkan oleh Konu dan Rimpela, dalam teori yang dikembangkan Konu & Rimpela (2002) mengungkapkan bahwa menambah satu kategori yang mampu menjelaskan tentang *School Well-Being* yakni status kesehatan (*health status*), hal tersebut dilakukan guna mengembangkan teori sebelumnya agar sesuai dengan kondisi sekolah. Sehingga *School well-being* memiliki empat aspek yakni *having, loving, being* dan *health status*. Menurut Konu & Rimpela (2002) *School Well-Being* adalah penilaian subjektif siswa terhadap keadaan yang ada di sekolah sebagai sebuah keadaan yang mempengaruhi siswa dalam memenuhi kebutuhan dasarnya di sekolah. Kebutuhan dasar tersebut meliputi aspek (*having)* kondisi sekolah, (*loving*) hubungan sosial, (*being*) pemenuhan kebutuhan diri di sekolah, (*health status*) status kesehatan.

Berdasarkan uraian diatas, dapat disimpulkan bahwa *school well-being* adalah penialaian individu terhadap kondisi dan keadaan di sekolah dalam terpenuhinya kebutuhan dasar siswa di sekolah.

2. Aspek-aspek *School Well Being*

Menurut Konu & Koivisto (2011) aspek-aspek dari *School Well-Being* diantaranya, meliputi:

a) Kondisi sekolah (*having*) merupakan kondisi sekolah yang meliputi lingkungan fisik di dalam sekolah. Lingkungan tersebut adalah lingkungan tempat

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

kerja yang dapat diukur dari tingkat kenyamanan, keamanan, ventilasi, temperature, dan kebersihan. Lingkungan fisik ini di dalamnya juga meliputi kurikulum yang dijalankan, jadwal jam belajar di sekolah, dan hukuman serta berbagai layanan yang terdapat di sekolah seperti konseling, kantin, dan unit kesehatan.

b) Hubungan sosial (*loving*) merupakan hubungan dalam pembelajaran di sekolah dengan melihat hubungan antar guru dan siswa, hubungan antar siswa, dinamika kelompok, tindak bullying, hubungan antara sekolah dan rumah siswa, pengambilan keputusan di sekolah, dan suasana organisasi di sekolah.

c) Pemenuhan diri (*being*) menurut Allardt, arti kata *being* dapat diamati dari bagaimana sekolah menawarkan pemenuhan diri siswa. Setiap siswa perlu menjadi bagian dari sekolah dalam pengambilan keputusan. Hal tersebut dapat memunculkan kesadaran diri pada siswa untuk berpartisipasi di sekolah dan aspek yang lainnya.

d) Status kesehatan (*health*) mencakup aspek fisik yang dapat dilihat keabnormalan pada tubuh secara medis. Di sisi lain aspek mental juga perlu dan dapat dilihat dari perasaan yang sedang dialami seseorang.

3. Faktor yang mempengaruhi *School Well Being*

Faktor-faktor yang mempengaruhi *Well-Being* di sekolah menurut Moore & Keyes (2003) ada beberapa yang sesuai dengan konteks siswa di sekolah yakni antara lain:

1) Hubungan sosial

Myers & Aliya (2012) Mengatakan bahwa hubungan yang baik antar keluarga, teman, dan orang terdekat sangat penting untuk kebermaknaan dan kebahagiaan

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

hidup seseorang. Cox & Harter (2003) Mengungkapkan bahwa hubungan sosial yang ada di sekolah dan yang di rumah yang dimiliki remaja mempengaruhi kesejahteraan dan kebahagiaan remaja.

2) Teman dan waktu luang

Santrock (2012) Mengatakan bahwa teman merupakan sebuah identitas, persahabatan dan rasa saling percaya yang dibutuhkan dalam situasi sekolah. Scanlan et.al (2007) Berpendapat bahwa aktivitas waktu luang seperti mengikuti kelas olahraga dapat menciptakan mood positif bagi siswa, menurunkan tingkat stress yang di alami, dan siswa merasa bahagia.

3) *Volunteering*

Menurut Keyes et.al (2002) mendefinisikan bahwa kegiatan sukarela dapat mengembangkan hubungan positif dengan individu dan meningkatkan relasi seseorang. Terdapat banyak sekolah yang membuka kesempatan bagi remaja untuk ikur berpartisipasi dalam berbagai kegiatan. Hal tersebut dapat berguna untuk tingginya kepuasan hidup remaja.

4) Peran sosial

Syawie (2007) Mengungkapkan bahwa peranan sosial sangat penting dalam sebuah kelompok sosial. Semakin kuat kelompok sosial yang ada maka berimbas pada tingkat ketahanan dan kebahagiaan remaja di lingkungannya. Ryff & Kyes (1995) Mengatakan bahwa lingkungan individu berperan dalam meningkatkan Well Being pada remaja.

5) Karakteristik kepribadian

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

Kepribadian ekstrovet lebih mudah dalam menjalin hubungan sosial dibanding dengan kepribadian introvert, karena individu yang ekstrovet lebih berpartisipasi aktif dalam berbagai kegiatan sosial dapat menimbulkan perasaan positif dan bahagia.

6) Tujuan dan aspirasi

Komitmen terhadap tujuan dapat membantu dalam memaknai hidup dan dapat mengatasi masalah individu. Keberhasilan dalam meraih tujuan dan aspirasi dapat meningkatkan well being remaja. Konu & Rimpela (2002) Mengatakan bahwa siswa sekolah yang mendapatkan penghargaan dan pestasidapat meningkatkan semangat dan menjadikan kepuasan dalam menjalani kehidupan di sekolah.

4. Usaha untuk mencapai *school well-being*

Menurut Khatimah (2015) ada beberapa cara yang dapat dilakukan untuk menciptakan *school well-being* bagi siswa, diantaranya yaitu:

a. *Well perceived on school infrastructure*

Penilaian subjektif siswa terhadap sekolah dalam hal ini yakni terkait dengan pelayanan dan fasilitas sekolah yang diharapkan mampu menunjang proses pembelajaran di lingkungan sekolah sangatlah penting, karena dengan adanya dukungan fasilitas dan kondisi sekolah diharapkan siswa memiliki rasa puas dalam lingkungan belajarnya (Owoeye & Yara, 2011). Papalia et.al. (2009) Mengemukakan bahwa lingkungan sekolah meliputi kualitas udara, temperatur, kelembapan, pencahayaan, dan tingkat kebisingan yang sesuai

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

dapat meningkatkan performa siswa di sekolah. ciri-ciri siswa yang merasa memiliki infrastruktur yang memadai di sekolah akan merasa nyaman dan bersemnagat dalam belajar (Khatimah, 2015).

b. *Excellent individual capital*

Kondisi ini menggambarkan kekuatan dasar yang dimiliki oleh setiap siswa. siswa yang memiliki disiplin yang baik, motivasi belajar yang tinggi, percaya diri dan fisik yang kuat diidentifikasikan memiliki kesejahteraan di sekolah. individu dengan kepribadian ini digambarkan sebagai individu yang teratur, penuh pengendalian diri, ambisius, dan fokus pada pencapaian (Khatimah, 2015). Hukuman merupakan suatu tindakan yang dapat mempengaruhi kedisiplinan siswa, tujuan diberikannya hukuman adalah untuk mengajarkan karakter disiplin pada siswa. oleh karena itu pemberian hukuman harus dilakukan dengan tepatagar siswa memahami tujuan hukuman tersebut.

c. *Unwell learning design management*

Usaha ini meliputi kegiatan perencanaan, pengorganisasian, pengendalian, dan pengevaluasian kegiatan yang berkaitan dengan proses belajar mengajar pada siswa dengan mengikutserakan siswa di dalamnya guna mencapai tujuan yang dimaksud. Guru hendaknya mampu mengelola kelas sebagai lingkungan belajar sert merupakan aspek dari lingkungan sekolah yang perlu diorganisasi. Lingkungan yang baik akan merangsang siswa untuk belajar, memberikan rasa aman dan kepuasan dalam mencapai tujuan belajar.

d. *Well interpersonal school interaction*

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

Usaha ini merujuk pada lingkungan pembelajaran sosial, hubungan antara guru dan murid, hubungan dengan teman sekelas, dan keseluruhan atmosfir di sekolah. Dukungan sosial yang bersumber dari guru dan teman sebaya mampu meningatkan *school well-being* siswa. Individu yang merasa mendapatkan dukungan positif dari guru dan teman sebaya akan mempunyai pikiran lebih positif terhadap situasi yang sulit dibandingkan dengan individu yang memiliki dukungan sosial rendah.

e. *Well school management*

Sekolah perlu memberikan pelayanan baik dan cepat pada siswa seperti pelayanan dalam hal kesehatan bagi siswa yang sakit dan pelayanan konseling bagi siswa yang sedang mengalami masalah serta ketersediaan kantin. Hal tersebut dapat menciptakan perasaan positif siswa terhadap sekolahnya sehingga siswa merasa nyaman dan aman di sekolah.

f. *Perceived parental support*

Orang tua dalam keluarga berperan sebagai guru, penuntun, pengajar, serta sebagai pemberi contoh pada anak. Orang tua memberi peranan penting dalam proses kehidupan belajar anak dan prestasinya, yaitu berupa dukungan dan *support*. Perhatian dari orang tua dapat menumbuhkan motivasi bagi anak untuk belajar dengan tekun, karena anak memerlukan tempat, waktu, dan keadaan yang baik untuk belajar.

D. Pengaruh iklim kelas dan *school well-being* terhadap stres akademik pada siswa MAN Program SKS dan Program Reguler

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

Stres akademik yang dialami oleh siswa merupakan wujud dari persepsi negatif dalam diri siswa terhadap berbagai tekanan dan tuntutan belajar di sekolah. Perubahan secara emosional dan penurunan prestasi akademik yang terjadi pada siswa yang merasakan stres akademik ini merupakan faktor yang sangat berperan dalam kesehatan mental dan motivasi belajar siswa di sekolah. Siswa yang memiliki penyesuaian diri yang rendah akan mudah mengalami stres dibandingkan dengan siswa yang memiliki penyesuaian diri yang baik terhadap berbagai stressor (Fauziah, 2009).

Berdasarkan penelitian yang dilakukan oleh Analisa (2011) di indonesia baru 10 tahun melakukan identifikasi terhadap siswa (SKS) saat mengikuti program pendidikan khusus, seperti kelas akselerasi, kelas cerdas istimewa, kelas olimpiade dan lain-lain sehingga siswa (SKS) tidak memperoleh layanan pendidikan yang sesuai dengan potensi yang dimilikinya. Hambatan lain juga diantaranya di lihat dari tenaga pendidik maupun kurikulum yang digunakan pada siswa (SKS) (Analisa, 2011). Menurut Syafni dkk. (2013) Percepatan kurikulum, persaingan dengan teman, beban tugas yang banyak serta disiplin yang tinggi membuat mereka mengalami masa-masa yang penuh tekanan dan stres.

Stres akademik pada siswa merupakan ketegangan emosional yang muncul dari peristiwa-peristiwa kehidupan di sekolah dan perasaan terancamnya keselamatan atau harga diri siswa, sehingga memunculkan reaksi-reaksi fisik, psikologis, dan tingkah laku yang berdampak pada penyesuaian psikologi dan prestasi akademik (Desmita, 2009).

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

Reaksi fisik dan psikologis terhadap stres akademik yang dirasakan oleh siswa ini dipengaruhi oleh beberapa faktor lingkungan sekolah dan unsur akademik lainnya. Menurut Lue et.al (2010) stres dapat bersumber dari interaksi antara guru dengan siswa, kecemasan terkait hasil belajar yang diperoleh, ujian atau tes yang akan dihadapi, proses belajar dalam kelompok, pengaruh teman sebaya dalam proses akademik, kemampuan dalam memanajemen waktu, serta persepsi individu terkait kemampuan belajarnya yang mempengaruhi kinerja akademik yang ditampilkan.

Stres akademik melibatkan orientasi negatif siswa akibat berbagai tanggung jawab dan beban tugas yang berlebih dan kemungkinan berbagai penyebab lain di sekolah. Stres akademik secara konsisten dapat dipengaruhi dengan variabel stressor akademik; iklim kelas, suasana atau kondisi sekolah, kurikulum, tugas siswa yang banyak dan sulit, dan ujian atau ulangan (Sudiana, 2007). Berdasarkan pendapat tersebut, dapat diketahui bahwa stres akademik dapat dipengaruhi oleh bagaimana individu mempersepsikan suasana dan kondisi lingkungan di sekolah.

Penelitian yang dilakukan oleh Fauziah (2009) bahwa sekitar 20-25% dari anak-anak program SKS mengalami masalah-masalah sosial dan emosional, yaitu dua kali lebih besar dari angka normal. Percepatan kurikulum, persaingan dengan teman, beban tugas yang banyak serta disiplin yang tinggi sering membuat mereka mengalami masa-masa yang penuh tekanan dan stres di sekolah (Syafni, Syukur , & Ibrahim, 2013).

Menurut Muhid dan Rohmatillah (2010) bahwa dalam kehidupan sehari-hari siswa program SKS lebih banyak meluangkan waktu dengan segala tugas pelajaran

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

dan dengan membaca berbagai buku pelajaran daripada meluangkan waktunya untuk bermain bersama teman sebayanya sedangkan siswa kelas reguler lebih banyak menghabiskan waktu luang mereka dengan berinteraksi dan bermain bersama teman sebayanya, selain itu mereka memilih mengerjakan dan menyelesaikan tugas secara berkelompok. Sehingga beberapa siswa Program SKS seringkali mudah merasa jenuh dan lelah karena aktifitas akademik yang padat daripada siswa Program Reguler (Wahab, 2017). Siswa program SKS memiliki cara berpikir analitis dan lebih maju dibandingkan dengan siswa pada umumnya, hal tersebut menimbulkan *labelling* yang berdampak pada psikis siswa (Fauziah, 2009).

Ketika siswa mengalami kejenuhan, maka cenderung merasa tidak memiliki hubungan sosial yang baik. Kondisi sekolah yang tidak menyenangkan, menekan, dan membosankan yang berakibat pada pola pikir siswa yang berdampak negatif pada aspek psikologis, seperti stres, bosan, terasingkan, kesepian dan depresi (Azmy, Nurihsan, & Yudha, 2017). Siswa Program SKS dengan berbagai tuntutan dan beban tugas yang banyak serta cenderung tidak memiliki waktu luang untuk beristirahat dari kegiatan akademik yang padat dan bermain bersama teman sebaya cenderung mudah mengalami stres di lingkungan akademik dibandingkan dengan siswa Program Reguler (Fauziah, 2009).

E. Kerangka Teoritik

Iklim kelas dan *School Well-Being* merupakan salah satu faktor penyebab yang dapat mempengaruhi stress akademik pada siswa. Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan oleh Shindler et.al (2004) mengatakan bahwa salah satu penyebab stres akademik di sekolah adalah iklim kelas yakni interaksi antara guru dan siswa,

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

siswa dengan siswa, model mengajar guru, serta unsur fisik lain yang mendukung proses pembelajaran. Selanjutnya, penelitian yang dilakukan oleh Sari (2017) terhadap *school well-being*, ditemukan bahwa *school well-being* berpengaruh terhadap stress yang dialami oleh siswa. Dengan demikian iklim kelas dan *School Well-Being* memiliki pengaruh terhadap stress akademik yang dirasakan oleh siswa.

Stres akademik merupakan respon peserta didik terhadap tuntutan sekolah yang menekan sehingga menimbulkan rasa tidak nyaman, ketegangan dan perubahan tingkah laku (Desmita, 2014). Stres akademik memiliki 5 aspek yang meliputi tekanan belajar, beban tugas, kekhawatiran terhadap nilai akademik, ekspektasi diri, dan keputusasaan (Sun et.al., 2011). Faktor-faktor yang mempengaruhi stress akademik ada dua sumber yakni faktor internal dan faktor eksternal (Alvin, 2007).

Iklim kelas adalah segala situasi yang muncul akibat hubungan antara guru dan peserta didik atau hubungan antar peserta didik yang menjadi ciri khusus dari kelas dan berpengaruh terhadap proses belajar mengajar (Tarmidi, Iklim Kelas dan Prestasi Belajar, 2006). Iklim kelas memiliki empat aspek yang meliputi hubungan teman sebaya, interaksi guru dengan siswa, orientasi guru terhadap pembelajaran, dan lingkungan fisik (Lopez, et al., 2018).

Persepsi siswa terhadap sekolah (*School Well-Being*) merupakan penilaian subjektif siswa terhadap keadaan yang ada di sekolah sebagai sebuah keadaan yang mempengaruhi siswa dalam memenuhi kebutuhan dasarnya di sekolah. Kebutuhan dasar tersebut meliputi aspek (*having)* kondisi sekolah, (*loving*) hubungan sosial, (*being*) pemenuhan kebutuhan diri di sekolah, (*health status*) status kesehatan (Konu & Rimpela, 2002).

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

Stres akademik dapat terjadi diakibatkan adanya persepsi negatif pada siswa akibat berbagai tanggung jawab dan beban tugas yang berlebih dan kemungkinan berbagai penyebab lain di sekolah. Stres akademik secara konsisten dapat dipengaruhi dengan variabel stressor akademik; iklim kelas, suasana atau kondisi sekolah, kurikulum, tugas siswa yang banyak dan sulit, dan ujian atau ulangan (Sudiana, 2007). Berdasarkan pendapat tersebut, dapat diketahui bahwa stres akademik dapat dipengaruhi oleh bagaimana individu mempersepsikan suasana dan kondisi lingkungan di sekolah.

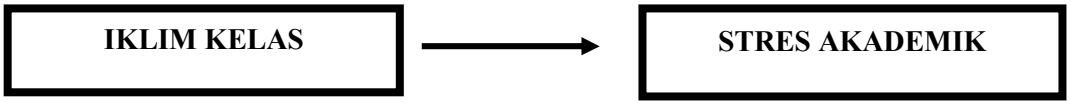
Maka, iklim kelas dan *school well being* merupakan salah satu faktor yang dapat mempengaruhi stress yang dialami oleh siswa di sekolah. Dengan demikian, semakin tinggi iklim kelas dan *school well being* yang ada di lingkungan sekolah berdampak rendah stres akademik yang dialami oleh siswa.

Proses pembelajaran yang diterapkan dalam Program SKS tentu memiliki perbedaan dengan Program Reguler. Siswa Program SKS dapat melaksanakan proses pembelajaran di kelas reguler, ruang sumber, dan kelas khusus sesuai piluhan siswa yang tidak diperoleh oleh siswa Program Reguler (Analisa, 2011). Kelas Program SKS pada awalnya dianggap sebagai solusi tepat untuk memnuhi kebutuhan belajar bagi siswa dengan IQ tinggi yakni terkait kesejahteraan, penyesuaian sosial, dan sikap moral siswa (Hawadi & Akbar, 2004). Namun dalam kenyataannya dilapangan tidak sebaik yang diharapkan, karena sebagian anak dengan IQ tinggi akan mengalami kesulitan untuk penyesuaian sosial, karena anak dengan IQ tinggi memiliki pola pemikiran yang cepat dan lebih maju sehingga sering merasa tidak sepadan dengan teman yang lainnya.

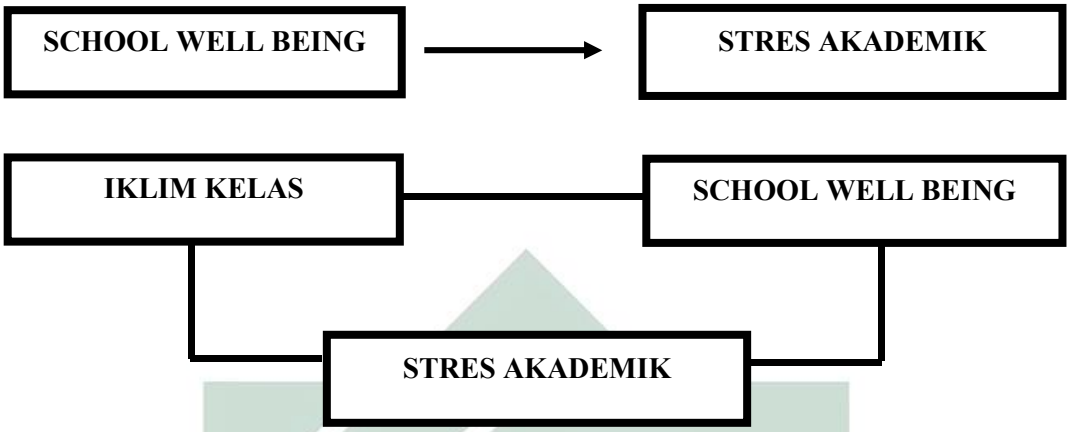
digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

Penelitian yang dilakukan oleh Muhid dan Rohmatillah (2010) bahwa dalam kehidupan sehari-hari siswa program SKS lebih banyak meluangkan waktu dengan segala tugas pelajaran dan dengan membaca berbagai buku pelajaran daripada meluangkan waktunya untuk bermain bersama teman sebayanya sedangkan siswa kelas reguler lebih banyak menghabiskan waktu luang mereka dengan berinteraksi dan bermain bersama teman sebayanya, selain itu mereka memilih mengerjakan dan menyelesaikan tugas secara berkelompok. Sehingga beberapa siswa Program SKS seringkali mudah merasa jenuh dan lelah karena aktifitas akademik yang padat daripada siswa Program Reguler (Wahab, 2017). Hal tersebut dapat berdampak pada tingkat stres yang dialami oleh siswa Program SKS dan Program Reguler, siswa yang memiliki waktu yang cukup untuk istirahat dan penyesuaian yang baik cenderung tidak mudah mengalami stres di sekolah dibandingkan dengan siswa yang tidak memiliki waktu luang dan penyesuaian yang buruk terhadap aktifitas akademiknya (Stasulane, 2017).

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh iklim kelas dan *school well-being* terhadap stres akademik pada siswa Madrasah Aliyah Negeri Program SKS dan Program Reguler serta perbedaan tingkat kecenderungan variabel antara siswa Program SKS dan Program Reguler. Kerangka teoritik dari penelitian ini sebagai berikut:



digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id



Gambar 2.1 Kerangka Teoritik

Dari kerangka teoritik diatas menjelaskan bahwa iklim kelas dan *school well-being* dapat mempengaruhi stres akademik siswa MAN Program SKS dan Program Reguler. Hal ini dikarenakan semakin kondusif dan baik iklim kelas dan *school well-being* yang dirasakan siswa Program SKS dan Program Reguler maka dapat mempengaruhi terhadap rendahnya tingkat stres siswa.

F. Hipotesis

Berdasarkan kajian teoritik dan asumsi yang telah di jelaskan pada Bab sebelumnya, maka peneliti merumuskan hipotesis sebagai berikut:

1) Terdapat pengaruh iklim kelas terhadap stres akademik pada siswa Madrasah Aliyah Negeri Program SKS dan Program Reguler.
2) Terdapat pengaruh *school well-being* terhadap stres akademik pada siswa Madrasah Aliyah Negeri Program SKS dan Program reguler.

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

3) Terdapat pengaruh antara iklim kelas dan *school well-being* terhadap stres akademik pada siswa Madrasah Aliyah Negeri Program SKS dan Program Reguler.
4) Terdapat perbedaan iklim kelas pada siswa Madrasah Aliyah Negeri Program SKS dan Program Reguler.
5) Terdapat perbedaan *school well-being* pada siswa Madrasah Aliyah Negeri Program SKS dan Program Reguler.
6) Terdapat perbedaan stres akademik pada siswa Program SKS dan Program Reguler di Madrasah Aliyah Negeri.

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

BAB III
METODOLOGI PENELITIAN

A. Rancangan Penelitian

Penelitian ini merupakan jenis penelitian kuantitatif dengan metode korelasional dan komparatif. Metode penelitian kuantitatif merupakan salah satu penelitian yang spesifiknya adalah sistematis, terencana, dan terstruktur dengan jelas sejak awal hingga pembuatan desain penelitiannya.

Sedangkan penelitian ini menggunakan jenis penelitian korelasional dan komparatif. Tipe penelitian korelasional yakni dengan karakteristik masalah berupa korelasional beberapa variabel, yakni variabel iklim kelas, *school well being*, dan stres akademik. Kemudian, tipe penelitian komparatif yakni dengan melihat masalah secara komparatif antar subjek penelitian, yakni siswa program SKS dan siswa program reguler.

B. Identifikasi Variabel Penelitian

Variabel dalam penelitian ini terdiri dari variabel bebas dan variabel terikat. Variabel bebas merupakan variabel yang mempengaruhi variabel lain yang bergerak secara bebas dan dilambangkan dengan (X). Variabel terikat merupakan variabel yang dipengaruhi oleh variabel lain dan dilambangkan dengan (Y). Berikut variabel-variabel dalam penelitian ini:

1. Variabel bebas (X1) : Iklim Kelas
2. Variabel bebas (X2) : *School Well Being*
3. Variabel terikat (Y) : Stres Akademik

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

C. Definisi Operasional Variabel Penelitian

1. Iklim Kelas

Adalah suasana yang terjadi dalam kelas, meliputi interaksi yang terjadi antara siswa dengan guru, antara siswa dengan siswa, dan dengan unsur fisik lainnya dari kelas yang dapat mempengaruhi hasil pencapaian prestasi siswa. Pengukuran variabel ini menggunakan skala yang diukur dengan menggunakan *Classroom Climate Scale* (CCS) dari López, *et.al*. Terdiri dari aspek hubungan teman sebaya (*peer relationship*); interaksi guru dan siswa (*teacher-student interaction*); orientasi guru terhadap pembelajaran (*teachers' orientation toward learning*); dan lingkungan fisik (*physical environment*).

2. *School Well-Being*

Adalah penilaian subjektif siswa terhadap keadaan yang ada di sekolah sebagai sebuah keadaan yang mempengaruhi siswa dalam memenuhi kebutuhan dasarnya di sekolah. Pengukuran variabel ini menggunakan Skala *School well being* dari Konu dan Rimpela dengan aspek kondisi sekolah (*having*); hubungan sosial (*loving*); pemenuhan diri (*being*); dan status kesehatan (*health*).

3. Stres Akademik

Adalah respon peserta didik terhadap tuntutan sekolah yang menekan sehingga menimbulkan rasa tidak nyaman, ketegangan dan perubahan tingkah laku, yang diukur dengan menggunakan skala likert yang diadaptasi dari Sun, *et.al. Educational Stress Scale for Adolescents* (ESSA) yang terdiri dari aspek tekanan belajar, beban tugas, kekhawatiran terhadap nilai akademik, ekspektasi diri, dan keputusasaan.

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

D. Populasi, Sampel, dan Teknik Sampling

1. Populasi

Populasi dalam penelitian ini adalah siswa MAN di Surabaya dan Bangkalan. Subjek penelitian ini merupakan siswa yang berada di kelas XII. Data yang peneliti himpun merupakan data yang ada pada MAN Surabaya dan MAN Bangkalan. Berdasarkan data sebaran siswa yang diperoleh peneliti, diketahui bahwa siswa Program SKS pada tahun 2019 di MAN Surabaya dan MAN Bangkalan berada di kelas XII, maka peneliti mengambil siswa Program Reguler yang seangkatan dengan siswa program SKS. Populasi dalam penelitian ini difokuskan pada siswa Program SKS dan Program Reguler dengan rincian sebagai berikut:

Tabel 3.1 Populasi Penelitian

Sekolah	Program	Jumlah Siswa
MAN Surabaya	SKS	27
	Reguler	376
MAN Bangkalan	SKS	20
	Reguler	401
Total		824

Berdasarkan tabel diatas, diketahui bahwa populasi siswa MAN Surabaya Program SKS berjumlah 27 siswa dan Program Reguler berjumlah 376 siswa. Sedangkan, populasi siswa MAN Bangkalan program SKS berjumlah 20 siswa dan

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

Program Reguler berjumlah 401 siswa. Dari kedua sekolah tersebut peneliti mengambil beberapa subjek sesuai kriteria penelitian. Kriteria penelitian dalam penelitian ini sebagai berikut:

a) Siswa MAN kelas XII
b) Berada di program SKS dan Program Reguler
c) Berumur 12-19 tahun

Lokasi penelitian ini berada di MAN Surabaya dan MAN Bangkalan. alasan peneliti mengambil lokasi tersebut, dengan pertimbangan bahwa subjek dipilih berdasarkan pertimbangan kesesuaian teori dengan realita yang sudah peneliti dalami melalui pendistribusian uji terpakai kuisioner stres akademik dengan beberapa siswa SKS di MAN Surabaya pada 25 September 2019 dan MAN Bangkalan pada 16 Oktober 2019, hasil analisis menunjukkan bahwa tingkat stres akademik siswa program SKS tergolong tinggi. Selanjutnya, dari data tersebut peneliti ingin mengetahui perbedaan tingkat kecenderungan stres akademik yang dialami oleh siswa Program SKS dengan siswa Program Reguler di MAN Surabaya dan MAN Bangkalan.

2. Sampel

Sampel adalah sebagian dari populasi yang memenuhi kriteria dan dijadikan sebagai responden/subjek penelitian (Siregar, 2013). Menurut Arikunto (2008) sampel merupakan wakil dari populasi. Apabila populasi penelitian memiliki jumlah yang kurang dari 100, maka sampel yang diambil merupakan keseluruhan jumlah populasi tersebut; apabila populasi penelitian memiliki jumlah lebih dari seratus, maka sampel yang diambil antara 10%-15% atau 20%-25%. Selanjutnya,

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

Alwi (2015) mengemukakan bahwa jumlah sampel yang sedikit dapat mempresentasikan keseluruhan subjek yang ada pada populasi dapat menjadi sampel yang tepat.

Menurut Gay & Diehl (1992) ukuran sampel yang diambil dalam sebuah penelitian tergantung pada jenis penelitian, jika menggunakan jenis penelitian deskriptif besar sampel adalah 10% dari populasi; penelitian kausal komparatif 30 subjek per kelompok; penelitian eksperimental 15 subjek per kelompok; sedangkan untuk penelitian korelasional besar sampel minimum 30 subjek.

Berdasarkan pendapat tersebut sampel yang digunakan dalam penelitian ini dipaparkan sebagai berikut:

Tabel 3.2 Sampel Penelitian

Sekolah	Program	Jumlah Siswa
MAN Surabaya	SKS	27
	Reguler	36
MAN Bangkalan	SKS	20
	Reguler	22
	Total	**105**

Berdasarkan tabel tersebut, diketahui bahwa jumlah siswa program SKS di MAN Surabaya berjumlah 27 siswa dalam satu kelas (pada tahun ajaran 2019) dan siswa program SKS di MAN Bangkalan berjumlah 20 siswa dalam satu kelas (pada tahun ajaran 2019) maka peneliti menggunakan seluruh populasi dalam siswa

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

Program SKS di kedua sekolah sebagai sampel penelitian. Sedangkan, untuk siswa Program Reguler di MAN Surabaya dan MAN Bangkalan peneliti mengambil 10% subjek dari populasi di setiap sekolah, namun saat pelaksanaan penelitian peneliti mengalami masalah teknis yakni hanya diberikan izin untuk meneliti 1 kelas reguler saja dari kedua sekolah, maka sampel penelitian di MAN Surabaya Program Reguler berjumlah 36 siswa kelas XII dalam 1 kelas dari 10 kelas yang ada. Kemudian sampel penelitian di MAN Bangkalan Program Reguler berjumlah 22 siswa kelas XII dalam 1 kelas dari 12 kelas yang ada. Sehingga seluruh sampel berjumlah 105 siswa dalam penelitian ini dengan 1 kelas SKS : 1 kelas Reguler.

Peneliti mengelompokkan subjek berdasarkan jenis kelamin menjadi dua, yakni siswa laki-laki dan perempuan. Adapun gambaran penyebaran subjek dapat dilihat dari tabel berikut ini:

Tabel 3.3 Subjek Berdasarkan Jenis Kelamin

Jenis Kelamin	Jumlah	Persentase
Laki-laki	33	31.4%
Perempuan	72	68.5%
Total	105	100.0%

Berdasarkan tabel 3.3 dapat diketahui bahwa jumlah siswa program SKS dan program reguler di sekolah MAN Surabaya dan MAN Bangkalan sebanyak 105 siswa dengan persentase 31.4% siswa berjenis kelamin laki-laki, dan 68.5% siswa

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

berjenis kelamin perempuan. Hasil tersebut menunjukkan subjek siswa perempuan lebih banyak dari subjek siswa laki-laki.

3. Teknik Sampling

Teknik sampling yang digunakan dalam penelitian ini yakni *total sampling* dan *simple random sampling*. *Total sampling* digunakan jika anggota populasi yang digunakan kurang dari 100 (Arikunto, 2008), teknik ini digunakan untuk siswa Program SKS. Sedangkan *simple random sampling* yakni pengambilan sampel secara acak tanpa memperhatikan strata yang ada dalam populasi (Sugiyono, 2011) teknik ini digunakan untuk siswa Program Reguler.

E. Instrumen Penelitian

Instrumen yang digunakan dalam penelitian ini untuk mengukur pengaruh iklim kelas dan *school well-being* terhadap stres akademik pada siswa Madrasah Aliyah Negeri program SKS dan program reguler menggunakan skala dengan jenis likert.

Skala likert merupakan skala psikometrik yang menjabarkan indikator variabel. Kemudian variabel tersebut dijadikan sebagai titik tolah untuk menyusun item-item instrumen yang dapat berupa pernyataan atau pertanyaan (Sugiyono, 2011). Data yang diperoleh dalam skala ini berjenis interval, karena pilihan jawaban yang disajikan merupakan data yang memiliki urutan atau tingkatan yang masing-masing tingkatan memiliki jarak yang berbeda.

1. Instrumen penelitian variabel iklim kelas (X1)

a. Alat ukur

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

Instrumen yang digunakan untuk mengukur variabel iklim kelas memodifikasi dari *classroom climate scale* (CCS) dari López, *et.al*. dengan jumlah 16 aitem yang memiliki 4 subskala yaitu (1) Hubungan teman sebaya (*peer relationship*); (2) interaksi guru dan siswa (*teacher-student interaction*); (3) orientasi guru terhadap pembelajaran (*teachers' orientation toward learning*); (4) lingkungan fisik (*physical environment*).

Setiap pernyataan memiliki lima alaternatif jawaban dengan skor 1 untuk respon jawaban Sangat Tidak Sesuai (STS); skor 2 untuk respon jawaban Tidak Sesuai (TS); skor 3 untuk respon jawaban Antara Sesusai dan Tidak Sesuai (ATS); skor jawaban 4 untuk respon jawaban Sesuai (S); dan skor 5 untuk respon jawaban Sangat Sesuai (SS). Sedangkan untuk aitem unfavorable skor respon jawaban bernilai sebaliknya yakni skor 5 untuk respon jawaban Sangat Tidak Sesuai (STS); skor 4 untuk respon jawaban Tidak Sesuai (TS); skor 3 untuk respon jawaban Antara Sesuai dan Tidak Sesuai (ATS); skor 2 untuk respon jawaban Sesuai (S); dan skor 1 untuk respon jawaban Sangat Sesuai (SS). Adapun pernyataan dapat dilihat pada tabel sebagai berikut:

Tabel 3.4 *Blueprint* skala iklim kelas

No.	Aspek	Aitem		Total
		F	UF	
1.	hubungan teman sebaya (*peer relationship*)	3,8	15	**3**
2.	interaksi guru dan siswa	5,7	11,12	**4**

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

	(*teacher-student interaction*)			
3.	orientasi guru terhadap pem belajaran (*teachers' orientat ion toward learning*)	2,4,9	10,14,16	**6**
4.	lingkungan fisik (*physical environment*)	1,6	13	**3**
	Total			**16**

b. Validitas skala iklim kelas

Menurut Azwar (2016) validitas merupakan indeks ketepatan untuk menunjukkan indeks keakuratan untuk menunjukkan akurasi alat ukur yang digunakan dalam instrumen penelitian. Suatu instrumen atau alat tes dapat memiliki validitas tinggi, apabila alat tersebut menjalankan fungsi ukurnya atau memberikan hasil ukur yang sesuai dengan tujuan pengukuran tersebut. Sedangkan pengukuran yang hasilnya tidak relevan dengan tujuan pengukuran variabel tersebut, maka instrumen tersbut memiliki validitas yang rendah (Azwar, 2016)

Uji validitas digunakan untuk mengukur kelayakan item-item yang berisi pernyataan dalam mendefinisikan suatu variabel. Menurut Azwar (2016) item yang memiliki korelasi item-total yang searah dengan atau lebih besar daripada 0.30 dalam rencana untuk dijadikan skala, maka dapat dipilih item-item yang memiliki indeks daya deskriminasi tinggi. Sebaliknya apabila jumlah aitem yang lolos masih tidak mencukupi jumlah yang diinginkan, dapat dipertimbangkan untuk

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

menurunkan sedikit batas kriteria dengan tujuan terpenuhinya aspek dalam penelitian tersebut.

Instrumen *classroom climate scale* (CCS) menggunakan modifikasi dari skala penelitian yang dilakukan oleh Lopez et.al. (2018) pada penelitian ini, peneliti melakukan modifikasi hanya pada pernyataannya seperti Bahasa dan penambahan aitem yang disesuaikan dengan fenomena di lapangan, maka dalam penelitian ini dilakukan *peer review* yang dilakukan bersama dosen ahli, hal ini bertujuan untuk memberi masukan pada alat ukur yang akan dipakai dalam penelitian. Adapun hasil uji validitas aitem skala iklim kelas dalam penelitian ini dapat dilihat dalam tabel berikut:

Tabel 3.5 Hasil Uji Validitas Skala Iklim Kelas

No.	No. koreksi aitem	Keterangan
1.	0.374	Valid
2.	0.266	Valid
3.	0.330	Valid
4.	0.596	Valid
5.	0.259	Valid
6.	0.302	Valid
7.	0.494	Valid
8.	0.251	Valid
9.	0.369	Valid
10.	0.253	Valid

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

11.	0.472	Valid
12.	0.535	Valid
13.	0.251	Valid
14.	0.269	Valid
15.	0.262	Valid
16.	0.432	Valid

Hasil uji validitas skala iklim kelas pada tabel 3.5 menunjukkan bahwa seluruh aitem dalam skala tersebut valid, sehingga aitem-aitem yang valid dapat dijadikan alat ukur untuk penelitian ini dan diuji reliabilitasnya untuk mengetahui tingkat konsistensi skala tersebut.

c. Reliabilitas skala iklim kelas

Menurut Azwar (2016) reliabilitas merupakan konsistensi, kemantapan, keajegan, dan keabsahan alat ukur yang dapat diketahui melalui uji reliabilitas. Menurut Arikunto (2008) metode yang dapat digunakan untuk menguji reliabilitas yakni dengan metode *Cronbach Alpha*, dimana skala dalam penelitian dapat dikatakan reliabel jika nilai *Cronbach Alpha* lebih besar dari 0.60. Berdasarkan hasil *Cronbach Alpha* skala iklim kelas menggunakan program SPSS *for windows* 16.0 dapat dilihat pada tabel berikut:

Tabel 3.6 Hasil Uji Reliabilitas Skala Iklim Kelas

Reliability Statistics	
Cronbach's Alpha	**N of Items**

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

.746	16

Berdasarkan tabel 3.6 dapat diketahui bahwa hasil *Cronbach Alpha* skala iklim kelas sebesar 0.746. Hal ini menunjukkan bahwa skala iklim kelas dalam penelitian ini dapat dikatakan reliabel.

2. Instrumen penelitian variabel *school well being* (X2)

a. Alat ukur

Instrumen yang digunakan untuk mengukur variabel *school well being* memodifikasi dari *School Well Being Scale* dari Konu & Rimpela (2002) dengan jumlah 28 aitem yang memiliki 4 subskala yaitu (1) Kondisi Sekolah (*having*); (2) Hubungan Sosial (*loving*); (3) Pemenuhan Diri (*being*); (4) Status Kesehatan (*health*).

Setiap pernyataan memiliki lima alaternatif jawaban dengan skor 1 untuk respon jawaban Sangat Tidak Sesuai (STS); skor 2 untuk respon jawaban Tidak Sesuai (TS); skor 3 untuk respon jawaban Antara Sesuai dan Tidak Sesuai (ATS); skor jawaban 4 untuk respon jawaban Sesuai (S); dan skor 5 untuk respon jawaban Sangat Sesuai (SS) untuk aitem favorable. Sedangkan untuk aitem unfavorable skor respon jawaban bernilai sebaliknya yakni skor 5 untuk respon jawaban Sangat Tidak Sesuai (STS); skor 4 untuk respon jawaban Tidak Sesuai (TS); skor 3 untuk respon jawaban Antara Sesuai dan Tidak Sesuai (ATS); skor 2 untuk respon jawaban Sesuai (S); dan skor 1 untuk respon jawaban Sangat Sesuai (SS). Adapun pernyataan dapat dilihat dalam tabel sebagai berikut:

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

Tabel 3.7 *Blueprint* Skala *School Well-Being*

No.	Aspek	Aitem F	Aitem UF	Total
1.	kondisi sekolah (*having*)	9,7	18,21,25	**5**
2.	hubungan sosial (*loving*)	1,2,5,6	12,16,23,27	**8**
3.	pemenuhan diri (*being*)	3,4,15,17	10,22,24,28	**8**
4.	status kesehatan (*health*)	8,11,13,14	19,20,26	**7**
	Total			**28**

b. Validitas Skala *School Well-Being*

Menurut Azwar (2016) validitas merupakan indeks ketepatan untuk menunjukkan indeks keakuratan untuk menunjukkan akurasi alat ukur yang digunakan dalam instrumen penelitian. Suatu instrumen atau alat tes dapat memiliki validitas tinggi, apabila alat tersebut menjalankan fungsi ukurnya atau memberikan hasil ukur yang sesuai dengan tujuan pengukuran tersebut. Sedangkan pengukuran yang hasilnya tidak relevan dengan tujuan pengukuran variabel tersebut, maka instrumen tersbut memiliki validitas yang rendah (Azwar, 2016).

Instrumen *School Well-Being Scale* menggunakan modifikasi dari skala penelitian yang dilakukan oleh (Konu & Rimpela, 2002). Pada penelitian ini, peneliti melakukan modifikasi pada pernyataannya seperti bahasa dan pembuatan aitem yang disesuaikan dengan fenomena di lapangan, maka dalam penelitian ini dilakukan *peer review* yang dilakukan bersama dosen ahli, hal ini bertujuan untuk memberi masukan pada alat ukur yang akan dipakai dalam penelitian. Adapun hasil

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

uji validitas aitem Skala *School well-being* dalam penelitian ini dapat dilihat dalam tabel berikut:

Tabel 3.8 Hasil Uji Validitas Skala *School Well-Being*

No.	No. koreksi aitem	Keterangan
1.	0.371	Valid
2.	0.250	Valid
3.	0.406	Valid
4.	0.442	Valid
5.	0.394	Valid
6.	0.281	Valid
7.	0.259	Valid
8.	0.264	Valid
9.	0.397	Valid
10.	0.478	Valid
11.	0.295	Valid
12.	0.363	Valid
13.	0.533	Valid
14.	0.280	Valid
15.	0.252	Valid
16.	0.270	Valid
17.	0.376	Valid
18.	0.398	Valid

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

19.	0.563	Valid
20.	0.283	Valid
21.	0.409	Valid
22.	0.538	Valid
23.	0.466	Valid
24.	0.474	Valid
25.	0.575	Valid
26.	0.350	Valid
27.	0.303	Valid
28.	0.506	Valid

Hasil uji validitas Skala *School well-being* pada tabel 3.8 menunjukkan bahwa seluruh aitem dalam skala tersebut valid, sehingga aitem-aitem yang valid dijadikan alat ukur untuk penelitian ini dan diuji reliabilitasnya untuk mengetahui tingkat konsistensi skala tersebut.

c. Reliabilitas Skala *School Well-Being*

Menurut Azwar (2016) reliabilitas merupakan konsistensi, kemantapan, keajegan, dan keabsahan alat ukur yang dapat diketahui melalui uji reliabilitas. Menurut Arikunto (2008) metode yang dapat digunakan untuk menguji reliabilitas yakni dengan metode *Cronbach Alpha*, dimana skala dalam penelitian dapat dikatakan reliabel jika nilai *Cronbach Alpha* lebih besar dari 0.60. Berdasarkan hasil *Cronbach Alpha* Skala *School well being* menggunakan program SPSS *for windows* 16.0 dapat dilihat pada tabel berikut:

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

Tabel 3.9 Hasil Uji Reliabilitas Skala *School Well-Being*

Reliability Statistics	
Cronbach's Alpha	**N of Items**
.840	28

Berdasarkan tabel 3.9 dapat diketahui bahwa hasil *Cronbach Alpha* Skala *school well-being* sebesar 0.840. Hal ini menunjukkan bahwa Skala *school well-being* dalam penelitian ini dikatakan reliabel.

3. Instrumen penelitian variabel stres akademik (Y)

a. Alat ukur

Instrumen yang digunakan untuk mengukur variabel stres akademik memodifikasi dari *Educational Stress Scale for Adolescents* (ESSA) dari Sun et.al (2011) dengan jumlah 20 aitem yang memiliki 5 subskala yaitu (1) tekanan belajar; (2) beban tugas; (3) kekhawatiran terhadap nilai akademik; (4) ekspektasi diri; dan (5) keputusasaan.

Setiap pernyataan memiliki lima alaternatif jawaban dengan skor 1 untuk respon jawaban Sangat Tidak Sesuai (STS); skor 2 untuk respon jawaban Tidak Sesuai (TS); skor 3 untuk respon jawaban Antara Sesuai dan Tidak Sesuai (ATS); skor jawaban 4 untuk respon jawaban Sesuai (S); dan skor 5 untuk respon jawaban Sangat Sesuai (SS) untuk aitem favorable. Sedangkan untuk aitem unfavorable skor respon jawaban bernilai sebaliknya yakni skor 5 untuk respon jawaban Sangat Tidak Sesuai (STS); skor 4 untuk respon jawaban Tidak Sesuai (TS); skor 3 untuk respon jawaban Antara Sesuai dan Tidak Sesuai (ATS); skor 2 untuk respon

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

jawaban Sesuai (S); dan skor 1 untuk respon jawaban Sangat Sesuai (SS). Adapun pernyataan *blueprint* dapat dilihat sebagai berikut:

Tabel 3.10 *Blueprint* Skala Stres Akademik

No.	Aspek	Aitem		Total
		F	UF	
1.	tekanan belajar	1,3,8,10	18,12,19	**7**
2.	beban tugas	6,9	15	**3**
3.	kekhawatiran terha dap nilai akademik	2,7,13	7	**4**
4.	ekspektasi diri	4,5	16	**2**
5.	keputusasaan	11,14,17	20	**4**
	Total			**20**

b. Validitas skala stres akademik

Menurut Azwar (2016) validitas merupakan indeks ketepatan untuk menunjukkan indeks keakuratan untuk menunjukkan akurasi alat ukur yang digunakan dalam instrumen penelitian. Suatu instrumen atau alat tes dapat memiliki validitas tinggi, apabila alat tersebut menjalankan fungsi ukurnya atau memberikan hasil ukur yang sesuai dengan tujuan pengukuran tersebut. Sedangkan pengukuran yang hasilnya tidak relevan dengan tujuan pengukuran variabel tersebut, maka instrumen tersbut memiliki validitas yang rendah (Azwar, 2016).

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

Instrumen *Educational Stress Scale for Adolescents* (ESSA) menggunakan modifikasi dari skala penelitian yang dilakukan oleh (Sun et.al., 2011). Pada penelitian ini, peneliti melakukan modifikasi hanya pada pernyataannya seperti Bahasa dan penambahan aitem yang disesuaikan dengan fenomena di lapangan, maka dalam penelitian ini dilakukan *peer review* yang dilakukan bersama dosen ahli, hal ini bertujuan untuk memberi masukan pada alat ukur yang akan dipakai dalam penelitian. Adapun hasil uji validitas aitem skala iklim kelas dalam penelitian ini dapat dilihat dalam tabel berikut:

Tabel 3.11 Hasil Uji Validitas Skala Stres Akademik

No.	No. koreksi aitem	Keterangan
1.	0.264	Valid
2.	0.410	Valid
3.	0.430	Valid
4.	0.365	Valid
5.	0.499	Valid
6.	0.416	Valid
7.	0.458	Valid
8.	0.252	Valid
9.	0.285	Valid
10.	0.324	Valid
11.	0.471	Valid
12.	0.352	Valid

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

13.	0.350	Valid
14.	0.394	Valid
15.	0.379	Valid
16.	0.474	Valid
17.	0.309	Valid
18.	0.404	Valid
19.	0.415	Valid
20.	0.355	Valid

Hasil uji validitas skala stres akademik pada tabel 3.11 menunjukkan bahwa seluruh aitem dalam skala tersebut valid, sehingga aitem-aitem yang valid dijadikan alat ukur untuk penelitian ini dan diuji reliabilitasnya untuk mengetahui tingkat konsistensi skala tersebut.

c. Reliabilitas skala stres akademik

Menurut Azwar (2016) reliabilitas merupakan konsistensi, kemantapan, keajegan, dan keabsahan alat ukur yang dapat diketahui melalui uji reliabilitas. Menurut Arikunto (2008) metode yang dapat digunakan untuk menguji reliabilitas yakni dengan metode *Cronbach Alpha*, dimana skala dalam penelitian dapat dikatakan reliabel jika nilai *Cronbach Alpha* lebih besar dari 0.60. Berdasarkan hasil *Cronbach Alpha* skala stres akademik menggunakan program SPSS *for windows* 16.0 dapat dilihat pada tabel berikut:

Tabel 3.12 Hasil Uji Reliabilitas Skala Stres Akademik

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

Reliability Statistics	
Cronbach's Alpha	**N of Items**
.812	20

Berdasarkan tabel 3.12 dapat diketahui bahwa hasil *Cronbach Alpha* skala stres akademik sebesar 0.812. Hal ini menunjukkan bahwa skala stres akademik dalam penelitian ini dikatakan reliabel.

F. Analisis Data

Analisis dalam penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh iklim kelas dan *school well being* terhadap stres akademik pada siswa MAN program SKS dan program reguler. Analisis data dalam penelitian ini menggunakan bantuan aplikasi SPSS *for windows* versi 16.0 dengan teknik menghitung korelasi dan komparatif menggunakan analisis regresi ganda dan uji t berpasangan. Teknik analisis regresi ganda digunakan untuk mengetahui pengaruh antar varaibel yakni iklim kelas, *school well being*, dan stres akademik, kemudian teknik uji t berpasangan untuk mengetahui tingkat kecenderungan setiap variabel pada subyek penelitian.

Beberapa hal yang harus dipenuhi dalam penggunaan teknik analisis regresi ganda dan uji t berpasangan adalah sebagai berikut:

1. Uji prasyarat

a. Uji Normalitas

Menurut (Azwar, 2016) uji normalitas bertujuan untuk mengetahui tingkat kenormalan distribusi dari skor variabel. Hal ini dapat dilihat dari taraf nilai signifikansi jika > 0.05 maka data terdistribusi normal, jika taraf signifikansi < 0.05 maka data terddistribusi tidak normal. Uji normalitas dalam penelitian ini

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

menggunakan bantuan SPSS *for windows* 16.0 dengan uji *Chi-Square*. Berikut hasil uji normalitas dalam penelitian ini:

Tabel 3.13 Uji Normalitas Variabel

Test Statistics				
Variabel	***Chi-Square***	***Asymp.Sig***	**Nilai Signifikansi**	**Keterangan**
Iklim Kelas	50.210[a]	0.180	0.05	Normal
School Well Being	38.305[a]	0.547	0.05	Normal
Stres Akademik	49.238[a]	0.150	0.05	Normal

Berdasarkan hasil uji normalitas diatas, diketahui bahwa diperoleh harga Chi-Square untuk variabel iklim kelas = 50.210 dengan nilai signifikansi sebesar 0.180 > 0.05; harga Chi-Square untuk variabel *school well being* = 38.305 dengan nilai signifikansi sebesar 0.547 > 0.05; dan harga Chi-Square untuk variabel stres akademik = 49.238 dengan nilai signifikansi sebesar 0.150 > 0.05. Maka dapat disimpulkan bahwa sebaran data untuk iklim kelas, *school well being*, dan stres akademik berdistribusi normal.

b. Uji Linearitas Hubungan

Uji linearitas digunakan untuk memilih model regresi yang akan digunakan, uji linearitas hubungan berfungsi untuk mengetahui ada tidaknya hubungan secara linear antara variabel dependen terhadap setiap variabel independen yang hendak diuji (Djazari, Rahmawati, & Nugroho, 2013). Jika suatu model tidak memenuhi

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

syarat linearitas maka model regresi linear tidak dapat digunakan. Terdapat kaidah untuk mengetahui variabel memiliki linearitas atau tidak yakni: (Widhiarso, 2010)

1) Jika hasil signifikan ($p < 0.05$) maka model linear cocok diterapkan pada hubungan model tersebut
2) Jika hasil signifikan ($p > 0.05$) maka model linear tidak cocok diterapkan pada hubungan model tersebut

Berikut hasil uji linearitas hubungan dalam penelitian ini:

Tabel 3.14 Uji Linearitas Hubungan

Variabel	*F*	*Sig.*	Keterangan
Iklim Kelas – Stres Akademik	6.718	0.012	Linear
School Well-Being – Stres Akademik	0.457	0.002	Linear

Berdasarkan tabel diatas menunjukkan bahwa kedua variabel prediktor yaitu iklim kelas dan *school well-being* memiliki hubungan yang linear dengan variabel stres akademik. Hal ini diketahui dari nilai signifikansi yang diperoleh, untuk nilai signifikansi iklim kelas (X1) terhadap stres akademik (Y) sebesar 0.012 ($p < 0.05$) dan untuk nilai signifikansi *school well-being* (X2) terhadap stres akademik (Y) sebesar 0.002 ($p < 0.05$). Dengan demikian dapat disimpulkan bahwa data penelitian ini linear karena iklim kelas dan *school well-being* terhadap stres akademik memiliki linearitas ($p < 0.05$).

c. Uji Multikolinearitas

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

Uji multikolinearitas bertujuan untuk mendeteksi apakah variabel independen pada model regresi saling berkorelasi. Jika terjadi korelasi, maka dinamakan terdapat masalah multikolinearitas dan model regresi yang baik seharusnya tidak terjadi korelasi antar variabel dependen (Singgih, 2000). Salah satu cara untuk mendeteki gejala multikolinearitas adalah dengan melihat nilai *tolerance value* atau *Variance Inflation Factor* (VIF) dengan kriteria keputusan sebagai berikut: (Ariawaty & Evita, 2018)

1) Apabila *tolerance value* > 0.1 dan *VIF* < 10, maka disimpulkan tidak terjadi gejala multikolinearitas antar variabel independen pada model regresi.
2) Apabila *tolerance value* < 0.1 dan *VIF* > 10, maka disimpulkan terjadi gejala multikolinearitas antar variabel independen pada model regresi.

Berikut hasul uji multikolinearitas dalam penelitian ini:

Tabel 3.15 Hasil Uji Multikolinearitas

Variabel	***Collinearity Statistics***		
	Tolerance	***VIF***	**Keterangan**
Iklim kelas	0.710	1.049	Tidak Terjadi Multikolinearitas
School Well-Being	0.710	1.049	

Berdasarkan tabel diatas menunjukkan kedua variabel prediktor yakni iklim kelas dan *school well-being* tidak terjadi multikolinearitas. Hal ini diketahui dari nilai *tolerance value* dan *Variance Inflation Factor* (VIF) kedua variabel tersebut.

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

Dari hasil output VIF hitung kedua variabel = 1,049 < VIF = 5 dan semua *tolerance pembahasan*variabel bebas 0.710 = 71% atau diatas 5%. Dengan demikian dapat disimpulkan bahwa antar variabel bebas tidak terjadi multikolinearitas.

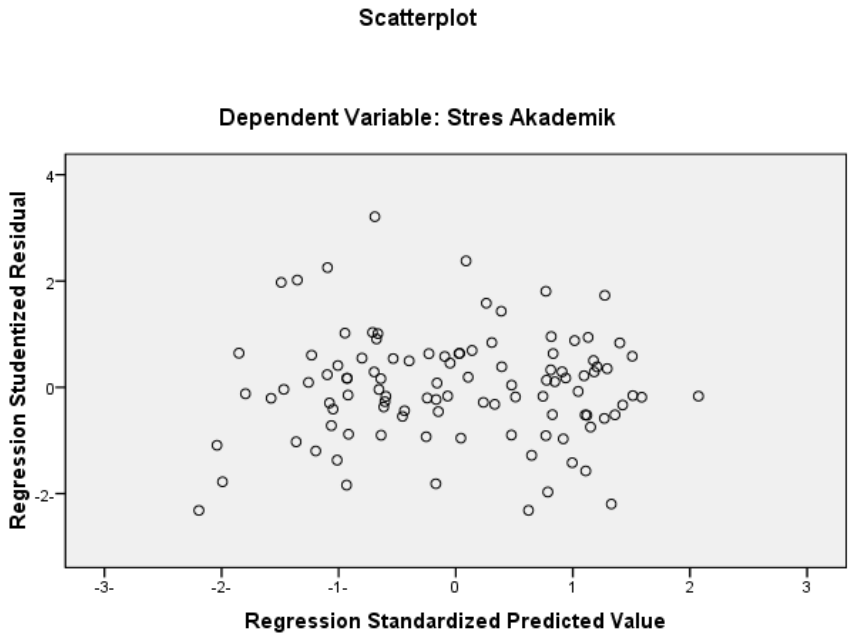
d. Uji Heteroskidastisitas

Uji heteroskidastisitas bertujuan untuk mengetahui apakah dalam model regresi terjadi ketidaksamaan *variance* dari residual satu pengamatan ke pengamatan lain. Model regresi yang baik harus memiliki *variance* yang sama (homokidastisitas). Untuk menguji terjadi atau tidaknya gejala keteroskidastisitas dapat menggunakan grafik plot antara nilai prediksi variabel terikat (ZPRED) dengan residualnya (SRESID) dengan dasar keputusan sebagai berikut: (Ariawaty & Evita, 2018)

1) Jika pada grafik *scatterplot* terlihat titik-titik yang membentuk pola tertentu, yang teratur (misal bergelombang, melebar kemudian menyempit), maka dapat disimpulkan telah terjadi masalah heteroskidastisitas.
2) Jika pada grafik *scatterplot*, titik-titik menyebar di atas dan di bawah angka nol pada sumbu Y serta tidak membentuk pola tertentu yang teratur (misal bergelombang, melebar kemudian menyempit), maka dapat disimpulkan tidak terjadi masalah heteroskidastisitas (*variance* sama / Homokidastisitas).

Berikut hasil uji heteroskidastisitas dalam penelitian ini:

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id



Gambar 3.16 Grafik *Scatterplot*

Berdasarkan gambar diatas menunjukkan hasil uji heteroskidastisitas, terlihat bahwa garafik *scatterplot*, titik-titik menyebar diatas dan di bawah angka nol pada sumbu Y serta tidak membentuk pola tertentu yang teratur (misal bergelombang, melebar kemudian menyempit). Maka dapat disimpulkan data dalam penelitian ini tidak terjadi heteroskidastisitas.

2. Uji Hipotesis

Hipotesis dalam penelitian ini digunakan untuk mengetahui korelasi (pengaruh) iklim kelas dan *school well-being* dengan stres akademik serta untuk mengetahui komparasi (perbedaan) tingkat kecenderungan variabel antara siswa Program SKS dan Program Reguler. Metode analisis dalam penelitian ini yakni

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

menggunakan uji regresi linear ganda dan uji t dengan menggunakan taraf signifikansi 5% atau 0.05.

a. Uji Regresi Linear Ganda

Analisis uji regresi linear ganda digunakan untuk mengestimasi besarnya koefisien-koefisien yang dihasilkan oleh persamaan yang bersifat linear, yang melibatkan dua atau lebih variabel bebas (*independent variable*), untuk digunakan sebagai alat prediksi besar nilai variabel tergantung (*dependent*) (Muhid, 2019). Oleh karena itu analisis regresi linear ganda dapat menghitung besarnya pengaruh dua atau lebih variabel bebas (*independent variable*), atau memprediksi variabel tergantung (*dependent variable*) dengan menggunakan dua atau lebih variabel bebas (*independent variable*).

b. Uji Homogenitas Varian

Uji homogenitas bertujuan untuk mencari tahu apakah dari beberapa kelompok data penelitian memiliki varians yang searah atau tidak. Dengan kata lain, homogenitas berarti bahwa himpunan data yang kita memiliki karakteristik yang searah (Nuryadi dkk., 2017). Dalam penelitian ini untuk mengetahui perbandingan tingkat kecenderungan iklim kelas, *school well-being*, dan stres akademik pada siswa MAN Program SKS dan Program Reguler peneliti menggunakan uji-t untuk sampel saling bebas (*independent sampel t-test*) dengan taraf signifikansi 5% atau 0.05. Perhitungan statistik dikakukan untuk masing-masing variabel dan selisih antara keduanya, yaitu:

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

1) Untuk tiap variabel akan dihitung rata-rata, ukuran sampel, standar deviasi, dan *standard error* rata-rata.
2) Untuk selisih rata-rata dua variabel akan dihitung rata-rata. Standar error, dan selang kepercayaan

Terdapat kaidah antara terdapat perbedaan atau tidak hipotesis dalam penelitian ini yakni:

1) Jika t hitung > t tabel, maka Ho ditolak
2) Jika t hitung < t tabel, maka Ho diterima

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

BAB IV
HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

A. Hasil Penelitian

1. Persiapan dan Pelaksanaan Penelitian

a. Persiapan Awal

Penelitian ini diawali dengan mengumpulkan referensi melalui artikel-artikel dan penelitian-penelitian terdahulu yang telah dilakukan. Dalam menentukan tema penelitian ini, peneliti mengkhususkan kajian pada referensi bertemakan psikologi pendidikan dan psikologi perkembangan siswa. Hal ini berangkat dari keingintahuan peneliti mengenai kondisi psikis siswa khususnya yang berada di kelas XII Program SKS Madrasah Aliyah Negeri (MAN). Fenomena di sekolah yang menyatakan bahwa siswa yang memiliki jam belajar di sekolah yang lama dan beban kerja yang melebihi kapasitas kemampuan belajar cenderung mudah mengalami gejala stres. Realita yang sudah terbukti bahwa fase masa remaja merupakan masa badai emosi, hal ini terjadi akibat adanya berbagai tuntutan dan tanggung jawab yang tinggi terhadap siswa sehingga perubahan dan penurunan secara emosi dan sosial merupakan alasan dasar yang melatarbelakangi peneliti memilih variabel stres akademik sebagai fokus dalam penelitian ini, sehingga peneliti mengkorelasikan variabel tersebut dengan variabel iklim kelas dan *school well-being* sebagai variabel yang menjadi faktor dari timbulnya kondisi stres akademik pada siswa.

Selanjutnya, peneliti menentukan subjek dalam penelitian ini dengan mencari lokasi yang mendukung penelitian ini, sehingga peneliti memutuskan MAN

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

Surabaya dan MAN Bangkalan menjadi lokasi penelitian dengan pertimbangan bahwa peneliti menilai siswa yang berada di MAN khususnya kelas Program SKS cenderung lebih mudah mengalami stres dibanding dengan kelas program reguler karena beban tugas yang banyak dan jam belajar tambahan di luar jam belajar efektif daripada siswa program reguler. Selain itu, subjek dipilih berdasarkan pertimbangan kesesuaian teori dengan realita yang sudah peneliti dalami melalui pendistribusian uji terpakai kuisioner stres akademik dengan beberapa siswa SKS di MAN Surabaya pada 25 September 2019 dan MAN Bangkalan pada 16 Oktober 2019.

Selanjutnya, peneliti menentukan jumlah subjek berdasarkan data dari sekolah yang peneliti peroleh dari MAN Surabays dan MAN Bangkalan. diketahui dari data tersebut, siswa Program SKS di MAN Surabaya berjumlah 27 siswa dalam satu kelas (pada tahun ajaran 2019) dan siswa Program SKS di MAN Bangkalan berjumlah 20 siswa dalam satu kelas (pada tahun ajaran 2019). Sehingga, peneliti mengambil jumlah keseluruhan siswa sebagai subjek penelitian, berdasarkan pendapat (Arikunto, 2008) apabila populasi penelitian memiliki jumlah yang kurang dari 100, maka sampel yang diambil merupakan keseluruhan jumlah populasi tersebut. Sedangkan, untuk siswa Program Reguler di MAN Surabaya dan MAN Bangkalan peneliti memilih sampel sebanyak 10% dari populasi siswa, namun saat pelaksanaan penelitian peneliti mengalami masalah teknis sehingga peneliti hanya diberi izin untuk meneliti satu kelas reguler yang ditentukan oleh pihak sekolah maka jumlah subjek siswa Program Reguler sebanyak 36 siswa di

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

MAN Surabaya dan 22 siswa di MAN Bangkalan sehingga total subjek penelitian berjumlah 105 siswa yang terdiri dari siswa Program SKS dan Program Reguler.

b. Penyusunan Instrumen Penelitian

Tahap selanjutnya yakni mempersiapkan alat pengumpul data. Untuk mengumpulkan data penelitian ini, peneliti menggunakan instrumen berupa skala yang dimodifikasi dari penelitian yang telah dilakukan. Instrumen tersebut peneliti terjemahkan ke Bahasa Indonesia dan menyusun beberapa aitem tambahan, selanjutnya dikoreksi dengan bantuan *expert judgement* oleh dosen psikologi UIN Sunan Ampel Surabaya. Setelah skala direvisi dan dinyatakan lolos oleh *expert judgement*, instrumen dapat digunakan ke subjek penelitian.

c. Pelaksanaan Penelitian

Proses pengumpulan data dilakukan setelah mendapatkan konfirmasi persetujuan dari pihak kepala sekolah MAN Surabaya dan MAN Bangkalan. Peneliti memulai pengambilan data pada tanggal 27 Februari 2020 sampai 23 Maret 2020. Pengumpulan data dilakukan dengan menyebarkan instrumen kepada setiap subjek dan memberikan instruksi menjawab skala yang telah di terima oleh subjek.

2. Deskripsi Hasil Penelitian

a. Deskripsi Subjek

Subjek dalam penelitian ini berjumlah 105 siswa yang berada di MAN Surabaya dan MAN Bangkalan terdiri dari siswa Program SKS dan siswa Program Reguler. Selanjutnya gambaran subjek dijabarkan berdasarkan kelompok demografi sebagai berikut:

1) Deskripsi Subjek Berdasarkan Usia

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

Peneliti memfokuskan subjek penelitian adalah siswa remaja, dengan ketentuan usia 12-19 tahun. Berdasarkan kajian teori yang sudah ditentukan, peneliti membagi siswa menjadi 2 kelompok, yakni usia 12-17 tahun (remaja awal); dan 17-19 tahun (remaja akhir). Adapun gambaran penyebaran subjek dapat dilihat pada tabel berikut ini:

Tabel 4.1 Deskripsi Subjek Berdasarkan Usia

Usia	Jumlah	Persentase
12-17 tahun	69	65.8%
17-19 tahun	36	34.2%
Total	105	100.0%

Berdasarkan tabel 4.1. diketahui bahwa subjek dengan rentang usia 12-17 tahun (remaja awal) adalah 65.8% yang berjumlah 69 siswa; sedangkan subjek dengan rentang usia 17-19 tahun (remaja akhir) adalah 34.2% yang berjumlah 36 siswa. Sehingga dapat disimpulkan bahwa rentang usia siswa tertinggi berada di kelompok umur remaja awal dengan jumlah 69 siswa dan persentase sebesar 65.8%.

2) Deskripsi Subjek Berdasarkan Program

Berdasarkan program yang diambil oleh siswa, subjek dikelompokkan menjadi 2 kelompok, yaitu siswa Program SKS dan siswa Program Reguler. Adapun gambaran penyebaran subjek dapat dilihat pada tabel berikut ini:

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

Tabel 4.2 Deskripsi Subjek Berdasarkan Program

Program	Jumlah	Persentase
Program SKS	47	44.8%
Program Reguler	58	55.2%
Total	105	100.0%

Berdasarkan tabel 4.2 diketahui bahwa pengelompokan subjek berdasarkan program yakni siswa Program SKS berjumlah 47 siswa dengan persentase 44.8% dan siswa Program Reguler berjumlah 58 siswa dengan persentase 55.2% sehingga dapat disimpulkan bahwa siswa Program Reguler lebih banyak dibandingkan dengan siswa Program SKS.

3) Deskripsi Subjek Berdasarkan Sekolah

Berdasarkan sekolah tempat subjek berada dikelompokkan menjadi dua, yaitu MAN Surabaya dan MAN Bangkalan. Adapun gambaran penyebaran subjek dapat dilihat pada tebel berikut ini:

Tabel 4.3 Deskripsi Subjek Berdasarkan Sekolah

Sekolah	Jumlah	Persentase
MAN Surabaya	63	60%
MAN Bangkalan	42	40%
Total	105	100.0%

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

Berdasarkan tabel 4.3. diketahui bahwa subjek yang berada di MAN Surabaya sebanyak 63 siswa dengan persentase 60% sedangkan subjek yang berada di MAN Bangkalan berjumlah 42 siswa dengan persentase 40% sehungga dapat disimpulkan siswa di MAN Surabaya lebih banyak dibandingkan dengan siswa di MAN Bangkalan.

b. Deskripsi Data

Deskripsi data berfungsi untuk menjabarkan jumlah responden (N); nilai maksimum (Xmax); nilai minimum (Xmin); *range*, mean (M); dan standar deviasi (SD) serta uji statistic lainnya yang diperlukan (Azwar, 2016). Data yang diperoleh dari subjek di analisis menggunakan bantuan SPSS *for windows* versi 16.0, berikut deskripsi penjabaran data dalam penelitian ini:

Tabel 4.4 Deskripsi Data

No.	Variabel	N	Range	Xmin	Xmax	Mean	Std. Deviation
1.	Iklim Kelas	105	53	47	100	75.18	1.348
2.	*School Well Being*	105	50	87	137	1.10	1.064
3.	Stres Akademik	105	58	56	114	85.82	1.025

Berdasarkan tabel 4.4 diketahui bahwa jumlah subjek dalam penelitian ini berjumlah 105 siswa. Untuk skala iklim kelas memiliki nilai *range* sebesar 53, skor

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

minimum (Xmin) sebesar 47, skor maksimal (Xmax) sebesar 100, *mean* (M) sebesar 75.18 serta standar deviasi (SD) sebasar 1.348.

Untuk skala *school well being* memiliki nilai *range* sebesar 50, nilai minimum (Xmin) sebesar 87, nilai maksimal (Xmax) sebesar 137, *mean* (M) sebesar 1.102 serta standar deviasi (SD) sebesar 1.064. Sedangkan untuk skala stres akademik memiliki nilai *range* sebesar 58, nilai minimum (Xmin) sebesar 56, nilai maksimal (Xmax) sebesar 114, *mean* (M) sebesar 85.82 serta dengan standar deviasi (SD) sebesar 1.025.

1) Deskripsi data berdasarkan tingkat kecenderungan rata-rata tiap variabel

Menurut Muhid (2019) analisis data berdasarkan pengelompokan tingkat kecenderungan rata-rata tiap variabel menggunakan rumus sebagai berikut:

a) *Mean* hipotetik < *Mean* empirik, maka tingkat kecenderungan rata-rata variabel tergolong tinggi.
b) *Mean* hipotetik > *Mean* empirik, maka tingkat kecenderungan rata-rata variabel tergolong rendah.
c) Rumus *mean* hipotetik (Jumlah skor jawaban × jumlah aitem : 2)

Tabel 4.5 Hasil Mean Hipotetik

Variabel	Jumlah skor jawaban	Jumlah aitem	*Mean* hipotetik

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

Iklim Kelas	5	16	40
School Well Being	5	28	70
Stres Akademik	5	20	50

Berdasarkan hasil mean hipotetik pada tabel diatas menunjukkan bahwa iklim kelas memiliki mean hipotetik sebesar 40, *school well-being* memiliki mean hipotetik sebesar 70, dan stres akademik memiliki mean hipotetik sebesar 50. Selanjutnya, peneliti dapat menentukan kecenderungan pada variabel dalam penelitian ini dengan melihat mean empirik, adapun analisis mean empirik kecenderungan rata-rata tiap variabel dapat dilihat sebagai berikut:

Tabel 4.6 Deskripsi Statistik Tiap Variabel

Descriptive Statistics

Variabel	**Mean**	***Std.Deviation***	**N**	**Keterangan**
Iklim Kelas	75.18	13.5	105	Tinggi
School Well Being	1.10	10.7	105	Rendah
Stres Akademik	85.82	10.2	105	Tinggi

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

Berdasarkan tabel diatas menyatakan (1) pada variabel iklim kelas jumlah subjek 105; memiliki mean 74.18; dan standar deviasi sebesar 13.5, karena mean iklim kelas 74.8 > 40, maka artinya rata-rata iklim kelas pada siswa tergolong tinggi. (2) Pada variabel *school well being* jumlah subjek 105; memiliki mean 1.10; dan standar deviasi 10.7, karena mean *school well being* 1.10 < 70, maka artinya *school well being* pada siswa terolong rendah. Dan (3) pada variabel stres akademik jumlah subjek 105; memiliki mean 85.82; dan standar deviasi sebesar 10.2, karena mean stres akademik 85.82 > 50, maka artinya stres akademik pada siswa tergolong tinggi.

B. Pengujian Hipotesis

Penelitian ini menggunakan jenis penelitian kuantitatif korelasional dan komparatif, dengan tujuan untuk mengetahui pengaruh variabel iklim kelas dan *school well-being* terhadap stres akademik dan perbandingan tingkat iklim kelas, *school well-being*, dan stres akademik pada siswa MAN Program SKS dan Program Reguler di MAN Surabaya dan MAN Bangkalan. Teknik analisa dalam penelitian ini menggunakan teknik analisis korelasi regresi linear ganda dan teknik analisis uji-t (*independent sampel t-test*). Adapun hasil uji statistik pada penelitian ini dapat dilihat sebagai berikut:

Tabel 4.7 Uji Hipotesis (regresi linear ganda)

Correlations

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

Variabel	Nilai. Sig.	Harga Koefisien	Taraf Signifikansi	Keterangan
Iklim Kelas	0.003	0.265	0.05	Hipotesis Diterima
School Well Being	0.250	-0.067	0.05	Hipotesis Diterima
Stres Akademik		1.000		

Hasil analisis data yang dapat dilihat pada tabel diatas uji hipotesis yang memakai uji regresi linear ganda, menunjukkan bahwa iklim kelas dengan koefisien korelasi (r = 0.265) dengan signifikansi 0.003 < 0.05, maka hipotesis diterima artinya terdapat pengaruh antara iklim kelas terhadap stres akademik pada siswa MAN Program SKS dan Program Reguler. Hipotesis yang diajukan dalam penelitian ini adalah terdapat pengaruh antara iklim kelas terhadap stres akademik pada siswa MAN Program SKS dan Program Reguler.

Berdasarkan hasil koefisien korelasi tersebut juga dapat dipahami bahwa korelasinya bersifat positif (+) yakni (r = 0.265), hal ini menunjukkan adanya arah pengaruh yang positif, artinya semakin tinggi iklim kelas yang dirasakan siswa, maka semakin tinggi pula stres akademik pada siswa.

Selanjutnya, hasil analisis data pada tabel diatas juga menunjukkan bahwa *school well-being* dengan koefisien korelasi (r = -0.067) dengan signifikansi 0.250 > 0.05, maka hipotesis diterima artinya terdapat pengaruh antara *school well-being*

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

terhadap stres akademik pada siswa MAN Program SKS dan Porgram Reguler. Hipotesis yang diajukian dalam penelitian ini adalah terdapat pengaruh antara *school well-being* dengan stres akademik pada siswa MAN Program SKS dan Porgram Reguler.

Berdasarkan hasil koefisien korelasi tersebut juga dapat dipahami korelasinya bersifat negatif (-) yakni (r = -0.067), hal ini menunjukkan adanya arah pengaruh yang negatif, artinya semakin rendah *school well-being* yang dirasakan siswa, maka semakin tinggi stres akademik pada siswa.

Tabel 4.8 Pengaruh Variabel Prediktor terhadap Stres Akademik

Model Summary			
R	**R *Square***	***Adjusted* R *Square***	**Keterangan**
0.364[a]	0.132	0.115	Hipotesis Diterima

Berdasarkan data analisis diatas dapat dilihat bahwa diperoleh hasil R *Square* (koefisien determisnasi) sebesar 0.132, yang berarti 13.2% variabel stres akademik dipengaruhi/dijelaskan oleh variabel iklim kelas dan *school well being*, sisanya sebesar 86.6% dipengaruhi oleh variabel lain yang tidak diteliti dalam penelitian ini. Dengan demikian hipotesis diterima dengan hipotesis terdapat pengaruh iklim kelas dan *school well-being* terhadap stres akademik pada siswa MAN Program SKS dan Program Reguler.

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

Tabel 4.9 Uji Homogenitas (iklim kelas)

Variabel	Program	N	Mean	t	*Sig.* *(2-tailed)*	Keterangan
Iklim kelas	SKS	47	73.5957	-1.085	0.280	Hipotesis Ditolak
	Reguler	58	76.4655			

*T-tabel = 2.000

Berdasarkan hasil pada tabel diatas data siswa Program SKS = 47 dan siswa Program Reguler = 58 dengan total sebanyak 105 siswa, maka dapat diperoleh hasil t hitung sebesar -1.085 < 2.000 dengan signifikansi sebesar 0.280, karena menggunakan taraf signifikansi > 0.05, maka artinya bahwa tidak ada perbedaan iklim kelas antara siswa MAN Program SKS dan Program Reguler. Nilai rata-rata iklim kelas antara siswa Program SKS sebesar 73.5957 dan siswa Program Reguler sebesar 76.4655, dapat disimpulkan bahwa iklim kelas siswa Program Reguler lebih tinggi dibandingkan dengan siswa Program SKS. Dengan demikian, hipotesis ditolak dengan tidak ada perbedaan iklim kelas pada siswa MAN Program SKS dan Program Reguler dengan hipotesis penelitian terdapat perbedaan iklim kelas pada siswa MAN Program SKS dan Program Reguler.

Tabel 4.10 Uji Homogenitas (*school well-being*)

Variabel	Program	N	Mean	t	*Sig.* *(2-tailed)*	Keterangan

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

	SKS	47	1.0862E2			Hipotesis
School Well	————			-1.394	0.166	Ditolak
Being	Reguler	58	1.1152E2			

*T-tabel = 2.000

Berdasarkan hasil pada tabel diatas data siswa Program SKS = 47 dan siswa Program Reguler = 58 dengan total sebanyak 105 siswa, maka dapat diperoleh hasil t hitung sebesar -1.394 < 2.000 dengan signifikansi sebesar 0.166, karena menggunakan taraf signifikansi > 0.05, maka artinya bahwa tidak ada perbedaan *school well-being* antara siswa MAN Program SKS dan Program Reguler. Nilai rata-rata *school well-being* antara siswa Program SKS sebesar 1.0862E2 dan siswa Program Reguler sebesar 1.1152E2, dapat disimpulkan kecenderungan *school well-being* siswa Program Reguler lebih tinggi dibandingkan dengan siswa Program SKS. Dengan demikian, hipotesis ditolak dengan tidak ada perbedaan *school well-being* pada siswa MAN Program SKS dan Program Reguler dengan hipotesis penelitian terdapat perbedaan *school well-being* pada siswa MAN Program SKS dan Program Reguler.

Tabel 4.11 Uji Homogenitas (stres akademik)

Variabel	**Program**	**N**	**Mean**	**t**	***Sig.* *(2-tailed)***	**Keterangan**
	SKS	47	85.4255			Hipotesis
Stres	————			-0.361	0.719	Ditolak

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

Akademik	Reguler	58	86.1552

*T-tabel = 2.000

Berdasarkan hasil pada tabel diatas data siswa Program SKS = 47 dan siswa Program Reguler = 58 dengan total sebanyak 105 siswa, maka dapat diperoleh hasil t hitung sebesar -0.361 < 2.000 dengan signifikansi sebesar 0.719, karena menggunakan taraf signifikansi > 0.05, maka artinya bahwa tidak ada perbedaan stres akademik antara siswa MAN Program SKS dan Program Reguler. Nilai rata-rata stres akademik antara siswa Program SKS sebesar 85.4255 dan siswa Program Reguler sebesar 86.1552, dapat disimpulkan bahwa stres akademik siswa Program Reguler lebih tinggi dibandingkan dengan siswa Program SKS. Dengan demikian, hipotesis ditolak dengan tidak ada perbedaan stres akademik pada siswa MAN Program SKS dan Program Reguler dengan hipotesis penelitian terdapat perbedaan stres akademik pada siswa MAN Program SKS dan Program Reguler.

C. Pembahasan

Berdasarkan hasil pengujian statistik menunjukkan bahwa penelitin ini membuktikan bahwa iklim kelas dan *school well-being* merupakan variabel prediktor yang signifikan terhadap stres akademik. Penelitian ini bahwa secara simultan ada pengaruh positif dan negatif yang signifikan antara kedua varaibel yakni iklim kelas dan *school well-being* terhadap stres akademik. Secara parsial, hasil penelitian ini menunjukkan bahwa ada pengaruh positif yang signifikan antara iklim kelas terhadap stres akademik. Artinya semakin positif penilaian siswa

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

terhadap iklim kelas, maka semakin tinggi kecenderungan stres akademik siswa, sebaliknya semakin negatif penilaian siswa terhadap iklim kelas maka semakin rendah stres akademiknya. Penelitian ini juga membuktikan bahwa *school well-being* memiliki engaruh negatif terhadap stres akademik, artinya semakin rendah *school well-being* siswa maka semakin rendah stres akademiknya.

Temuan penelitian ini mendukung penelitian-penelitian sebelumnya seperti Muchsini & Siswandari (2020) yang menyatakan bahwa budaya di kelas yang tidak kondusif dapat mempengaruhi stres akademik. Penelitian yang dilakukan oleh Friedman et.al. (2014) bahwa terdapat pengaruh kualitas iklim kelas terhadap tingkat stres dan masalah perilaku anak di kelas. Tingkat stres siswa tersebut menununjukkan bahwa kualitas kelas yang meliputi karakter guru dan hubungan antara guru dan siswa berpengaruh terhadap kenyamanan siswa belajar di sekolah (Galini & Efthymia, 2009). Hamre & Pianta (2005) Menyatakan bahwa lingkungan kelas yang kondusif dan mendukung dapat membantu siswa dalam mencapai prestasi akademik, sedangkan lingkungan kelas yang negatif berdampak pada munculnya stres dan mempengaruhi siswa dalam motivasi berprestasi di sekolah. Pendapat tersebut ditambahkan oleh Oberle & Schonert-Reichl (2016) menyatakan bahwa lingkungan sekolah yang kondusif sebagai sumber belajar yang memadai dan guru yang memiliki soft skill yang baik berpengaruh terhadap perkembangan dan penyesuaian perilaku siswa di sekolah. Oleh karena itu stres akademik merupakan prediktor permasalahan yang dialami siswa di sekolah (Pozos-Radillo et.al., 2014). Begitu juga iklim kelas dapat mempengaruhi performansi dan kualitas belajar siswa (Rania et.al., 2014).

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

Menurut Sakic & Saric (2011) menyatakan bahwa kualitas ruang kelas dan suasana lingkungan sekolah yang meliputi karakter guru, siswa, dan warga sekolah berpengaruh terhadap kenyamanan siswa belajar di sekolah. Menurut Reyes et.al. (2012) ada hubungan positif antara iklim emosianal kelas, keterlibatan aktif siswa dengan prestasi akademik. Suasana kelas sangat tergantung dari peran guru dalam mengelola kelas, jika guru mengalami stres akan berpengaruh terhadap iklim kelas. Suasana hubungan guru dan siswa yang harmonis dalam pembelajaran di kelas, dan iklim kelas yang kondusif turut berpengaruh terhadap perkembangan akademik siswa (Lopez, et al., 2018).

Menurut Desmita (2014) stres akademik merupakan respon peserta didik terhadap tuntutan sekolah yang menekan sehingga menimbulkan rasa tidak nyaman, ketegangan dan perubahan tingkah laku. Stres akademik terdiri dari 5 aspek yaitu tekanan belajar, beban tugas, kekhawatiran terhadap nilai akademik, ekspektasi diri, dan keputusasaan (Sun et.al., 2011).

Sudiana (2007) memaparkan bahwa terdapat 5 faktor yang dapat memicu terjadinya stres pada siswa, yaitu: a) Hubungan Guru dan Siswa, sifat guru yang dapat mempengaruhi stres pada siswanya adalah kasar, suka marah, kurang senyum, senang membentak, dan tidak adil sehingga hal tersebut mempengaruhi interaksi antara guru dan siswa dalam proses belajar mengajar di kelas (iklim kelas). b) Suasana atau kondisi di sekolah yang selalu diwarnai oleh kompetisi antar siswa, kondisi ini berperan dalam membangun perspektif negatif siswa yang berdampak pada *well-being* di sekolah. c) Kurikulum, bahan pelajaran yang berstandar tinggi, pemadatan materi, dan pelajaran tertentu yang sulit dapat menjadi sumber stres bagi

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

siswa. d) Tugas-tugas siswa yang banyak dan sulit juga dapat memicu terjadinya stres pada siswa. e) Ujian atau ulangan, pada situasi ujian para siswa merasa lupa akan apa yang telah mereka pelajari, ketegangan yang terjadi dapat dapat dijasikan alasan siswa menjadi cemas dan merasa gagal dalam melaksanakan ujian.

Menurut Rania et.al. (2014) bahwa iklim kelas dan *well-being* berpengaruh terhadap performansi akademik siswa. siswa yang merasa suasana di kelas yang menyenangkan berpengaruh terhadap kesejahteraan siswa. Suasana menyenangkan tersebut dipengaruhi oleh persepsi siswa terhadap kelas yang menunjukkan adanya hubungan positif dengan teman sebaya, interaksi yang terjalin harmonis antara guru dan siswa, guru yang berorientasi terhadap pembelajaran, dan lingkungan fisik kelas yang memadai. Rizki & Listiara (2015) mengatakan bahwa siswa yang mampu menyesuaikan diri di lingkungan sekolah berpelunag terhadap *school well-being*. Siswa yang merasa *school well-being* rendah cenderung mudah mengalami stres. Siswa yang merasa terbebani dengan tuntutan tugas cenderung tidak merasakan *school well-being* (Smith, 2019). Sebaliknya siswa yang merasa memiliki *well-being* yang tinggi cenderung memiliki keterlibatan aktif di bidang akademik (Tollefson et.al. 2018).

Penelitian oleh Edgar-Smith & Palmer (2015) menyatakan bahwa lingkungan sekolah yang kondusif dapat berpengaruh pada hubungan antara guru dan siswa untuk memfasilitasi perkembangan prestasi akademik, emosional, dan berbagai perilaku siswa dengan masalah di sekolah. Jika lingkungan sekolah yang tercipta mampu mengembangkan keterikatan antara sekolah dan siswa, maka siswa merasa memiliki dukungan sosial yang dapat menciptakan perilaku positif dan memiliki

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

lingkungan belajar yang nyaman. Selain itu, Kondisi sekolah yang tidak menyenangkan, menekan, dan membosankan berakibat pada pola pikir siswa yang berdampak negatif, seperti stres, bosan, terasingkan, kesepian dan depresi (Azmy, Nurihsan, & Yudha, 2017).

Lingkungan sekolah yang positif sangat dibutuhkan pada siswa MAN khususnya kelas XII Program SKS, karena siswa pada kelas akhir akan mengalami berbagai tekanan dan beban tugas terkait studi lanjutnya, dan siswa kelas XII dituntut untuk mampu mengembangkan dengan baik tujuan pendidikan maupun tanggung jawab yang tinggi terhadap proses belajarnya. Untuk mengurangi stres akademik pada siswa perlu adanya iklim kelas yang positif dan kesejahteraan di tempat mereka belajar.

Berdasarkan analisis data menggunakan uji t pada penelitian ini diketahui bahwa iklim siswa, *school well-being*, dan stres akademik pada siswa Program SKS memiliki frekuensi persen sebesar 44.8% sedangkan frekuansi persen pada siswa Program Reguler sebesar 55.2% dengan jumlah siswa Program SKS sebanyak 47 siswa sedangkan jumlah siswa Program Reguler sebanyak 58 siswa. Hasil statistik menunjukkan rata-rata penilaian iklim kelas, *school well-being*, dan stres akademik oleh kedua program memiliki nilai signifikansi ($p > 0.05$). Berdasarkan temuan tersebut, maka tidak terdapat perbedaan iklim kelas, *school well-being*, dan stres akademik antara siswa Program SKS dan Program Reguler. Dengan memperhatikan perbedaan rata-rata iklim kelas, *school well-being*, dan stres akademik dapat disimpulkan bahwa tingkat kecenderungan variabel siswa Program

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

SKS tidak lebih rendah daripada tingkat kecenderungan variabel siswa Program Reguler.

Hasil penelitian pada 105 siswa di dua Madrasah Aliyah Negeri (MAN) yang menyelenggarakan Program Sistem Kredit Semester ini menguatkan kembali temuan *preliminary research* sebelumnya yang menunjukkan bahwa siswa di kedua sekolah tersebut rata-rata mengalami stres akademik yang cenderung tinggi. Hal ini dibuktikan lagi dalam penelitian ini, yaitu berdasarkan data deskriptif diperoleh bahwa nilai *mean* empirik lebih besar dari *mean* hipotetik yaitu 85.822 > 50, dimana sebanyak 105 siswa mengalami stres akademik yang tergolong tinggi. Temuan penelitian ini menunjukkan bahwa kecenderungan stres akademik memang terjadi pada siswa di kedua sekolah tersebut. Sedangkan data deskriptif tentang iklim kelas, memiliki rata-rata penilaian terhadap iklim kelas cenderung tinggi (74.836 > 40). Begitu juga tentang data deskriptif tingkat *school well-being*, rata-rata siswa di kedua sekolah memiliki *school well-being* yang rendah, hal ini dibuktikan dengan (perbandingan *mean* empririk dengan *mean* hipotetik = 1.101 < 70).

Dengan adanya penelitian ini berimplikasi pada pentingya membangun suasana kelas yang kondusif dan peningkatan *school well-being* siswa terhadap sekolahnya, agar stres akademik siswa dapat menurun. Holen et.al (2013) menyatakan bahwa sekolah perlu upaya untuk menurunkan stres pada siswa, melalui program perbaikan integral sosial, iklim kelas, dan peningkatan *self-concept* sekolah pada siswa. Manajemen kelas yang kondusif mampu mereduksi timbulnya stres akademik siswa (Tollefson et.al., 2018). Begitu juga dengan mengurangi perilaku yang mengganggu proses pembelajaran, peningkatan kualitas

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

iklim kelas, dan dukungan perilaku positif dapat mengurangi stres akademik (Edgar-Smith & Palmer, 2015). Suasana kelas yang kondusif dan diikuti oleh penilaian siswa yang posiitif terhadap sekolah, berdampak pada pengembangkan potensi dalam diri siswa dalam mencapai prestasi akademiknya. Siswa yang merasa adanya *school well-being* cenderung tidak mudah stres, meski tuntutan akademik yang tinggi di sekolah. Adanya dukungan iklim kelas yang kondusif, maka siswa dapat merasa nyaman dan sejahtera di lingkungan akademiknya.

Penelitian ini juga ditemukan kekurangan yakni pengambilan sampel pada siswa Program Reguler tidak dapat diambil secara representatif untuk menggambarkan kecenderungan tingkat variabel penelitian antara siswa Program SKS dan Program Reguler karena pihak sekolah hanya memberikan izin hanya pada satu kelas reguler yang dipilih secara random.

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

BAB V

PENUTUP

A. Kesimpulan

Berdasarkan penjelasan pada Bab sebelumnya, maka penelitian ini dapat disimpulkan sebagai berikut:

1. Terdapat pengaruh antara iklim kelas terhadap stres akademik pada siswa Madrasah Aliyah Negeri Program SKS dan Program Reguler.
2. Terdapat pengaruh antara *school well-being* terhadap stres akademik pada siswa Madrasah Aliyah Negeri Program SKS dan Program Reguler.
3. Terdapat pengaruh antara iklim kelas dan *school well being* terhadap stres akademik pada siswa Madrasah Aliyah Negeri Program SKS dan Program Reguler.
4. Tidak terdapat perbedaan iklim kelas pada siswa Madrasah Aliyah Negeri Program SKS dan Program Reguler.
5. Tidak terdapat perbedaan *school well-being* pada siswa Madrasah Aliyah Negeri Program SKS dan Program Reguler.
6. Tidak terdapat perbedaan stres akademik pada siswa Madrasah Aliyah Negeri Program SKS dan Program Reguler.

B. Saran

Berdasarkan uraian pembahasan dari hasil penelitian, peneliti menyusun saran sebagai berikut:

1. Bagi guru

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

Bagi guru hendaknya senantiasa memanajemen kondisi lingkungan kelas dengan baik dan menciptakan suasana pembelajaran yang efektif dan menyenangkan bagi siswa di kelas agar siswa dapat merasa nyaman sehungga dapat meminimalisir munculnya stres pada diri peserta didik.

2. Bagi pihak sekolah

Saran dari peneliti untuk instansi sekolah yang telah bersedia menjadi obyek penelitian. Berikut upaya yang dapat dipertahankan oleh pihak sekolah yakni sebagai berikut:

a. Sekolah dapat terus mengembangkan dan menciptakan motivasi dan kreasi pada siswa dengan meningkatkan kualitas hubungan dengan siswa, dan lebih memperhatikan aspek kebutuhan dasar setiap siswa.
b. Hasil penelitian ini dapat menjadi masukan untuk preventif dan evaluasi dalam menghadapi siswa yang mengalami stres akademik.
c. Penelitian ini masih memerlukan pengembangan yang lebih baik lagi, sehingga hasil penelitian ini dapat dikembangkan guna mendapatkan gambaran yang lebih luas dan rinci mengenai kondisi dan penanganan yang lebih tepat untuk siswa.

3. Bagi peneliti selanjutnya

Adapun saran bagi peneliti selanjutnya yakni sebagai berikut:

a. Peneliti menyarankan agar memnajemen waktu dengan baik ketika melakukan penelitian kepada subyek yang berada di sekolah.
b. Penelitian selanjutnya diharapkan untuk dapat mengembangkan aitem yang lebih luas dan variatif.

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

c. Disarankan agar menggunakan uji try out agar memiliki peluang untuk melakukan revisi instrumen untuk butir aitem yang dinyatakan gugur.
d. Disarankan agar menambah variabel bebas, agar akurasi dari pengaruh terhadap variabel kontrol dapat terjamin.

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

DAFTAR PUSTAKA

Agista, I. (2011). *Penanganan Kasus Stres Dalam Menghadapi Aktivitas Kuliah Melalui Pendekatan Konseling Behavioristik Dengan Teknik Pengelolaan Diri Pada Mahasiswa Jurusan Seni Rupa FBS UNNES Tahun Ajaran 2010/2011.* Skripsi, Fakultas Ilmu Pendidikan, Universitas Negeri Semarang.

Agolla, J. E., & Ongori, H. (2009). An assessment of academic stress among undergraduate students : The case of University of Bostwana. *Educational Research and Review, 4*(2), 63-70.

Allardt, E. (1989). *An Updated Indicator System : Having, Loving, Being.* Working Papers 48, Departement of Sociology, University of Helsinki.

Alvin, N. (2007). *Handling Study Stress : Panduan agar Anda Bisa Belajar Bersama Anak-Anak Anda.* Jakarta: Elex Media Komputindo.

Alwi, I. (2015). Kriteria Empirik Dalam Menentukan Ukuran Sampel Pada Pengujian Hipotesis Statistika Dan Analisis Butir. *Jurnal Formatif, 2*(2), 140-148.

Amaliyah. (2017). Hubungan Kecerdasan Intelektual Dan Kecerdasan Emosional Dengan Prestasi Belajar Siswa SD Muhammadiyah 29 Sunggal Deli Serdang. *Jurnal ANSIRU, 1*(1), 64-87.

Analisa, L. W. (2011). *Analisis Pengaruh Motivasi Kerja Dan Lingkungan Kerja Terhadap Kinerja Karyawan (Studi Pada Dinas Perindustrian Dan Perdagangan Kota Semarang).* Skripsi, Fakultas Ekonomi, Universitas Diponegoro.

Anderson, A., Hamilton, R., & Hattie, J. (2004). Classroom climate and motivated behaviour in secondary schools. *Learning Environment Research, 7*(3), 211-225.

Ariawaty, R. N., & Evita, S. N. (2018). *Metode Kuantitatif Praktis.* Bandung: Bima Pratama Sejahtera.

Arikunto, S. (2008). *Prosedur Penelitin Suatu Pendekatan Praktek.* Jakarta: Rineka Karya.

Azmy, A. N., Nurihsan, A. J., & Yudha, E. S. (2017). Deskripsi Gejala Stres Akademik Dan Kecenderungan Pilihan Strategi Coping Siswa Berbakat. *Indonesian Journal of Educational Counseling, 1*(2), 197-208.

Azwar, S. (2016). *Penyusunan Skala Psikologi* (2 ed.). Yogyakarta: Pustaka Pelajar.

Azwar, S. (2016). *Reliabilitas dan Validitas* (4 ed.). Yogyakarta: Pustaka Pelajar.

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

Bahar, M., Asil, M., & Rubie-Davis, C. M. (2018). Measurement invariance of the student personal perception of classroom climate scale (SPCC) in Turkish Context. *European Journal of Educational Research, 7*(1), 113-120.

Borich, G. D. (2008). *Effective Teaching Methods : Research-Based Practice* (9 th ed.). New Jersey: Prentice Hall, Inc.

Brand, S., Felner, R., Shim, M., Seitsinger, A., & Dumas, T. (2003). Middle School Improvement and Reform: Development and Validation of a School-Level Assessment of Climate, Cultural Pluralism, and School Safety. *Journal of Educational Psychology , 95*(3), 570-588.

BSNP. (2018). Media Komunikasi dan Dialog Standar Pendidikan. *Dialog Pendidikan Antara BSNP, Balitbang, dan TASS: Tantangan Mutu Pendidikan Nasional. XIII.* Jakarta: Buletin BSNP.

Church, M. A., Elliot, A. J., & Gable, S. L. (2001). Perceptions of classroom environment, achievement goals, and achievement outcomes. *Journal of Educational Psychology, 93*(1), 43-54.

Cox, M. J., & Harter, K. S. (2003). *Psrent-child relationship. Crosscurrents in contemporary psychology. Well being: Positive development across the life course.* Lawrence Erlbaum Associates Publishers.

Creemers, B. P., & Reezigt, G. J. (2003). *The Role of School and Classroom Climate in Elementary School Learning Environments.* London: Routledge Falmer.

Desmita. (2009). *Psikologi Perkembangan Peserta Didik.* Bandung: PT Remaja Rosdakarya.

Desmita. (2014). *Psikologi Perkembangan Peserta Didik : Panduan Bagi Orang Tua Dan Guru Dalam Memahami Psikologi Anak Usia SD, SMP, Dan SMA.* Bandung: Remaja Rosdakarya.

Dixit, M., & Singh, N. (2015). Academic stress of school students in relation to their self-esteem. *Global Journal for Research Analysis, 4*, 1 - 9.

Djazari, M., Rahmawati, D., & Nugroho, M. A. (2013). Pengaruh sikap mengindari risiko sharing dan knowledge self-efficacy terhadap informal knowledge sharing pada mahasiswa Fise UNY. *Jurnal Nominal, 2*(2), 181-209.

Edgar-Smith, S., & Palmer, R. B. (2015). Building Supportive School Environments for Alternative Education Youth. *Preventing School Failure, 59*(3), 134-141.

Evans, P., Martin, A. J., & Ivcevic, Z. (2018). Personality, coping, and school well-being: an investigation of high school student. *Social Psychology of Education, 21*(5), 1061-1080.

Fairbrother, K., & Warn, J. (2003). Workplace dimensions, stress and job satisfaction. *Journal of Managerial Psychology, 18*(1), 8-21.

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

Faizah, F., Prinanda, J. N., Rahma, U., & Dara, Y. P. (2018). School well-being pada siswa berprestasi sekolah dasar yang melaksanakan program penguatan pendidikan karakter. *Psympathic : Jurnal Ilmiah Psikologi, 5*(2), 161-174.

Fatima, E. (2010). *Psikologi Perkembangan (Perkembangan Peserta Didik).* Bandung: Pustaka Setia.

Fauziah, F. (2009). *perbedaan tingkat asertifitas siswa kelas akselerasi dengan siswa kelas reguler di SMA Negeri 3 Malang.* Skripsi, Universitas Islam Maulana Malik Ibrahim, Malang.

Friedmen-Krauss, A. H., Raver, C. C., Morris, P. A., & Jones, S. M. (2014). The Role of Classroom-Level Child Behavior Problems in Predicting Preschool Teacher Stress and Classroom Emotional Climate. *Early Education and Development, 25*, 530-552.

Galini, R., & Efthymia, P. (2009). Dimensions of the classroom climate, as perceived by the students, related to their teachers' evaluation approach on their overall performance in a Greek primary school sample. *New Horizons in Education, 57*(2), 109-120.

Garniwa, I., & Sofyandi, H. (2007). *Perilaku Organisasi.* Yogyakarta: Graha Ilmu.

Gay, L. R., & Diehl, P. L. (1992). *Research Methods for Bussiness and Management.* New York: MacMillan Publishing Company.

Greenberg, J. S. (2001). *Comprehensive Stress Management* (8th ed.). New York: McGraw-Hill.

Hadiyanto, & Subijanto. (2003). Pengembalian Kebebasan Guru Mengkreasi Iklim Kelas Dalam Manajemen Berbasis Sekolah (MBS). *Jurnal Pendidikan dan Kebudayaan, 40*(9), 1-18.

Hamre, B. K., & Pianta, R. C. (2005). Can Instructional and Emotional Support in the First-Grade Classroom Make a Difference for Children at Risk of School Failure? *Child Development, 76*(5), 949-967.

Hardjana, A. M. (2004). *Stres tanpa distres : seni mengolah stres.* Yogyakarta: Kanisius.

Hawadi, & Akbar, R. (2004). *Akselerasi (a-z) program percepatan belajar dan anak berbakat intelektual.* Jakarta: Gramedia.

Hikmah , Y. (2014). *Pengaruh Layanan Konseling Kelompok Eklektik Dalam Mengurangi Stres Pada Anak Berprestasi Belajar Tinggi Siswa Kelas XI SMA Negeri 8 Medan Tahun Ajaran 2014/2015.* Skripsi, Fakultas Ilmu Pendidikan, Unimed.

Holas, I., & Huston, A. C. (2012). Are middle schools harmful? The role of transition timing, classroom quality and school charcteristic. *Journal of Youth and Adolescence, 41*(3), 333-345.

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

Holen, S., Waaktaar, T., Larvag, A., & Yastgaard, M. (2013). implementing a universal stress management program for young school children: are there calssroom climate or academic effects? *Scandavian Journal of Educational Psychology, 57*(4), 420-444.

Huebner, E. S., & McCullough, G. (2000). Correlates of School Satisfaction Among Adolescents. *The Journal of Educational Research, 93*(5), 331-335.

Idrus, M. (2013). Layanan Pendidikan bagi Anak Gifted. *PSIKOPEDAGOGIA jurnal bimbingan dan konseling, 2*(2), 116-131.

Keyes, C. L., Shmotkin, D., & Ryff, C. D. (2002). Optimizing well-being: The empirical encounter of two traditions. *Journal of Personality and Social Psychology, 82*(6), 1007-1022.

Khatimah, H. (2015). gambaran school well-being pada peserta didik program kelas akselerasi di SMA Negeri 8 Yogyakarta. *Psikopedagogia, 4*(1), 20-30.

Konu, A., & Koivisto, A. M. (2011). The School Well-Being Profile - A Valid Instrument For Evaluation. *Proceedings of Edulearn 11 Conference* (pp. 1842-1850). Barcelona, Spain: ResearchGate.

Konu, A., & Rimpela, M. (2002). Well-being in schools: a conceptual model. *Health Promotion International, 17*(1), 79-87.

Kusnandi. (2017). Model Inovasi Pendidikan Dengan Strategi Implementasi Konsep "Dare To Be Different". *Jurnal Wahana Pendidikan, 4*(1), 132-144.

Lee, J. S. (2014). The relationship between student engagement and academic performance: Is it a myth or reality? *The Journal of Educational Research, 107*(3), 177-185.

Lopez, V., Torres-Vallejos, J., Ascorra, P., Villalobos-Parada, B., Bilbao, M., & Valdes, R. (2018). Construction and validation of a classroom climate scale: a mixed methods approach. *Learning Environ Res, 21*, 407-422.

Lue, B. H., Chen, H. J., Wang, C. W., Cheng, Y., & Chen, M. C. (2010). Stress, personal characteristic and burnout among first postgraduate year residents: a nation wide study in Taiwan. *Medical Teacher, 32*(5), 400-407.

Majrika, R. Y. (2018). *Hubungan Antara Dukungan Sosial Dengan Stres Akademik Pada Remaja SMA Di SMA Yogyakarta.* Skripsi, Fakultas Psikologi dan Sosial Budaya, Universitas Islam Indonesia.

Martinis, Y. (2006). *Sertifikasi Profesi Keguruan Di Indonesia.* Jakarta: Gaung Persada Press.

Misra, R., & Castillo, L. G. (2004). Academic Stress Among College Students: Comparison of American and International Students. *International Journal of Stress Management, 11*(2), 132-148.

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

Miyono, N., Muhdi, M Nyoman, N. A., & Wuryani, T. (2019). Pengaruh Soft Skill Pendidik Dan Efikasi Diri Terhadap Stres Akademik Siswa Madrasah Aliyah Negeri Kabupaten Semarang. *Jurnal SMART Studi Masyarakat, Religi dan Tradisi, 5*(1), 45-56.

Moore, K. A., & Keyes, C. L. (2003). *A Brief History of the study of Well-Being in Children and Adults.* London: Lawrence Erlbaum Associates.

Muchsini, B., & Siswindari, S. (2020). Class Culture and The Academic Stress of Digital Natives Generations. *Jurnal Cakrawala Pendidikan, 39*(1), 102-110.

Muhid, A. (2019). *Analisis Statistik 5 Langkah Praktis Analisis Statistik Dengan SPSS for Windows* (2 ed.). Sidoarjo: Zifatama Jawara.

Muhid, A., & Rohmatillah, N. (2010). perbedaan penyesuaian sosial antara siswa program akselerasi dengan siswa kelas reguler di SMA Negeri 5 Surabaya. *Jurnal Proyeksi, 4*(2), 1-12.

Murray-Harvey, R. (2010). Relationship influences on students academic achivement, psychological health and well-being at school. *Educational and Child Psychology, 27*(1), 104.

Myers, D. G., & Aliya, T. (2012). *Psikologi Sosial (Social Psychology)* (2 ed.). Jakarta: Salemba Humanika.

Nuryadi, Astuti, T. D., Utami, E. S., & Budiantara, M. (2017). *Dasar-Dasar Statistika Penelitian* (1 ed.). Yogyakarta: Sibuku Media.

Oberle, E., & Schonert-Reichl, K. A. (2016). Stress contagion in the classroom ? the link between classroom teacher burnout and morning cortisol in elementary school student. *Social Science and Medicine, 159*, 30-37.

Owoeye, J. S., & Yara, P. O. (2011). School Facilities and Academic Achivement of Secondary School Agricultural Science in Ekiti State, Nigeria. *Journal of Asian Social Science, 7*, 64-74.

Papalia, D. E., Olds, S. W., & Feldman, R. D. (2009). *Human Development.* New York: McGraw-Hill.

Patel, N. K. (2018). Effect of integrated feedback on classroom climate of secondary school teachers. *International Journal of Evaluation and Rresearch in Eeducation, 7*(1), 65-71.

Pozos-Radillo, B. E., de Londs , P.-S., Acosta-Fernandez, L., Agiukera-Velasco, M., & Delgado-Garcia, D. D. (2014). academic stress as a predictor of chronic stress in university students. *Psicologia Educativa, 20*(1), 47-52.

Purwati, M., & Rahmandani, A. (2017). Hubungan Antara Kelekatan Pada Teman Sebaya Dengan Stres Akademik Pada Mahasiswa Teknik Perencanaan Wilayah Dan Kota Universitas Diponegoro Semarang. *jurnal empati, 7*(2), 28-39.

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

Putri, S. A., & Sawitri, D. R. (2017). Hubungan Antara Hardiness Dengan Stres Akademik Pada Trauna Tingkat II Politeknik Ilmu Pelayaran Semarang. *Jurnal Empati, 6*(4), 319-322.

Rachma , E. N. (2017). Pengaruh School Well Being Terhadap Motivasi Belajar Siswa. *Personifikasi Jurnal Ilmu Psikologi, 8*(1), 99 - 108.

Rahmadani, C. S. (2014). *Hubungan Antara Sense Of Humor Dengan Stres Akademik Pada Siswa Kelas Akselerasi SMA Negeri 1 Bireun.* Skripsi, Fakultas Psikologi, Universitas Medan Area.

Rahmi, R., & Salim, R. M. (2017). Peran Pelibatan Diri Siswa Sebagai Mediator Dalam Hubungan Antara Iklim Kelas Dengan Sikap Kreatif Siswa SD Sekolah Alam. *Jurnal Psikologi, 16*(1), 77-87.

Rania, N., Siri, A., Bagnasco, A., Aleo, G., & Sasso, L. (2014). academic climate, well-being and academic performance in a university degree course. *Journal of Nursing Management, 22*(6), 751-760.

Reyes, M. R., Brackett, M., Rivers, S., White, M., & Salovey, P. (2012). Classroom emotional climate, student engagement, and academic achivement. *Journal of Educational Psychology, 104*(3), 700-710.

Rizki, M., & Listiara, A. (2015). penyesuaian diri dan school well-being pada mahasiswa. *in seminar psikologi & kemanusiaan*, pp. 978-979.

Rubie-Davis, C. (2014). *Becoming a high expectation teacher : Raising the bar.* Routledege.

Ryff, C. D., & Keyes, C. L. (1995). The Structure of Psychological Well-Being Revisited. *Journal of Personality and Social Psychology, 69*(4), 719-727.

Sakic, M., & Saric, Z. R. (2011). Life Satisfaction in Adolescents: the effect of perceived family economics status, self-esteem and quality of family and peer relationship. *BR, 3*(101), 547-564.

Santrock, J. W. (2009). *Educational Psychology* (4th ed.). Boston: McGraw-Hill.

Santrock, J. W. (2012). *Life-span Development: Perkembangan Masa-Hidup Jilid 2.* Jakarta: Erlangga.

Saputra, A. (2016). Menuju Sistem Pendidikan Global. *UNISIA, 31*(67), 37-51.

Sarafino, E. P. (2006). *Health Psychology: Biopsychological Interactions.* New York: John Wiley & Sons, Inc.

Sari, D. I. (2017). *Hubungan Antara School Well Being Dengan Stres Akademik Pada Siswa Di SMP Full Day Scholl Kota Malang.* Skripsi, Fakultas Ilmu Sosial dan Ilmu Politik, Universitas Brawijaya.

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

Sari, D. P., Rusmin, & Deskoni. (2018). Pengaruh Iklim Kelas Terhadap Motivasi Belajar Peserta Didik Di SMAN 3 Tanjung Raya. *Jurnal PROFIT Kajian Pendidikan Ekonomi dan Ilmu Ekonomi, 5*(1), 80-88.

Sarwono, S. W. (2010). *Psikologi Remaja (edisi revisi).* Jakarta: RajaGrafindo Persada.

Scanlan, J. M., Binkin, N., Michieletto, F., Lessig, M., Zuhr, E., & Borson, S. (2007). Cognitive Impairment, Chronic Disease Burden, and Functional Disability: A Population Study of Older Italians. *The American Journal of Geriatric Psychiatric, 15*(8), 716-724.

Scheerens, J. (2000). *Improving school effectiveness.* Paris: UNESCO : International Institute for Educational Planning.

Shindler, J., Jones , A., Taylor, C., & Cadenas, H. (2004). Does Seeking to Create a Better Classroom Climate Lead to Student Success or Improved Teaching? Examining the Relationship Between Pedagogical Choices and Classroom Climate in Urban Secondary Schools. *Journal Articles; Reports-Research*, 27-36.

Sinaga, M. A. (2015). *Stres Akademik Antara Anak Taman Kanak-Kanak Yang Mendapat Pengajaran Membaca Dan Tidak Mendapat Pengajaran Membaca.* Skripsi, Fakultas Psikologi, Universitas Kristen Satya Wacana.

Singgih, S. (2000). *Buku Latihan SPSS Statistik Parametrik.* Jakarta: Elex Media Komputindo.

Singh, R. (2016). stress among school-going adolescence in relation to psychological hardiness. *Journal on Educational Psychology, 9*(4), 7-15.

Siregar, S. (2013). *Metode Penelitian Kuantitatif.* Jakarta: Jakarta Kencana.

Smith, A. P. (2019). Student Workload, Wellbieng and Academic Attainment. In *Human Mental Workload : Models and Application* (pp. 35-47). Springer.

Sortkaer, B., & Reimer, D. (2018). Classroom diciplinary climate of schools and gender - evidence from the Nordic countries. *School Effectiveness and School Improvement, 12*(4), 1-18.

Stasulane, A. (2017). Factors Determining Children and Young People's Well-being at School. *Journal of Teacher Education for Sustainabilty, 19*(2), 165-179.

Stecker, T. (2004). well-being in an academic environment. *Medical Education*, 465-478.

Sudiana, D. (2007). *Kondisi Stres Siswa SMK Dan Faktor-faktor Penyebabnya.* Skripsi, Bandung, Universitas Pendidikan Indonesia.

Sugiyono. (2011). *Metode Penelitian (Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D).* Bandung: Alfabeta.

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

Sun, J., Dunne, M. P., Hou, X.-Y., & Xu, A.-q. (2011). Educational Stress Scale for Adolescents: Development, Validity, and Reliabilty With Chinese Students. *Journal of Psychoeducational Assessment, 29*(6), 534-546.

Syafni, E., Syukur , Y., & Ibrahim, I. (2013). Masalah Belajar Siswa Dan Penanganannya. *KONSELOR Jurnal Ilmiah Konseling, 2*(2), 15-19.

Syamsi, M. (2016). Pendidikan Berbasis Mutu, Telaah Atas Pemikiran Ibnu Sina. *Attaqwa: Jurnal Pendidikan Islam, 12*(1), 1-20.

Syawie, M. (2007). Peran Kelompok Sosial Dalam Penguatan Ketahanan Sosial (Sebuah Kajian Modal Sosial di Desa Abiansemal, Kecamatan Abiansemal, Kabupaten Badung, Bali). *Jurnal Penelitian dan Pengembangan Kesejahteraan Sosial, 12*(1), 45-51.

Tarmidi. (2006). *Iklim Kelas dan Prestasi Belajar.* Fakultas Kedokteran , Universitas Sumatera Utara. USU Repository.

Tarmidi, & Wulandari, L. H. (2005). prestasi belajar ditinjau dari persepsi iklim kelas pada siswa yang mengikuti program percepatan belajar. *PSIKOLOGIA, 1*(1), 19-27.

Tollefson, M., Kite, B., Matuszewics, E., Dore, A., & Heiss, C. (2018). Effectiveness of student-led stress reduction activities in the undergraduate classroom on perceived student stress. *College Student Journal, 52*(4), 505-515.

Van Tiel, J. M., & Widyorini, E. (2015). *Deteksi & Penanganan Anak Cerdas Istimewa (Anak Gifted) Melalui Pola Alamiah Tumbuh Kembangnya.* Jakarta: Prenada Media.

Wahab, R. (2017). Mengenal Anak Berbakat Akademik Dan Upaya Mengidentifikasinya. *Jurnal Pendidikan Anak*, 1-11.

Wardi, R., & Ifdil. (2016). Stress Conditions in Students Completing Thesis. *GUIDENA : Jurnal Ilmu Pendidikan, Psikologi, Bimbingan dan Konseling, 6*(2), 190-194.

Widhiarso, W. (2010). *Uji Linearitas Hubungan.* Yogyakarta: Fakultas Psikologi UGM.

Yusuf, S., & Sugandhi, N. M. (2011). *Perkembangan Peserta Didik* (1 ed.). Jakarta: RajaGrafindo Persada.

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id