

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang Masalah

Pendidikan yang berkualitas menjadi tolak ukur kemajuan di setiap negara, karena diyakini bahwa pendidikan adalah fondasi dari kerangka lahirnya sebuah peradaban. Bertolak dari hal tersebut, adalah sebuah keniscayaan jika setiap negara yang menginginkan kemajuan negaranya perlu memperbaiki tata kelola pendidikan.

Menyoroti fenomena dan tata kelola pendidikan di negeri kita, gambaran tentang kualitas pendidikan terhadap sumber daya manusia sebagai penentu kemajuan bangsa. Hasil survey dari *Programme for International Student Assessment* yang menjadi rujukan dalam menilai kualitas pendidikan di dunia, menggunakan metode perbandingan kemampuan literasi, matematika dan sains, ternyata kualitas pendidikan untuk negara kita masih berada diperingkat 10 negara terendah (PISA, 2018).

Rendahnya kualitas pendidikan hasil survei tersebut, diperkuat oleh hasil survey Leonard yang menunjukkan bahwa tujuh puluh persen (70%) guru kurang persiapan dalam proses pembelajaran, mengutamakan materi dari tujuan pembelajaran, mengajar dengan metode monoton, tidak menjadikan tujuan pembelajaran sebagai dasar untuk merancang strategi pembelajaran (Leonard, 2015). Permasalahan kualitas tenaga pendidik menjadi pemikiran utama, sebab pendidik memiliki tanggung jawab membimbing generasi penerus bangsa, karenanya sangat diperlukan kendali lingkungan sekolah dalam membantu

meningkatkan kualitas pendidikan di sekolah dengan penguasaan kompetensi dan capaian kualitas siswa.

Interaksi dan kemampuan guru memilih strategi menjadi kunci pencapaian prestasi belajar dan kesuksesan manajemen belajar mengajar (Marzano dan Marzano, 2003). Untuk mencapai pembelajaran berkualitas, guru harus mampu melakukan *planning, assessment, evaluation, dan monitoring* (Briggs dan Sommefeldt, 2002). Tugas guru mendesain pembelajaran, evaluasi dan pengawasan sangat diperlukan, agar pembelajaran dapat berjalan dengan baik dan sistematis.

Kunter et al., menjelaskan bahwa, "*competence is defined as the personal capacity to successfully cope with specific demands*", pentingnya kompetensi seseorang dalam menyelesaikan pekerjaan sesuai dengan profesinya (Kunter et al., 2013). Menurut Koopmans "*Task performance can be defined as the profiencie (competency) with which one performs central job tasks*", bahwa, ukuran kompetensi dapat ditunjukkan dari kemampuan seseorang menyelesaikan tugas pekerjaan sehari-hari (Koopmans, 2011). Pada sisi lain, Norton menjelaskan "*conceptions of teaching are commonly found to fall into two main categories: teaching as information transmission and teaching as supporting students learning*" (Norton, 2009). Mengajar merupakan alat *transformasi* ilmu dan media pendukung bagi siswa dalam prosesi belajar. Oleh karenanya, mengajar bukan sekadar proses menyajikan materi, namun membutuhkan kepiawaian guru secara sistematis dan kreatif untuk mencapai hasil pembelajaran yang berkualitas.

Pemerintah, melalui Permendikbud nomor 16/2007 tentang standar kualifikasi akademik dan kompetensi guru, menjelaskan empat kompetensi guru

yang harus dimiliki; kompetensi pedagogik, pribadi, sosial dan profesional. Bahwa guru, saat melaksanakan tugas pokok dan fungsi harus sesuai dengan keterampilan bidang keilmuan yang dimiliki. Oleh karenanya, tidak boleh terjadi kemampuan guru hanya sebatas *labelisasi* gelar akademik keguruan semata, sementara penguasaan dan pemahaman perihal keguruan dan kependidikannya terabaikan, atau bahkan tidak jarang dijumpai guru yang mengajar tidak sesuai dengan kemampuan akademik yang dikuasainya.

Paparan di atas, adalah media dasar penelitian lapangan yang ditemui. Sebagai langkah awal observasi penelitian, dimulai dari saat proses pembelajaran dijumpai bahwa; penggunaan metode pembelajaran belum maksimal, komunikasi pembelajaran dilakukan secara monoton, terlihat sangat menjemukan, minim tanya jawab, hanya mencatat atau mengerjakan tugas. Suasana dalam kelas yang membuat hampir seluruh siswa tampak abai, kurang fokus, dan cenderung kurang peduli. Namun demikian, kondisi yang tidak tampak nyaman itu justru tidak berlaku bagi siswa yang berkomitmen untuk berprestasi. Bahkan diantaranya justru tetap bersemangat dan berusaha memotivasi dirinya dengan berbagai cara dilakukan, sehingga terwujudlah belajar yang dianggapnya nyaman.

Berangkat dari kenyataan itu menurut penulis adalah sesuatu yang unik, hingga penulis melakukan wawancara terhadap beberapa siswa. Dari hasil wawancara didapatkan pernyataan; bahwa materi pembelajaran kurang tepat, terkadang materi tidak dijelaskan, membosankan, proses belajar dilakukan dengan mencatat buku bacaan, mengerjakan tugas untuk soal yang belum dijelaskan dan harus cepat selesai. Kondisi ini membuat siswa jenuh, bosan, frustrasi, rasa tidak

nyaman, bahkan ada siswa yang cuek, malas, sengaja melakukan *proksinasi*, dan mengabaikan tanggung jawabnya. Hal ini berdampak terhadap rendahnya motivasi dan hasil belajar siswa, baik pada siswa berprestasi maupun pada siswa yang memiliki standar akademik biasa saja. Bagi siswa yang memiliki kemampuan standar akan sangat membutuhkan bimbingan, namun bagi siswa berprestasi, kondisi demikian menjadikannya sebagai tantangan.

Sekolah berkualitas terletak pada kebijakan pendidikan sekolahnya, sebagai sarana penilaian kemampuan siswa yang berprestasi (Hanushek, 2006). Dalam studi Hanushek lainnya menjelaskan adanya pengaruh positif yang signifikan antara interaksi teman sebaya dengan prestasi siswa, walaupun dalam kelompok sebaya tersebut memiliki prestasi yang *heterogen* (Hanushek et al., 2001). Fasilitas sekolah, kualitas tenaga pengajar, latar belakang keluarga dan hubungan sosialnya sangat berpengaruh terhadap prestasi siswa (Parcel dan Dufur, 2011). Sebagian besar hasil penelitian ditemukan ada hubungan antara siswa berprestasi dan karakteristik guru yang memiliki kategori keterampilan dan sertifikasi (Wayne dan Youngs, 2003). Oleh karenanya, sering didapati siswa mengalami kesulitan menguasai pelajaran yang hal itu dikarenakan ketidak mampuan siswa dalam menyesuaikan diri terhadap lingkungannya. Sementara pada prosesi belajar mengajar, siswa dihadapkan dengan ketidak mampuan memenuhi tugas-tugas sekolah yang menumpuk, sehingga siswa mengalami *stresor academic*. Kondisi seperti itu, sangat mengganggu bagi siswa yang kurang kreatif dan cenderung kurang tenang dalam mensikapi suatu persoalan. Namun justru sebaliknya hal itu tidak akan mengganggu untuk siswa yang memiliki kreativitas dan berprestasi.

Studi *litarature* terdahulu menjelaskan *output* pendidikan saat ini ada pada kualitas guru dan guru sebagai penentu utama pembelajaran, walaupun *literaturnya* masih belum cukup dijadikan *referensi*. Hanya sedikit penjelasan dan pengamatan tentang dampaknya (Rivkin et al., 2005; Aaronson et al., 2007). Kondisi ini sering digunakan sebatas pendidikan dan pengalaman guru, yang *terkorelasi* secara signifikan antara akademik guru dengan prestasi siswa (Eide et al., 2004).

Banyak para peneliti menegaskan adanya strategi intruksi, pembelajaran mandiri, pelatihan dan pengorganisasian akan berpengaruh efektif mengatasi kesulitan belajar, meningkatkan prestasi belajar, keterampilan dan sikap pembelajaran (Makaleh, 2011; Kinder et al., 2005; Anthony et al., 2012). Dalam penelitian lain, strategi kognitif memiliki kontribusi positif/negatif terhadap hasil pemahaman siswa berprestasi (Suyitno, 2017). Sementara siswa berprestasi akademik di Singapura menemukan *kolaborasi* capaian belajar berdasarkan penguasaan kinerja dan keterampilan akan memberikan pengaruh signifikan pada pembelajaran siswa berprestasi (Wenshu Luo et al., 2011).

Siswa akan mencapai prestasi jika disertai dengan motivasi yang tinggi. Motivasi *internal* yang membangkitkan dan mengarahkan perilaku seseorang mencapai tujuan. Motivasi tergantung *needs* yang muncul karena ada sesuatu yang dirasa kurang (*deficits*), sehingga akan mengarahkan seseorang untuk termotivasi memenuhi kebutuhannya. Proses yang memberikan semangat, kegigihan perilaku, terarah dan bertahan lama inilah yang dinamakan motivasi.

Motivasi berprestasi merupakan keinginan menyelesaikan sesuatu untuk mencapai kesuksesan, dengan seperangkat dorongan, keinginan, dan daya, yang

mendorong seseorang dalam berbuat sesuatu untuk mengerakkan sikap dan perilaku menuju kebutuhan yang akan dicapai. Motivasi berprestasi dipengaruhi faktor sekolah, keluarga, masyarakat, budaya, konsep diri, dan *aktualisasi*.

Siswa dalam menjalankan aktivitas belajar memiliki potensi dan karakteristik beragam, sehingga perbedaan dan keunikan individu inilah yang menyebabkan perbedaan perilaku siswa dalam belajar, ada yang cepat, terkadang ada yang lambat memahami pelajaran, sehingga diperlukan strategi dan pendekatan untuk mengatasi *problematika* belajar secara efektif dan efisien.

Beragam kesulitan belajar merupakan masalah klasik yang melanda dunia pendidikan. Belajar merupakan serangkaian kegiatan jiwa raga untuk memperoleh suatu perubahan tingkah laku sebagai hasil pengalaman individu dalam interaksi dengan lingkungannya yang menyangkut *kognitif, afektif dan psikomotor*. Siswa dalam proses pembelajaran, dipengaruhi oleh; 1) latar belakang potensi diri, kemampuan intelektual, bakat dan minat, 2) sekolah asal, keadaan ekonomi, pendidikan, pekerjaan orangtua, tempat tinggal, 3) sikap dan pandangan terhadap guru dan mata pelajaran (Djamarah, 2012).

Problematika belajar sering dijumpai pada setiap pelajar. Berbagai jenis jenjang pendidikan memiliki pelajar yang berkesulitan belajar, yang membedakan pada sifat, jenis, dan faktor yang mempengaruhinya (Djamarah, 2012). Kesulitan belajar siswa di sekolah beragam, baik dalam menerima dan menyerap pelajaran, siswa berhak mencapainya. Realitanya setiap siswa memiliki perbedaan, baik dalam kemampuan intelektual, fisik, psikis, latar belakang keluarganya, kebiasaan dan pendekatan belajar yang digunakan.

Kesulitan belajar terjadi, ketika suatu keadaan siswa tidak dapat belajar karena ada gangguan tertentu (Dalyono, 2009; Ismail, 2016). Kesulitan belajar merupakan kesulitan menguasai keterampilan, tugas-tugas belajar dan suatu kondisi dimana prestasi yang dicapai tidak sesuai standar pengetahuan, sikap, dan keterampilan (Jamaris, 2013; Subini, 2011). Selain itu adanya korelasi antara akademik dengan kesulitan belajar yang dilakukan melalui *self management* dan bimbingan belajar. Hal ini dapat mengurangi kesulitan belajar (Erickson dan Gaumer, 2014; Purwanti, 2009). Penerapan layanan belajar dapat meningkatkan hasil yang ditandai meningkatnya prestasi belajar (Wahyuni, 2019).

Penyebab seseorang mengalami kesulitan belajar dapat berupa sindrom psikologis atau ketidakmampuan belajar (Djamarah, 2012). Sindrom berarti gejala yang muncul sebagai indikator adanya ketidaknormalan psikis yang menimbulkan kesulitan belajar siswa. Kesulitan belajar merupakan kekurangan yang tidak nampak secara lahiriah, ketika terjadi, tentu hambatan hadir dalam kegiatan belajar sehingga berakibat hasil belajarnya rendah. Kesulitan belajar suatu kondisi ketidakmampuan seseorang dalam menguasai *skil kognitif, afektif, psikomotorik* sesuai kompetensi belajar. Untuk mengatasinya perlu pendekatan *sosioemosional*, psikologi dalam menatanya, sehingga kondisi antara pendidik dengan peserta didik bisa seimbang dan kesinambungan dalam pencapaian tujuan pendidikan.

Kondisi *real* kesulitan belajar sering terjadi dimanapun, dalam proses pembelajaran kecenderungan hampir memiliki kesulitan belajar yang sama, hanya saja latar belakangnya berbeda, problem belajar tidak hanya dimiliki oleh siswa pada umumnya, namun juga dialami oleh yang berprestasi. Perbedaannya adalah

jika siswa yang biasa saja masih membutuhkan bimbingan, arahan, motivasi bahkan *intervensi* agar bersemangat untuk mengatasi kesulitan belajar, namun pada kondisi siswa berprestasi, mereka selalu kreatif, termotivasi untuk menaklukkannya dengan segenap kemampuan, dan keberagamannya dalam memilih cara atau gaya belajar yang cocok dan nyaman bagi diri mereka.

Sekolah menjadi salah satu tempat siswa untuk mengembangkan semua potensi, bakat, minat, kemampuan, hoby, kreativitas, dan keterampilan dirinya. Namun, kebanyakan siswa kurang mengetahui cara menghadapinya. Disisi lain *miskonsep* yang menekankan siswa untuk menguasai materi pelajaran terkadang menjadi kurang tepat, bahkan salah. *Orientasi* belajar bukan sekedar penguasaan materi yang dipelajari saja, tetapi juga menekankan pada proses pemahaman.

Integrasi gaya belajar dalam pembelajaran sebagai proses, bukan hanya untuk hasil (Dantas dan Cinha, 2020). Selain itu gaya belajar bukanlah hanya sekedar kognitif, melainkan juga hasil dari interaksi antara seseorang dengan lingkungan (Kolb dan Kolb, 2013). Cara-cara belajar memberikan gambaran tentang kemampuan penguasaan terhadap keterampilan belajar disertai sikap kesadaran akan tanggung jawabnya, yang dapat meminimalkan masalah belajar. Keterampilan belajar merupakan upaya menciptakan cara belajar yang baik agar kualitas belajar yang dimiliki siswa jadi meningkat.

Gaya belajar menjadi salah satu alternatif bagi siswa dalam menghadapi masalah belajar. Namun yang menjadi permasalahan adalah, siswa hanya menggunakan satu gaya belajar saja sehingga penguasaan pelajaran masih kurang maksimal, dikarenakan setiap gaya belajar memiliki kekuatan dan kelemahannya

masing-masing (kegiatan klasikal BK). Konsep dan penggunaan gaya belajar menggambarkan perbedaan individu dalam belajar, berdasarkan *preferensi* pembelajar (Kolb, 2013).

Gaya belajar merupakan konsep yang dapat berperan penting dalam meningkatkan praktik pembelajaran. Dengan mengetahui gaya belajar, guru dapat membantu siswa meningkatkan kemampuan pemecahan masalah belajar. Perlunya mengenali gaya belajar untuk memaksimalkan hasil belajar (Campos et al., 2021). Mengenali gaya belajar akan membantu pengajar dalam menggunakan metode pengajaran yang sesuai dengan pembelajar serta dapat meningkatkan prestasi akademik siswa (Vizeshfar dan Torabizadeh, 2018). Menilik perilaku gaya belajar dan sifat kognitif seseorang dalam manajemen belajar, dapat digunakan sebagai bentuk pembelajaran, dimana siswa saling membantu dan bekerjasama, sehingga dapat mengurangi beban mengajar, dikarenakan siswa bertindak sebagai sumber pengajaran (Lwande et al., 2021).

Beberapa studi relevan menjelaskan perlunya mengetahui karakteristik gaya belajar, pengembangan kemandirian siswa dalam pemecahan masalah, dan mengatasi kesulitan belajar berdasarkan gaya belajarnya yang berbeda pada saat proses pembelajaran (Widya dan Lia, 2020; Dhian et al., 2020). Gaya belajar yang tepat, akan mendapatkan hasil belajar yang baik, namun hasilnya berbeda ketika gaya belajar yang dilakukan kurang tepat (Hidayah et al., 2020). Siswa dengan gaya belajar *kinestetik* memiliki kemampuan berpikir kritis lebih baik dibandingkan dengan siswa yang memiliki gaya belajar *visual* dan *auditori*. Penelitian yang menjelaskan kesalahan siswa berdasarkan kriteria Watson dalam

menyelesaikan soal matematika bertipe *high order thinking skills* yang ditinjau dari gaya belajar, hasilnya ketidak mampuan siswa dikarenakan hanya menggunakan satu gaya belajar saja, sehingga siswa kurang mampu mengatasi masalah tersebut (Viani et al., 2020). Beberapa pelajaran, kemungkinan menuntut pendekatan pembelajaran tertentu, dan siswa akan cenderung mengadopsi gaya belajar terbaiknya. Selain itu ada korelasi antara gaya belajar dengan keterampilan belajar, yang dipengaruhi karakteristik pelajaran (Zahri et al., 2017).

Tenaga pendidik bertanggung jawab untuk memastikan siswa mengadopsi pendekatan pembelajaran yang tepat. Siswa berprestasi dan tidakpun, memiliki kemampuan yang berbeda dalam penguasaan materi pelajaran, semuanya terletak pada cara belajar (Che Lah dan Hashim, 2014).

Merujuk dari paparan di atas, dapat disimpulkan ada beberapa gaya belajar tertentu yang memungkinkan siswa untuk memperoleh keterampilan dengan cepat, mudah, disertai motivasi tertentu. Jika siswa mengadopsi gaya yang salah, mereka akan menemukan kesulitan dalam belajar. Cara belajar siswa jika dilihat dari gaya belajar yang kurang bahkan salah, hal ini dikarenakan adanya ketidak mampuan penyesuaian diri siswa dalam menghadapi setiap tuntutan akademik.

Sebagai makhluk sosial, tentunya manusia memiliki interaksi sosial, dan itu adalah sesuatu yang sangat penting. Dalam mendapatkan hubungan sosial yang baik, maka dibutuhkan kemampuan dalam penyesuaian diri, sebagai salah satu bentuk eksistensi yang positif dalam masyarakat. Manusia, selalu dihadapkan dengan berbagai masalah, yang semuanya tergantung bagaimana individu

tersebut mensikapi permasalahannya, ada yang bisa menghadapinya dengan bijak, disertai kreativitas, namun ada pula yang pasrah, bingung dan stres.

Dari data yang penulis dapatkan pada kegiatan klasikal bimbingan konseling, sebagian siswa terindikasi mengalami permasalahan penyesuaian diri terhadap tuntutan akademik. Lain halnya saat kondisi stres bagi siswa berprestasi dan memiliki jiwa kompetitif tinggi, mereka dapat merubah perilaku menjadi lebih berhati-hati dalam berbagi dan bekerjasama, bahkan kecenderungan perilakunya harus sempurna, berbeda dengan yang lain dalam bergaul, dan ini justru terkesan mendominasi.

Lingkungan baru bagi beberapa orang menjadi sebuah *stimulus* yang terkadang memunculkan berbagai permasalahan, salah satunya penyesuaian diri dalam belajar. Manusia sebagai makhluk sosial, selalu berhubungan dengan manusia lainnya dalam masyarakat, keluarga maupun lingkungan, termasuk lingkungan sekolah. Menurut Piaget (1952, Fatimah, 2010) interaksi sosial anak pada tahun pertama sangat terbatas, terutama hanya pada ibu dan ayah, saat anak mulai bersekolah, saat itulah anak mulai belajar mengembangkan interaksi sosial dengan belajar menerima pandangan, nilai dan norma. Beragam pergaulan dan lingkungan yang menuntut anak untuk mampu menyesuaikan diri.

Kemampuan menyesuaikan diri individu yang sehat terhadap lingkungannya merupakan salah satu prasyarat yang penting bagi terciptanya kesehatan mental individu. Keterkaitan antara kemampuan penyesuaian diri dengan keyakinan diri siswa diperkuat oleh pendapat Klassen (Wijaya dan Pratitis, 2012), penyesuaian diri dengan lingkungan akademik dipengaruhi oleh seberapa besar kesanggupan

dan keyakinan dirinya untuk mengerjakan tugas dan peran barunya sebagai seorang pelajar atau disebut sebagai *efikasi* diri akademik.

Berdasarkan *perspektif psiko-biologis* tentang penyesuaian diri di sekolah bahwa keterampilan pengaturan diri yang baik mendasari kemampuan anak untuk beradaptasi dengan tuntutan sosial dan akademik di sekolah (Blair dan Raver, 2015). Secara umum pendidik memperkirakan bahwa siswa internasional kurang mampu penyesuaian diri baik secara akademik dan sosial. Beberapa kelompok siswa mengalami stres yang cukup besar saat beradaptasi dengan budaya pada lembaga tempat pendidikannya (Rienties et al., 2013).

Penyesuaian diri terhadap tuntutan akademik suatu kemampuan individu dalam proses tingkah laku terhadap berbagai jenis tuntutan baik dalam diri maupun tugas-tugas akademiknya yang terlihat dari motivasi dalam mencapai prestasi akademik. Adapun faktor internal yang muncul berdasarkan ciri-ciri yang sering dialami siswa yaitu tidak dapat atau kurang berkonsentrasi dalam belajar, sulit mengingat materi pelajaran, terkadang sering marah saat diskusi kelompok, berkomunikasi tidak efektif, emosi yang tidak stabil, mendominasi, sering pasif dalam aktivitas belajar dikelas, mudah tersinggung atau sensitif, resah atau tidak tenang, berkeringat dingin, badan terasa panas dingin, merasa pusing, pesimis, tertutup, khawatir dan cemas, serta enggan berbagi dan bekerjasama.

Penyebab faktor eksternal yang muncul yaitu dari faktor sekolah seperti cara mengajar guru membosankan, tidak bervariasi, kurang menggunakan strategi, metode ataupun pendekatan pembelajaran, memberikan materi, latihan dan tugas-tugas yang banyak, mencatat, meringkas dan sejenisnya, sedangkan faktor dari

keluarga seperti *intervensi* nilai yang tinggi, harus berprestasi baik akademik maupun non akademik, melanjutkan studi sesuai kemauan orangtua dan lainnya.

Fenomena di atas menunjukkan siswa mengalami kesulitan menyesuaikan diri sehingga mengalami gangguan stres akibat tuntutan akademik, jika stres akademik tidak segera ditangani dengan baik dan benar maka potensi diri dan prestasi siswa akan terganggu dan tidak dapat berkembang optimal. Penyesuaian diri dilakukan sepanjang hayat sebagai bentuk *eksistensi* dalam memenuhi kebutuhan fisik, psikis dan sosial (Sundari, 2005). Artinya penyesuaian diri terjadi sebagai bentuk respon seseorang terhadap tuntutan internal dan eksternal yang dialaminya. Stres akademik merupakan persepsi subjektif pada suatu kondisi akademik atau respon yang dialami siswa berupa reaksi fisik, perilaku, pikiran, dan emosi negatif yang muncul akibat adanya tuntutan akademik.

Kondisi tersebut menunjukkan perlu adanya upaya guru dalam memahami psikologis siswa, selain itu diperlukan juga pemberian layanan oleh guru BK atau konselor untuk meningkatkan kualitas potensi diri siswa sebagai *preentif* munculnya stres akademik. Pemberian layanan BK sebagai alternatif yang diharapkan mampu membantu siswa dalam mengenali cara belajar, menemukan dan memahami faktor-faktor penyebab yang mempengaruhi stres akademik yang dialaminya disertai solusinya. BK bagian yang terintegrasi dalam proses belajar mengajar, mengkondisikan siswa baik fisik dan psikis agar kehidupannya efektif.

Pendidik selama proses pembelajaran berperan untuk *transfer of knowledge*, membimbing, memotivasi, menggali potensi, membangun kepribadian, jati diri dan mengarahkan dalam menata karir. pendidik harus memiliki kreativitas dalam

menyampaikan materi pembelajaran agar siswa menjadi bergairah belajar. Pembelajaran suatu proses interaksi siswa dengan pendidik dan sumber belajar dalam lingkungan belajar. Pembelajaran menempatkan siswa sebagai subjek pokok yang harus dikembangkan potensinya.

Disaat individu tidak mampu melakukan penyesuaian diri dengan baik, maka akan berdampak pada kegiatan lainnya, bagi siswa ketidak mampuan dalam penyesuaian diri, juga berdampak pada kesulitan dalam belajar yang bermuara pada stres akademik yang diakibatkan oleh tuntutan akademik. Saat tuntutan tidak terpenuhi maka stres akan muncul, hal ini biasa dialami oleh setiap orang. Namun jika stres tidak segera dihilangkan maka akan menjadi masalah yang berdampak bagi psikologis seseorang. Berbagai tuntutan dan tekanan yang alami seseorang ada berbagai macam, mulai dari stres karena tuntutan karir atau pekerjaan, stres masalah pribadi, sosial, dan stres akibat tuntutan akademik.

Pada masyarakat modern, stres sudah menjadi atribut kehidupan, stres tidak bisa dihindari di lingkungan manapun, baik keluarga, tempat kerja maupun lingkungan sekolah. Dampak stres dapat berbahaya bagi kondisi fisik dan psikis, stres yang banyak bisa membahayakan setiap orang, termasuk siswa. (Lin dan Huang, 2014). Pada lingkungan akademik, stres merupakan pengalaman paling sering dialami siswa. Hal ini dikarenakan banyaknya tuntutan akademik yang harus dihadapi. Sejumlah hasil penelitian menemukan siswa yang mengalami stres akan cenderung menunjukkan kemampuan akademik yang menurun (Rafidah et al., 2009; Talib dan Rehman, 2012), kesehatan yang memburuk (Chambel dan Curral, 2005; Marshall et al., 2008), depresi (Das dan Sahoo,

2015), dan gangguan tidur (Waqas et al., 2014). Tekanan dan tuntutan yang bersumber dari kegiatan belajar/ akademik disebut stres akademik. Dimana stres akademik merupakan persepsi siswa terhadap banyaknya kemampuan atau kompetensi baik pengetahuan maupun keterampilan yang harus dikuasai dan persepsi siswa terhadap ketidak cukupan waktu ataupun keterbatasan dalam memenuhi tuntutan akademik.

Perubahan kurikulum, yang dianggap keharusan untuk dipenuhi membuat sebagian pendidik kesulitan dalam penyesuaian pada proses pembelajaran, akibatnya siswapun mendapatkan imbas sehingga menjadi beban akademik bagi siswa. Pemanfaatan kurikulum, harus mempertimbangkan perbedaan antara materi dengan teknologi, karena pengguna yang berbeda dapat bereaksi berbeda pula (Reinhold et al., 2020). Situasi yang menimbulkan kecemasan merupakan tahap input dari proses pembelajaran (Awan et al., 2010).

Penjelasan di atas menunjukkan perlunya analisis yang bijak dalam menggunakan kurikulum dalam proses pembelajaran. Kurikulum sebagai pedoman haruslah fleksibel aplikasinya dalam realita lapangan, karena semuanya haruslah disesuaikan dengan siswa sebagai individu penerima kurikulum, dan guru harus bijak menyesuaikan kurikulum berdasarkan karakteristik dan kebutuhan siswa.

Bagi siswa yang memiliki kemampuan rata-rata, bahkan yang berbakatpun juga mengalami masalah dalam menyesuaikan diri untuk memenuhi tuntutan beban mata pelajaran yang begitu banyak dengan waktu dan tenaga terbatas. Stres akademik sebagai hasil kombinasi antara tuntutan akademis dengan kemampuan

coping individu yang rendah (Wilks, 2008). Stres akademik memberi pengaruh kuat dan konsisten dalam keberhasilan akademik (Zajacova et al., 2005).

Munculnya stres pada remaja disebabkan oleh apa yang diharapkan tidak sesuai realita. harapan yang terlalu tinggi membuat remaja rentan terhadap stres dan mengakibatkan munculnya perilaku negatif. Jika siswa mengalami stres belajar secara menerus, akan berdampak negatif dengan masalah sosial, kepribadian, konsep diri, kesehatan fisik, psikis, dan perilaku menyimpang

Manusia diciptakan dengan akal pikiran, insting dan respon tubuh yang reflek dalam menghadapi situasi tertentu, disaat terindikasi stres maka seseorang akan menunjukkan perubahan respon tubuh dan pikirannya, baik positif maupun negatif. Penyebabnya berbeda-beda, seperti stres psikologi disebabkan ketidakmampuan menyesuaikan diri. Kondisi ini menyebabkan perubahan perilaku seperti penurunan minat, motivasi, mengekspresikan emosinya, marah, kecewa, putus asa, bingung dan sejenisnya.

Perubahan tekanan yang terjadi baik secara akademik, pribadi dan sosial mengharuskan remaja bertanggung jawab, apalagi jika tidak siap pada perubahan. Perubahan ini menjadi awal penyebab *stressor* individu. Pada dasarnya yang menentukan stres atau tidaknya seseorang adalah kemampuannya dalam menyesuaikan diri dengan perubahan yang terjadi (Kusuma dan Gusniarti, 2008).

Stress didefinisikan sebagai “*a substantial imbalance between demand (physical and/or psychological) and response capability, under conditions where failure to meet that demand has importance consequences*” (Sukadiyanto, 2010). stress akan muncul bila ada ketidak seimbangan atau kegagalan individu dalam

memenuhi kebutuhannya baik yang bersifat jasmani maupun rohani. Bentuk interaksi individu dengan lingkungan yang dinilai sebagai sesuatu yang membebani atau melampaui kemampuan yang dimiliki, serta usaha individu untuk bereaksi terhadap jenis mengancam kesejahteraan (Lumongga, 2009).

Stres juga suatu kondisi yang disebabkan adanya ketidaksesuaian (Garniwa, 2007) antara situasi yang diinginkan dengan keadaan biologis, psikologis dan sistem sosial individu (Sarafino dan Smith, 2014; Zuhri et al., 2020). Studi Wilks dan Spivey (2010) menganalisis stres akademik untuk mengetahui fungsi dukungan sosial sebagai faktor *protektif*. Stres akademik merupakan persepsi siswa terhadap banyaknya pengetahuan yang harus dikuasai dan persepsi ketidakcukupan waktu mengembangkannya (Carveth, 2019). Stress akademik dipengaruhi oleh faktor internal terdiri dari *self efficacy*, *hardiness*, motivasi. Faktor eksternal terdiri dari dukungan sosial (Oktavia et al., 2019). Sedangkan respon stres akademik yaitu fisik, emosi, dan perilaku (Barseli et al., 2017).

Acuan studi dan paparan berkenaan dengan kesulitan belajar dikarenakan tuntutan akademik dan ketidakmampuan siswa dalam penyesuaian diri hampir semuanya pernah mengalaminya, namun kadarnya yang berbeda-beda untuk setiap siswa. Berdasarkan hasil studi pendahuluan pra penelitian yang penulis berikan pada siswa kelas XI di SMAN 10 kota Jambi yang saat ini sudah berada di beberapa universitas (kegiatan klasikal BK), ada sesuatu yang berbeda dan keunikan dari subyek. Mereka justru menjadikan semua itu tantangan dan motivasi untuk belajar lebih mandiri tanpa ketergantungan dengan tenaga

pendidik, kreativitasnya *mengkonstruk* pemahaman ilmu pengetahuan dan pengalaman sudah pada level menganalisis dan berpikir kritis.

Data tersebut ditemukan beberapa siswa yang berprestasi secara konsisten mampu mengatasi semua problematikanya, keunikan inilah yang membuat penulis tertarik untuk mengkaji lebih mendalam lagi penyebab mereka berhasil. Harapan penulis adalah studi ini akan memberikan informasi ilmu pengetahuan dan motivasi bagi siswa lainnya untuk menerapkannya didalam kehidupan, dan penulis bisa menindaklanjuti dengan modifikasi yang akan menjadi *novelty* dan memberikan kontribusi signifikan dalam dunia pendidikan khususnya konseling.

Berdasarkan acuan *literature* dan pemaparan latar belakang masalah di atas, maka penulis tertarik untuk melakukan penelitian dengan judul “gaya belajar siswa berprestasi (studi kasus keberhasilan mengatasi kesulitan belajar, penyesuaian diri dan stres akademik) di SMA Negeri 10 Kota Jambi”.

1.2 Masalah dan Fokus Penelitian

Berdasarkan pemaparan latar belakang masalah di atas, maka yang menjadi rumusan masalah dan fokus penelitian ini adalah:

1. Bagaimanakah gaya belajar siswa berprestasi yang berhasil dalam mengatasi masalah kesulitan belajar?
2. Bagaimanakah gaya belajar siswa berprestasi yang berhasil dalam mengatasi masalah penyesuaian diri?
3. Bagaimanakah gaya belajar siswa berprestasi yang berhasil dalam mengatasi masalah stres akademik?

1.3 Tujuan Penelitian

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

1. Merumuskan gaya belajar siswa berprestasi yang berhasil dalam mengatasi masalah kesulitan belajar.
2. Merumuskan gaya belajar siswa berprestasi yang berhasil dalam mengatasi masalah penyesuaian diri.
3. Merumuskan gaya belajar siswa berprestasi yang berhasil dalam mengatasi masalah stres akademik.

1.4 Manfaat Penelitian

1.4.1 Manfaat Teoretis

Hasil penelitian ini diharapkan dapat berkontribusi memperkaya keilmuan dan pengembangan program bimbingan konseling, khususnya mengenai gaya belajar, kesulitan belajar, penyesuaian diri dan stres akademik, serta dapat memperkaya konsep untuk penelitian selanjutnya.

1.4.2 Manfaat Praktis

1. Hasil penelitian ini dapat menjadi informasi bagi dinas pendidikan dan kerjasama semua pihak terkait dalam mengembangkan prestasi siswa, meningkatkan skil guru dan kualitas sekolah.
2. Bagi guru mata pelajaran dan guru BK, penelitian ini dapat menjadi *referensi*, pemahaman konsep dan implikasi model pembelajaran dalam proses belajar mengajar, menjadikan sebagai salah satu bagian *need assessment* pelayanan

dalam menyusun program konseling sehingga dapat memfasilitasi kebutuhan siswa yang diaplikasikan dalam kehidupan pribadi, belajar, sosial dan karir siswa.

3. Penelitian ini diharapkan dapat memberikan kontribusi bagi orangtua dalam membantu memahami problematika belajar yang dialami oleh anak, sebagai persiapan anak menghadapi dan menuju kesuksesan dimasa depannya.
4. Untuk siswa, hendaknya jadikan penelitian ini rujukan untuk lebih memahami dan mengembangkan gaya belajar yang bervariasi sesuai kebutuhan belajar, sebagai salah satu upaya mengatasi problematika pembelajaran agar hasil belajar optimal sesuai harapan dan dapat mencapai prestasi yang terbaik dimasa depan.

1.5 Batasan Penelitian

Batasan penelitian ini adalah gaya belajar siswa berprestasi yang berhasil dalam mengatasi kesulitan belajar, penyesuaian diri dan stres akademik. Fokus batasan bahasan penelitian ini dengan kriteria berikut:

1. Siswa berprestasi akademik.
2. Konsistensi siswa dalam berprestasi dan mampu mengatasi semua masalah kesulitan belajar, penyesuaian diri dan stres akademik, walaupun dihadapkan dengan situasi dan kondisi belajar yang berbeda.
3. Penyesuaian diri pribadi, social dan penyesuaian terhadap tuntutan akademik.
4. Menggunakan satu model gaya belajar.
5. Novelty hanya sebatas desain model, belum dibuat secara sintakmatiknya.

1.6 Defenisi Istilah

1.6.1 Gaya Belajar

Gaya belajar (*learning style*) adalah kombinasi dari cara/kesukaan seseorang dalam belajar yang memiliki pola perilaku spesifik dalam proses menerima, menyimpan, mengembangkan, mengatur dan mengolah informasi baru, dengan cepat dan baik (DePorter dan Hernacki, 2016; Sugihartono et al., 2013; Uno, 2018). Gaya belajar juga cara siswa bereaksi memahami, berperilaku dan berinteraksi dengan menggunakan stimulus yang diterima dalam proses pembelajaran (Nasution, 2011), yang dipengaruhi kognitif, afektif, emosi, sosial, fisiologi dan psikologi (MacKeracher, 2004). Penelitian ini menggunakan model gaya belajar Kolb (2013) yaitu; 1). *Diverger* perpaduan *Concrete experience (CE)* dan *Reflectif Observation (RO)*, 2). *Assimilator* perpaduan *Reflectif Observation (RO)* dan *Abstrac Conzeptualization (AC)*, 3). *Converger* perpaduan *Abstrac Conzeptualization (AC)* dan *Active Experimentation (AE)*, 4). *Accomodator* Perpaduan *Active Experimentation (AE)* dan *Concrete experience (CE)*.

1.6.2 Siswa Berprestasi

Siswa adalah “murid”, “orang/anak” yang sedang belajar, bersekolah. Sorang siswa (murid laki-laki) dan siswi (murid wanita), seorang pelajar yang duduk dibangku sekolah dasar, sekolah menengah pertama dan sekolah menengah atas agar memperoleh ilmu pengetahuan untuk menggapai cita-citanya (KBBI, 2008). Siswa merupakan anggota masyarakat berusaha meningkatkan kualitas dirinya melalui proses pendidikan (UU no 20/2003 pasal 1 ayat 4).

Prestasi adalah hasil yang telah dicapai, dilakukan, dan dikerjakan pada bidang akademik (KBBI, 2008). istilah prestasi umumnya dikaitkan dengan istilah akademik, *achievement level* dan motivasi berprestasi. Prestasi adalah hasil dari kemampuan, keterampilan, dan sikap seseorang dalam menyelesaikan berbagai hal, berorientasi tugas yang dievaluasi sesuai kriteria (Arifin, 2012). Simpulannya siswa berprestasi adalah seorang siswa, bagian masyarakat yang duduk dijenjang pendidikan, berusaha memperoleh ilmu pengetahuan, meningkatkan kualitas dirinya melalui proses pendidikan berorientasi kerja keras, berani menerima tantangan, bertanggung jawab dan berkompetitif untuk mencapai kesuksesan.

1.6.3 Kesulitan Belajar

Kesulitan belajar suatu kondisi dimana siswa tidak dapat belajar secara wajar, disebabkan adanya ancaman, hambatan/gangguan belajar (KBBI, 2008). Kesulitan belajar yang dibahas; 1) tugas perkembangan (*developmental learning disabilities*), 2) pengolahan informasi, 3) belajar akademik (*academic learning disabilities*), 4) ketergangguan belajar (*learning disorder*), 5) ketidak mampuan belajar (*learning disabilities*), 6) ketidak fungsian belajar (*learning disfungsi*), 7) faktor pencapaian rendah (*under achiever*), 8) lambat belajar (*slow learner*), (Jamaris, 2013; Djamarah, 2012). Faktor internal dan eksternal yang berkaitan dengan diri yaitu, lingkungan keluarga, sekolah, masyarakat, sosial dan media masa (Wilcoc, 2013; Suryabrata, 2012). Secara spesifik faktor yang memperengaruhi kesulitan belajar siswa berprestasi yaitu; 1) diri individu (*perfectionis* dan *individualis*, menarik diri, egois, kurang diterima dan diakui

teman sebaya), 2) keluarga (pola asuh, konflik, ekonomi, pendidikan, karakter orangtua), 3) sekolah (kritis, logis, kurikulum).

1.6.4 Penyesuaian Diri

Penyesuaian diri (*Adjustment*) adalah suatu proses yang mencakup respon mental dan tingkah laku, dimana individu berusaha untuk berhasil mengatasi kebutuhan dalam dirinya, ketegangan, konflik, dan frustrasi yang dialaminya, sehingga terwujud tingkat keselarasan harmoni antara tuntutan dari dalam diri dengan apa yang diharapkan oleh lingkungan. Penyesuaian diri yang dimaksud adalah penyesuaian diri pribadi, penyesuaian diri sosial, dan penyesuaian diri terhadap tuntutan akademik (Fatimah, 2010; Hanggowiyono, 2015).

1.6.5 Stres Akademik

Stres akademik merupakan stres yang berkaitan dengan kegiatan belajar siswa di sekolah, berupa ketegangan dan respon yang muncul akibat terlalu banyak tuntutan tugas akademik yang harus dikerjakan sehingga mengakibatkan *distorsi* pada pikiran siswa, mempengaruhi fisik, emosi, perilaku dan penilaian akibat *stresor* akademik (Harvinta dan Lestari, 2015), karenanya diperlukan suatu bantuan ketika siswa mengalami stres akademik yang akan memunculkan reaksi dari stresor yang di alaminya (Barseli et al., 2017). Stres akademik suatu kondisi individu yang mengalami pelbagai tuntutan akademik yang bersumber dari proses pembelajaran diluar kemampuan individu yang dipengaruhi oleh faktor internal dan eksternal disertai dengan perubahan fisiologis, psikologis dan berpengaruh pada kesehatan (Oktavia et al., 2019; Ekawarna, 2018; Farrelly et al., 2013).

