

**ANALISIS IDENTIFIKASI FAKTOR YANG MEMPENGARUHI
STRES AKADEMIK PADA SISWA KELAS VII DI SMP NEGERI
2 BANJARMASIN**

SKRIPSI



**DIMAS ADITYA
NIM 1910123310009**

**KEMENTERIAN PENDIDIKAN DAN KEBUDAYAAN
UNIVERSITAS LAMBUNG MANGKURAT
FAKULTAS KEGURUAN DAN ILMU PENDIDIKAN
JURUSAN ILMU PENDIDIKAN
PROGRAM STUDI BIMBINGAN DAN KONSELING
BANJARMASIN
2023**

LEMBAR PENGESAHAN PEMBIMBING SKRIPSI

**ANALISIS IDENTIFIKASI FAKTOR YANG MEMPENGARUHI STRES
AKADEMIK PADA SISWA KELAS VII SMP NEGERI 2 BANJARMASIN**

**DIMAS ADITYA
NIM 1910123310009**

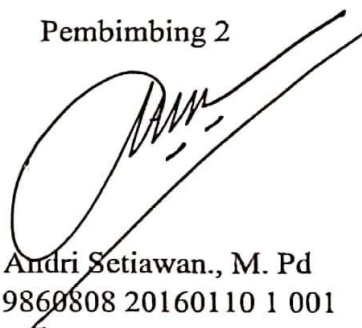
Disetujui untuk Dipertahankan di Depan Dewan Penguji

Pembimbing 1



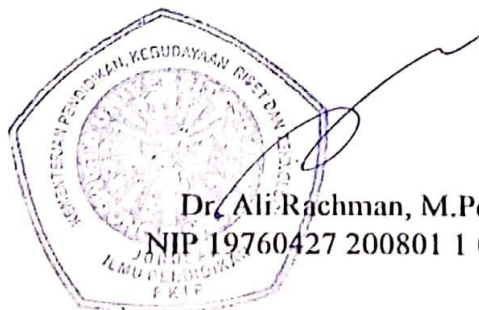
**Akhmad Sugianto, S. Pd., M.Pd
NIP 19890504 201903 1017**

Pembimbing 2



**M. Andri Setiawan., M. Pd
NIP 19860808 20160110 1 001**

Mengetahui
Ketua Jurusan Ilmu Pendidikan
Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan
Universitas Lambung Mangkurat



**Dr. Ali Rachman, M.Pd
NIP 19760427 200801 1 011**

LEMBAR PERSETUJUAN DAN PENGESAHAN SKRIPSI

Skripsi oleh Dimas Aditya
Telah dipertahankan dihadapan Dewan Penguji
Pada Tanggal 23 Juni 2023

Dewan penguji

Dr. Ali Rachman, M.Pd
NIP 19760427 200801 1 011

Dr. Ririanti Rachmayanie J., S.Psi, M.Pd
NIP 19750214 200501 2 001

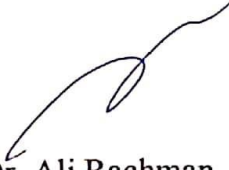
Akhmad Sugianto
NIP 19890504 201903 1 017

M. Andri Setiawan., M. Pd
NIP 19860808 20160110 1 001

Dr. Ali Rachman, M.Pd
NIP 19760427 200801 1 011

..... Ketua
..... Sekretaris
..... Penguji I
..... Penguji II
..... Penguji III

Mengetahui,
Ketua Jurusan Ilmu Pendidikan
FKIP ULM


Dr. Ali Rachman, M.Pd
NIP 19760427 200801 1 011

MOTTO – HALAMAN PERSEMBAHAN

“Aku tidak takut pada luka dan sakit. Apa yang terjadi, ku takkan gentar pergi untuk mencari impian milikku. Meskipun ada yang menghalangi untuk sampai ke tujuan”
(JKT48 – “First Rabbit”)

Alhamdulillah Rabbil Alamin, segala puji dan syukur kepada Allah Subhanahu Wa Ta’ala, Tuhan yang Maha Esa. Atas berkah dan ridho serta Kuasa-Nya lah penulis diberikan kemampuan dan kemudahan untuk menyelesaikan skripsi ini. Shalawat dan salam selalu tercurahkan kepada Baginda Nabi Besar Muhammad SAW berkat beliau lah kita mampu mengenal dunia dengan ilmu pengetahuan dan kebaikan.

Saya persembahkan karya sederhana ini sebagai tanda hormat dan ucapan terimakasih yang tak terhingga kepada orang yang saya sayangi serta saya banggakan di dunia dan di akhirat nantinya. Terimakasih saya haturkan yang sebesar-besarnya kepada kedua orang tua dan keluarga saya yang telah mendoakan, mendukung, dan berkorban banyak hal untuk saya. Begitupun saya ucapkan terimakasih kepada Bapak dan Ibu Dosen Program Studi Bimbingan dan Konseling FKIP ULM yang selama ini telah mengajar, membimbing, serta mendukung saya dengan ilmu yang tulus untuk memperkaya pengalaman yang saya miliki hingga mampu menyelesaikan skripsi ini, khususnya Dosen Pembimbing I saya Bapak Akhmad Sugianto, S.Pd., M.Pd yang tak pernah letih untuk membimbing dan memberikan motivasi untuk saya dalam pembuatan skripsi ini.

Tak lupa saya ucapkan terimakasih kepada seluruh teman, sahabat, orang-orang terdekat saya yang tidak bisa diucapkan satu per satu namun akan saya selalu ingat segala pertolongan yang selalu saya ingat hingga akhir nanti. Terimakasih telah membantu saya dalam menyumbangkan tenaga dan pikiran serta semangat hingga doa yang menjadikan motivasi yang kuat untuk tetap maju hingga titik ini yaitu, mampu menyelesaikan Pendidikan S1 saya.

SURAT PERNYATAAN

Saya yang bertanda tangan dibawah ini:

Nama : Dimas Aditya
NIM : 1910123310009
Tempat/tanggal lahir : Kotabaru, 17 Juli 2001
Jurusan : Ilmu Pendidikan
Program Studi : Bimbingan dan Konseling
Universitas : Lambung Mangkurat Banjarmasin

Dengan ini menyatakan bahwa skripsi saya yang berjudul “**Analisis Identifikasi Faktor Yang Mempengaruhi Stres Akademik Pada Siswa Kelas VII SMP Negeri 2 Banjarmasin**” beserta seluruh isinya adalah benar-benar karya sendiri, dan saya tidak melakukan penjiplakan atau pengutipan dengan cara-cara yang tidak sesuai dengan etika yang berlaku dalam masyarakat keilmuan.

Saya siap menanggung resiko/sanksi yang dijatuhkan kepada saya apabila ditemukan adanya pelanggaran terhadap etika keilmuan dalam karya saya ini.

Banjarmasin, 31 Oktober 2023

Hormat saya,



Dimas Aditya
NIM 1910123310009

ABSTRAK

Dimas Aditya. 2023. *Analisis Identifikasi Faktor Yang Mempengaruhi Stres Akademik Pada Siswa Kelas VII di SMP Negeri 2 Banjarmasin*". Pembimbing (I) Akhmad Sugianto, S.Pd., M.Pd, (II) M. Andri Setiawan, M.Pd.

Kata Kunci : Stres Akademik, stress, siswa

Banyaknya tekanan pada siswa karena pandangan yang subjektif pada sebuah keadaan akademik sering kali dikenal dengan istilah stress akademik. Siswa akan merespon tuntutan sekolah yang menekan dirinya melalui pikiran, fisik, emosi, dan serta perilaku. Penelitian ini dilakukan dengan tujuan untuk menggambarkan faktor yang mempengaruhi stress akademik pada siswa Kelas VII di SMP Negeri 2 Banjarmasin. Penelitian ini termasuk dalam jenis penelitian survei dengan pendekatan kuantitatif yang bersifat deskriptif. Subjek penelitian ini adalah siswa kelas VII SMP Negeri 2 Banjarmasin dengan jumlah sampel 280 siswa yang berasal dari seluruh total populasi yang ada pada siswa kelas VII. Data pada penelitian ini dikumpulkan dengan instrumen angket Stres akademik dengan 52 Item valid. Penentuan sampel berdasarkan teknik sampel jenuh. Data dianalisis dengan uji statistik deskriptif. Hasil dari penelitian ini didapatkan bahwa faktor yang mempengaruhi stres akademik pada siswa kelas VII di SMP Negeri 2 Banjarmasin terdiri dari 2 faktor yaitu faktor internal dan eksternal. Contoh dari faktor internal diantaranya yaitu kepercayaan, cara berpikir, serta kepribadian. Contoh dari faktor eksternal yaitu ekspektasi orangtua, pelajaran yang sangat banyak, dan standar sosial. Gambaran dari stres akademik berdasarkan kedua faktor tersebut berada di kategori tinggi. Dengan indikator pola pikir pada faktor internal dan indikator tekanan berprestasi tinggi pada faktor eksternal. Berdasarkan hasil tersebut diharapkan siswa dapat berupaya untuk mengelola stres dengan baik dan sehat dengan cara mengatur jam belajar yang baik untuk meminimalisir stres akademik terjadi.

ABSTRACT

Dimas Aditya. 2023. “*Analysis of Identification of Factors Affecting Academic Stress in Class VII Students at SMP Negeri 2 Banjarmasin*”. Guide Thesis (I) Akhmad Sugianto, S.Pd., M.Pd, (II) M. Andri Setiawan, M.Pd.

Keyword : Academic Stress, Stress, Students

The amount of pressure on students due to subjective views on an academic situation is often known as academic stress. Students will respond to school demands that put pressure on them through thoughts, physical, emotions and behavior. This research was conducted with the aim of describing the factors that influence academic stress in Class VII students at SMP Negeri 2 Banjarmasin. This research is included in the type of survey research with a descriptive quantitative approach. The subjects of this research were class VII students at SMP Negeri 2 Banjarmasin with a sample size of 280 students from the entire population of class VII students. The data in this study was collected using an academic stress questionnaire instrument with 52 valid items. Determination of samples based on saturated sampling techniques. Data were analyzed using descriptive statistical tests. The results of this research showed that the factors that influence academic stress in class VII students at SMP Negeri 2 Banjarmasin consist of 2 factors, namely internal and external factors. Examples of internal factors include beliefs, ways of thinking, and personality. Examples of external factors are parental expectations, lots of lessons, and social standards. The description of academic stress based on these two factors is in the high category. With indicators of mindset on internal factors and indicators of high achievement pressure on external factors. Based on these results, it is hoped that students can try to manage stress well and healthily by arranging good study hours to minimize academic stress.

KATA PENGANTAR

Puji dan syukur kehadiran Allah SWT karena berkat Rahmat-Nya dan Karunia-Nya, Sehingga skripsi berjudul “Analisis Identifikasi Faktor Yang Mempengaruhi Stres Akademik Pada Siswa Kelas VII di SMP Negeri 2 Banjarmasin” dapat diselesaikan.

Skripsi ini disusun untuk memenuhi salah satu persyaratan dalam menyelesaikan program S1 (Strata-1) pada Program Studi Bimbingan dan Konseling Jurusan Ilmu Pendidikan Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Uniuversitas Lambung Mangkurat Banjarmasin.

Disadari bahwa keberhasilan penyusunan skripsi ini tidak lepas dari peran serta berbagai pihak yang telah membantu baik secara moril maupun materil. Untuk itu pula penyusun ingin menyampaikan ucapan terima kasih khususnya kepada Bapak Akhmad Sugianto, S.Pd, M.Pd yang telah banyak memberikan masukan, bimbingan, arahan, dan saran dalam penyusunan skripsi ini.

Selain itu, ucapan terima kasih ini penyusun tujukan kepada:

1. Tuhan yang Maha Esa yang selalu memberikan petunjuk jalan dan kelancaran dalam penyusunan skrpsi.
2. Bapak Prof. Dr. Ahmad, S.E.,M.Si, selaku Rektor Universitas Lambung Mangkurat yang telah memberikan dukungan dalam pelaksanaan penelitian.

3. Bapak Dr. Sunarno Basuki, Drs. M.Kes selaku dekan FKIP Universitas Lambung Mangkurat Banjarmasin yang telah memberikan dukungan dan fasilitas dalam rangka kelancaran pelaksanaan penelitian.
4. Bapak Nuryadi, S.Pd., M.A selaku Kepala Dinas Pendidikan dan Kebudayaan Kota Banjarmasin yang telah memberikan rekomendasi sehingga penelitian ini dapat terlaksana.
5. Bapak Dr. Ali Rachman, M.Pd selaku Ketua Jurusan dan Ilmu Pendidikan yang telah memberikan pengarahan sehingga penelitian ini dapat terlaksana.
6. Ibu Dr. Ririanti Rachmayanie Jamain, S.Psi, M.Pd selaku Koordinator Program Studi Bimbingan dan Konseling yang telah memberikan bimbingan dan fasilitas dalam pelaksanaan penelitian.
7. Ibu Hj.Khairiah, M.Pd selaku Kepala Sekolah SMP Negeri 2 Banjarmasin, yang telah memberikan izin kepada saya untuk melaksanakan penelitian sehingga penelitian ini dapat terlaksana dengan lancar.
8. Bapak/Ibu Dosen Pengajar di Program Studi Bimbingan dan Konseling yang telah memberikan bantuan dan motivasi dalam melaksanakan penelitian ini.
9. Ibu Noor Asiyah, S.Pd selaku Guru Bimbingan dan Konseling di SMP Negeri 2 Banjarmasin, yang telah memberikan segala motivasi dan bimbingannya selama penelitian.
10. Bapak/Ibu Guru Pengajar serta staf karyawan SMP Negeri 2 Banjarmasin yang telah memberikan informasi, pengarahan dan bimbingan, serta membantu dalam melaksanakan penelitian ini.

11. Keluarga kecil yang saya sayangi, Ayah, Ibu, kakak dan adik saya yang telah mendukung impian dan senantiasa mendoakan saya.
12. Seluruh peserta didik SMP Negeri 2 Banjarmasin khususnya siswa kelas VII yang sangat saya sayangi dan saya banggakan.
13. Seluruh teman-teman mahasiswa Bimbingan dan Konseling khususnya angkatan 2019 yang selama ini telah memberikan semangat dan dorongan sehingga saya dapat menyelesaikan penelitian dengan baik dan lancar.
14. Semua pihak yang telah membantu pelaksanaan penelitian yang tidak dapat saya sebutkan satu per satu.

Penyusun menyadari bahwa dalam menyelesaikan skripsi ini masih jauh dari sempurna. Oleh karena itu saran dan kritik yang membangun sangat penyusun harapkan demi kesempurnaan di masa depan. Semoga amal baik yang diberikan mendapat balasan yang berlipat ganda dari Allah SWT. Dan dapat bermanfaat serta memberikan sumbangan bagi semua pihak. Aamiin.

Banjarmasin,

Dimas Aditya
NIM 1910123310009

DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL.....	i
LEMBAR PENGESAHAN PEMBIMBING SKRIPSI	iii
LEMBAR PERSETUJUAN.....	iv
MOTO – HALAMAN PERSEMBAHAN.....	v
SURAT PERNYATAAN KEASLIAN TULISAN	vi
ABSTRAK	vii
KATA PENGANTAR	ix
DAFTAR ISI.....	xii
DAFTAR TABEL.....	xiv
DAFTAR GAMBAR	xv
DAFTAR LAMPIRAN.....	xvi
BAB I PENDAHULUAN.....	1
A. Latar Belakang Masalah.....	1
B. Fokus dan Sub Fokus Penelitian	5
1. Fokus Penelitian	5
2. Sub Fokus Penelitian.....	6
C. Tujuan Penelitian	6
D. Batasan Masalah.....	7
E. Manfaat Penelitian	7
BAB II KAJIAN TEORITIK.....	9
A. Deskripsi Konseptual Variabel Penelitian	9
1. Stres.....	9
2. Stres Akademik	12
3. Faktor Yang Mempengaruhi Stres Akademik.....	14
B. Hasil Penelitian Yang Relevan	17
C. Kerangka Berpikir.....	19
BAB III METODE PENELITIAN.....	21
A. Pendekatan dan Jenis Penelitian.....	21
B. <i>Setting</i> Penelitian.....	22
1. Tempat Penelitian.....	22
2. Waktu Penelitian	22
3. Latar Penelitian	22
C. Jenis dan Sumber Data.....	23
1. Jenis Data	23
2. Sumber Data.....	24

D. Teknik Prosedur Pengumpulan Data.....	25
1. Definisi Konseptual.....	25
2. Definisi Operasional.....	25
3. Teknik Pengumpulan Data.....	26
4. Prosedur Pengumpulan Data.....	28
E. Teknik Analisis Data.....	31
F. Pemeriksaan Keabsahan Data.....	33
BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN.....	35
A. Prosedur Penelitian.....	35
1. Gambaran Lokasi Penelitian.....	35
2. Persiapan Penelitian.....	37
3. Pelaksanaan Penelitian.....	38
B. Paparan Data dan Hasil Penelitian.....	40
1. Uji Instrumen Data.....	40
2. Deskripsi Variabel.....	42
C. Hasil Teknik Analisis Data.....	44
1. Statistik Deskriptif.....	44
D. Pembahasan.....	53
BAB V PENUTUP.....	59
A. Kesimpulan.....	59
B. Keterbatasan Penelitian.....	60
C. Saran.....	61
DAFTAR RUJUKAN.....	62
LAMPIRAN.....	65

DAFTAR TABEL

Tabel 3.1. Jumlah Populasi Siswa Kelas VII SMP Negeri 2 Banjarmasin	23
Tabel 3.2. Kisi-kisi Instrumen Angket Stres Akademik sebelum Uji Kelayakan.....	29
Tabel 3.3. Tabel Skala Likert.....	30
Tabel 3.4. Kelas Interval Kategorisasi	33
Tabel 4.1. Kisi-Kisi Instrumen Angket Setelah Uji Kelayakan	39
Tabel 4.2. Kisi-Kisi Angket Setelah Uji Validitas	41
Tabel 4.3. Hasil Analisis Reliabilitas menggunakan <i>Cronbach's Alpha</i>	42
Tabel 4.4. Rata-rata skor Indikator Variabel Faktor yang mempengaruhi Stres Akademik	44
Tabel 4.5. Tabel Kelas Interval Kategorisasi Stres Akademik	45
Tabel 4.6. Kelas Interval Kategorisasi Faktor Internal	48
Tabel 4.7. Kelas Interval Kategorisasi Faktor Eksternal.....	50

DAFTAR GAMBAR

Gambar 4.1. Grafik Persentase Skala Stres Akademik	46
Gambar 4.2. Grafik Persentase Faktor Internal.....	49
Gambar 4.3. Grafik Persentase Faktor Eksternal	52

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1. Lembar Penilaian Uji Angket.....	66
Lampiran 2. Hasil Uji Ahli	73
Lampiran 3. Kisi-kisi angket sebelum Uji Validitas.....	77
Lampiran 4 Angket Sebelum Uji Validitas.....	82
Lampiran 5. Kisi-kisi Angket Setelah Uji Validitas	87
Lampiran 6. Angket Setelah Uji Validitas	91
Lampiran 7. Hasil Uji Validitas dan Reliabilitas	95
Lampiran 8. Surat Izin Penelitian	102
Lampiran 9 Surat Keterangan telah melakukan penelitian	106
Lampiran 10 Jurnal Revisi	108
Lampiran 11. Dokumentasi.....	114