

**PERBEDAAN STRES BELAJAR SISWA DENGAN PEMBELAJARAN  
KURIKULUM 2006 DAN KURIKULUM 2013 DI SMA KABUPATEN  
KLATEN**

*ARTIKEL E-JOURNAL*



Oleh  
Fitria Kurniawati  
NIM. 11104244052

**PROGRAM STUDI BIMBINGAN DAN KONSELING  
JURUSAN PSIKOLOGI PENDIDIKAN DAN BIMBINGAN  
FAKULTAS ILMU PENDIDIKAN  
UNIVERSITAS NEGERI YOGYAKARTA  
SEPTEMBER 2015**

## PERSETUJUAN

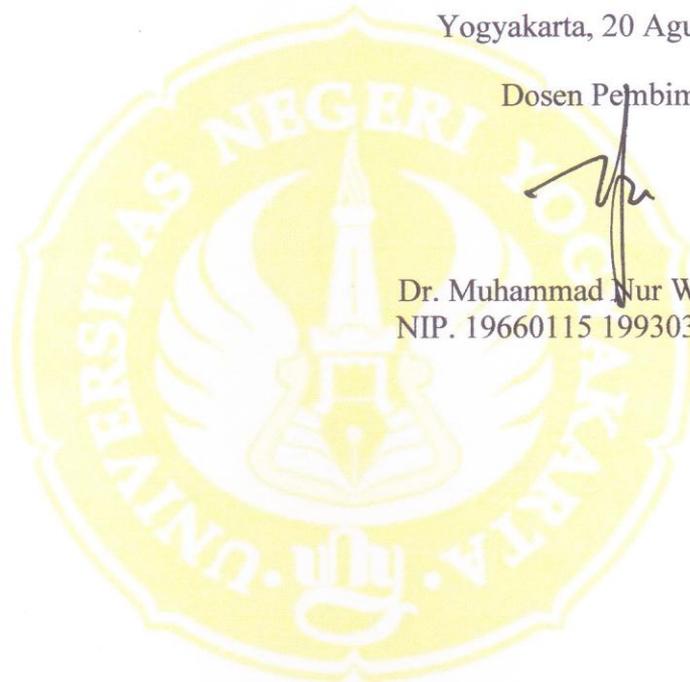
Artikel *e-journal* yang berjudul “Perbedaan Stres Belajar Siswa dengan Pembelajaran Kurikulum 2006 dan Kurikulum 2013 di SMA Kabupaten Klaten” yang disusun oleh Fitria Kurniawati, NIM 11104244052 ini telah disetujui oleh pembimbing untuk dipublikasikan.

Yogyakarta, 20 Agustus 2015

Dosen Pembimbing



Dr. Muhammad Nur Wangid, M.Si.  
NIP. 19660115 199303 1 003



## **PERBEDAAN STRES BELAJAR SISWA DENGAN PEMBELAJARAN KURIKULUM 2006 DAN KURIKULUM 2013 DI SMA KABUPATEN KLATEN**

### ***THE DIFFERENCES OF STUDENTS STRESS ON LEARNING WITH TEACHING CURRICULUM 2006 AND TEACHING CURRICULUM 2013 AT SMA KABUPATEN KLATEN***

Oleh: Fitria Kurniawati, Universitas Negeri Yogyakarta  
[fitriakurniawati60@gmail.com](mailto:fitriakurniawati60@gmail.com)

#### **Abstrak**

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui gambaran stres belajar siswa dengan pembelajaran kurikulum 2006 dan 2013 di SMA Kabupaten Klaten dan untuk mengetahui perbedaan stres belajar siswa dengan pembelajaran kurikulum 2006 dan kurikulum 2013 di SMA Kabupaten Klaten. Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan jenis komparasi. Subjek dalam penelitian ini adalah siswa kelas X dan XI SMA Negeri 1 Bayat berjumlah 144 siswa dan siswa kelas X dan XI SMA N 1 Cawas berjumlah 248 siswa. Penentuan sampel menggunakan teknik *cluster random sampling*. Data diperoleh dengan menggunakan checklist stres belajar. Uji validitas menggunakan *expert judgement*, sedangkan reliabilitas menggunakan *Alpha Cronbach* dengan nilai koefisien sebesar 0,805. Analisis data menggunakan teknik uji-t dengan *Mann Whitney U*. Hasil penelitian menunjukkan bahwa secara umum siswa dengan pembelajaran kurikulum 2006 dan kurikulum 2013 mempunyai kecenderungan stres belajar rendah. Hasil analisis data dengan uji t angka signifikansi 0,528 atau  $p > 0,05$  menunjukkan tidak adanya perbedaan stres belajar siswa dengan pembelajaran kurikulum 2006 dan kurikulum 2013.

Kata Kunci: stres belajar, siswa dengan pembelajaran kurikulum 2006, siswa dengan pembelajaran kurikulum 2013

#### **Abstract**

*This research is intended to find out the illustration of students stress on learning with teaching curriculum 2006 and 2013 at SMA Kabupaten Klaten and to find out the differences of students stress on learning with teaching curriculum 2006 and curriculum 2013 at SMA Kabupaten Klaten. This research uses quantitative method with comparison research. Subject in this research were student class X and class XI at SMA N 1 Bayat was 144 student and student class X and XI at SMA N 1 Cawas was 248 student. The sampling technique used was the cluster random sampling. Checklist on learning stress used to collect the data. The validity test of the instrument is using expert, while reliability using Alpha Cronbach coefficient of 0,805. on the value of empathy scale and 0,910 on social acceptance. The data analysis used uji-t with Mann Whitney U test. The result of the research show that commonly student with teaching curriculum 2006 and curriculum 2013 have low stress preference on learning. The result of data analysis used uji t significance numeral 0,528 or p value  $> 0,05$  show that there is no defference of student stress on learning with teaching curriculum 2006 and curriculum 2013.*

Keyword: stress on learning, students with teaching curriculum 2006, students with teaching curriculum 2013

## PENDAHULUAN

Pendidikan merupakan sesuatu hal yang bersifat universal dalam kehidupan masyarakat, sehingga keberadaannya tidak dapat dipungkiri. Pendidikan bertujuan untuk mengembangkan segala potensi yang dimiliki individu sesuai dengan nilai dan kebudayaan dalam masyarakat. Hal ini sesuai dengan pengertian pendidikan menurut UU No.20 tahun 2003 pasal 1 ayat 1, yaitu :

“Pendidikan adalah usaha sadar dan terencana untuk mewujudkan suasana belajar dan proses pembelajaran agar peserta didik secara aktif mengembangkan potensi dirinya untuk memiliki kekuatan spiritual keagamaan, pengendalian diri, kepribadian, kecerdasan, akhlak mulia, serta ketrampilan yang diperlukan dirinya, masyarakat, bangsa, dan negara.”

Keberhasilan tujuan pendidikan sangat dipengaruhi oleh ketersediaan berbagai komponen pendukungnya. Salah satu diantaranya adalah kurikulum yang digunakan dalam tataran pendidikan. Kurikulum dipandang sangat penting sebagai alat untuk menunjang keberhasilan suatu pendidikan.

Pemerintah memandang perlunya pengembangan kurikulum yang mampu membentuk lulusan dengan kompetensi dan kemampuan yang mencakup sikap, pengetahuan dan ketrampilan secara terpadu. Pemerintah Indonesia melalui Kementerian Pendidikan dan Kebudayaan telah mengeluarkan sebuah rancangan kurikulum yang disebut kurikulum 2013. Indonesia sudah mengalami pengembangan kurikulum beberapa kali yang bertujuan menyesuaikan dengan perkembangan dan kemajuan zaman guna mencapai hasil yang maksimal. Pengembangan kurikulum 1964, 1968, 1975, kurikulum 1984,

kurikulum 1994, kurikulum 2004 yang disebut dengan Kurikulum Berbasis Kompetensi (KBK), Kurikulum Tingkat Satuan Pendidikan (KTSP) pada tahun 2006 hingga ditahun 2013 yang akan dicanangkan menjadi kurikulum 2013.

Kurikulum Tingkat Satuan Pendidikan dipandang masih memiliki permasalahan, menurut Kementerian Pendidikan dan Kebudayaan dalam materi bahan uji publik kurikulum 2013 (2012: 14) menyebutkan bahwa kurikulum 2006 masih memiliki berbagai permasalahan, yaitu : 1) Konten kurikulum masih terlalu padat yang ditunjukkan dengan banyaknya mata pelajaran dan banyak materi yang keluasan dan kesukarannya melampaui tingkat perkembangan usia anak. 2) Kurikulum belum sepenuhnya berbasis kompetensi sesuai dengan tuntutan fungsi dan tujuan pendidikan nasional. 3) Kompetensi belum menggambarkan secara holistik domain sikap, ketrampilan, dan pengetahuan. 4) Beberapa kompetensi yang dibutuhkan sesuai dengan perkembangan kebutuhan (misalnya pendidikan karakter, metodologi pembelajaran aktif, keseimbangan *softskill* dan *hardskill*, kewirausahaan) belum terakomodir dalam kurikulum. 5) Kurikulum belum peka dan tanggap terhadap perubahan sosial yang terjadi pada tingkat lokal, nasional, maupun global. 6) Standar penilaian belum mengarahkan pada penilaian berbasis kompetensi (sikap, ketrampilan, dan pengetahuan ) dan belum tegas menuntut adanya remediasi secara berkala. 8) Dengan KTSP memerlukan dokumen kurikulum yang lebih rinci agar tidak menimbulkan multitafsir. Perubahan kurikulum 2006 menjadi kurikulum 2013 terlihat pada struktur pembelajaran. Menurut Kementerian Pendidikan dan Kebudayaan dalam materi bahan

uji publik kurikulum 2013 (2012: 23-25) Perubahan sistem pada SMA yaitu terdapat pengurangan mata pelajaran yang diikuti siswa, serta adanya penambahan jam pelajaran 2 jam perminggu untuk tingkat SMA. Penambahan jam pelajaran dimaksudkan agar pembelajaran lebih mengedapankan karakter siswa. Selain itu proses pembelajaran kurikulum 2013 dalam rangka pengembangan kompetensi dilakukan dengan tematik integratif melalui mata pelajaran wajib dan pilihan untuk SMA. Kurikulum 2013 memberikan peluang lebih terbuka kepada siswa SMA untuk memilih mata pelajaran yang diminati, mendalami materi mata pelajaran dan mengembangkan berbagai potensi yang dimiliki secara fleksibel sesuai dengan kecerdasan, bakat dan minat siswa. Siswa untuk lebih berperan aktif dan belajar lebih keras, serta adanya perubahan proses pembelajaran yang semula siswa diberi tahu menjadi siswa mencari tahu. Materi pembelajaran yang disesuaikan dengan tingkat perkembangan siswa.

Pelaksanaan pembelajaran sangat dipengaruhi oleh peran guru, bagaimana guru mendidik dan menciptakan lingkungan yang kondusif bagi siswa untuk belajar di kelas. Menurut E. Mulyasa (2004: 147), baik buruknya suatu kurikulum bergantung pada aktivitas dan kreativitas guru dalam menjabarkan dan merealisasikan kurikulum. Guru merupakan pihak yang terlibat langsung dalam proses pembelajaran di kelas. Guru yang paling tahu mengenai tingkat perkembangan serta potensi yang dimiliki peserta didik. Oleh karena itu, seorang guru hendaknya memahami tentang kurikulum dengan baik, sehingga pelaksanaan kurikulum dapat sesuai dengan tujuan.

Kurikulum 2013 membawa perubahan mendasar peran guru dalam pembelajaran. Secara administratif, pemerintah pusat telah menyiapkan perangkat pelaksanaan pembelajaran yang tidak perlu lagi disiapkan oleh guru. Namun, demikian guru harus lebih profesional, serta kreatif dan inovatif dalam melaksanakan tugasnya sebagai seorang pendidik. Guru berperan aktif sebagai motivator dan fasilitator pembelajaran sehingga siswa akan menjadi pusat pembelajaran. Hal ini menjadi kendala tersendiri karena tidak semua guru memiliki kompetensi tersebut.

Perubahan kurikulum ini membuat beban belajar baru bagi siswa, dikarenakan setiap harinya mereka harus berada lebih lama di kelas untuk menerima pelajaran. Perbedaan pembelajaran antara kurikulum 2006 dengan kurikulum 2013 tentunya juga memberikan dampak yang berbeda terhadap stres belajar siswa. Siswa dengan pembelajaran kurikulum 2013 dihadapkan pada *stressor* yang lebih kompleks. Stres belajar merupakan perasaan yang dihadapi oleh seseorang ketika terdapat tekanan-tekanan. Tekanan-tekanan tersebut berhubungan dengan belajar dan kegiatan sekolah, contohnya tenggat waktu PR, saat menjelang ujian, dan hal-hal yang lain (Oon, 2007). Menurut penelitian Suriani dan Suraini (Rathakrisnan, B & Ismail, R. 2009) dalam kajian mereka meneliti 96 orang kalangan pelajar di pendidikan Sultan Idris banyak mengalami stres yang diakibatkan oleh tuntutan akademik, akibat guru/dosen, masalah pribadi, dan masalah sekolah/universitas. 70 – 91 % sumber stres berkaitan dengan aktifitas kurikulum, rekan dan keluarga yang dialami oleh 60 – 70 pelajar. Pada penelitian tersebut memaparkan bahwa 70-91% sumber stres atau *stressor* berkaitan dengan

aktifitas kurikulum, sehingga dengan adanya pengembangan kurikulum 2013 siswa mengalami stres belajar, dimana siswa dengan pembelajaran kurikulum 2013 memiliki tingkat stres belajar yang lebih tinggi dan ada beberapa siswa yang berpendapat bahwa tuntutan akademik pada pembelajaran kurikulum 2013 lebih berat.

Implementasi kurikulum 2013 dilaksanakan secara terbatas pada bulan juni 2013 untuk satuan pendidikan dasar dan menengah. Berdasarkan hasil wawancara dengan kepala bidang sekolah menengah Dinas Pendidikan dan Kebudayaan Klaten pada tanggal 26 Januari 2015 menyebutkan bahwa pada tahun 2015 terdapat 5 SMA yang melaksanakan kurikulum 2013 dan 22 SMA melaksanakan kurikulum 2006.

SMA N 1 Bayat merupakan sekolah yang melaksanakan kurikulum KTSP atau 2006. Sekolah tersebut hanya melaksanakan kurikulum 2013 selama satu semester saja yaitu pada semester ganjil tahun ajaran 2014/2015 sedangkan pada semester genap kembali melaksanakan kurikulum KTSP atau 2006. Berdasarkan hasil wawancara dengan salah satu guru BK SMA N 1 Bayat pada hari Rabu, 29 April 2015 menyatakan bahwa dampak pelaksanaan kurikulum 2013 belum begitu terasa dikarenakan sekolah hanya melaksanakan selama satu semester, sebagian besar siswa merasa kelelahan jika harus mengikuti pembelajaran yang satu mata pelajaran selama 4 jam pelajaran sekaligus misalnya untuk mata pelajaran matematika. Berbeda dengan kurikulum 2006, siswa hanya mengikuti pembelajaran selama 2 jam pelajaran saja. Hal tersebut selaras dengan hasil wawancara dengan beberapa siswa yang menyatakan bahwa mereka merasa mudah lelah ketika mengikuti pembelajaran di kelas, sehingga

mereka tidak dapat berkonsentrasi dalam mengikuti pembelajaran.

SMA Negeri 1 Cawas merupakan salah satu sekolah yang melaksanakan kurikulum 2013. Hasil wawancara yang dilakukan dengan salah satu Guru BK di SMA N 1 Cawas pada tanggal 02 Maret 2015 menyatakan bahwasanya sekolah telah melaksanakan kurikulum 2013 untuk kelas X dan XI sedangkan kelas XII menggunakan kurikulum 2006. Menurut Guru BK di SMA N 1 Cawas, siswa mendukung dan menyabut dengan baik adanya pengembangan kurikulum 2013 namun banyak siswa yang mengeluhkan adanya perubahan pola pembelajaran yang berdampak pada banyaknya tugas-tugas sekolah. Siswa dengan pembelajaran kurikulum 2013 cukup merasa tertekan akan tugas-tugas yang diberikan serta tuntutan-tuntutan akademik lainnya.

Selaras dengan pendapat guru BK hasil wawancara dengan tiga siswa pada tanggal 02 Maret 2015 diperoleh hasil bahwa kurikulum 2013 terlalu banyak tugas sehingga siswa sering merasa kerepotan dalam mengerjakan tugas dan sering merasakan pusing akan tugas-tugas yang diberikan. Mereka juga merasakan kurang nyaman dengan adanya pembelajaran lintas minat karena tidak bisa bersama dengan teman satu kelas. Salah satu siswa menyatakan bahwa justru merasa kebingungan dengan pola pembelajaran berbasis tim pada kurikulum 2013, dimana siswa dalam mengikuti pembelajaran dibuat berkelompok dan diberikan tugas oleh guru selanjutnya siswa mempresentasikan hasil kerja kelompok membuat siswa tidak memahami dengan baik materi pelajaran yang disampaikan. Berdasarkan hasil pengamatan ketika siswa mengikuti kegiatan belajar mengajar di kelas, siswa terlihat kurang

memperhatikan guru yang sedang memberikan materi, sebgaiian dari mereka sibuk mengerjakan tugas mata pelajaran lain.

Berdasarkan hasil pengamatan banyak diantara siswa yang meluapkan keluhan tentang adanya kurikulum 2013 melalui jejaring sosial seperti *facebook* yang pada intinya menuturkan tentang keluh kesah pembelajaran kurikulum 2013, baik masalah tugas maupun masalah guru. Berdasarkan fenomena diatas kondisi psikologis siswa yang tertekan akibat berbagai tuntutan belajar, maka dapat dikatakan siswa tersebut mengalami stres belajar. Stres belajar adalah perasaan tidak mengenakkan yang dialami siswa yang berhubungan dengan kegiatan belajar.

Berdasarkan uraian diatas maka perlu dilakukan penelitian tentang perbedaan stres belajar siswa dengan pembelajaran kurikulum 2006 dan kurikulum 2013 karena sejauh ini penelitian ini belum pernah diteliti sebelumnya. Disamping itu, diharapkan dengan penelitian ini dapat memberikan informasi kepada pihak sekolah khususnya guru pembimbing agar dapat memberikan pendampingan khusus kepada siswa.

## **METODE PENELITIAN**

### **Jenis Penelitian**

Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan jenis penelitian komparasi penelitian ini bertujuan untuk mengetahui perbedaan stres belajar siswa dengan pembelajaran kurikulum 2006 dan kurikulum 2013 .

### **Waktu dan Tempat Penelitian**

Penelitian ini dilaksanakan di SMA N 1 Bayat dan SMA N 1 Cawas di Kabupaten Klaten pada bulan Juni tahun 2015. Alasan penelitian dilakukan di tempat ini adalah terdapat masalah

yang melatarbelakangi penelitian ini perlu untuk dilaksanakan.

### **Populasi dan Sampel Penelitian**

Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh siswa kelas X dan XI SMA N 1 Bayat yang berjumlah 237 siswa dan siswa kelas X dan XI di SMA N 1 Cawas jumlah 678 siswa. Penentuan atau pengambilan sampel dalam penelitian ini menggunakan teknik cluster random sampling dan berdasarkan perhitungan diperoleh sampel penelitian sejumlah 144 siswa SMA N 1 Bayat dan 248 siswa SMA N 1 Cawas.

### **Data, Instrumen, dan Teknik Pengumpulan Data**

Pada penelitian ini, data yang diambil yaitu mengenai stres belajar siswa dengan pembelajaran kurikulum 2006 dan kurikulum 2013. Instrumen yang digunakan dalam penelitian adalah checklist stres belajar. Checklist stres belajar dikembangkan oleh peneliti dengan berdasarkan pada respon stres yang dikemukakan oleh Oon (2007: 14-20) yaitu respon emosi, respon fisik, respon kognitif dan respon perilaku. Teknik pengumpulan data dalam penelitian ini menggunakan metode checklist stres belajar.

### **Teknik Analisis Data**

Analisis data dilakukan setelah data dari hasil penyebaran checklist stres belajar kepada responden terkumpul. Sesuai dengan hipotesis dan tujuan penelitian ini yaitu mencari perbedaan maka data yang diperoleh akan di uji syarat terlebih dahulu yaitu uji normalitas dan homogenitas kemudian selanjutnya akan dianalisis untuk menguji hipotesis.

#### **a. Uji Prasyarat**

1. Uji normalitas dilakukan untuk mengetahui apakah sebaran data penelitian yang telah

terkumpul berdistribusi normal atau tidak. Teknik yang digunakan untuk uji normalitas dalam penelitian ini adalah menggunakan uji *Kolmogorov-Smirnov* (K-S) dengan bantuan *SPSS for windows release 16.0*. Data dikatakan berdistribusi normal apabila nilai signifikansi hasil uji memiliki nilai lebih besar dari taraf signifikansi 5% atau  $(p) > 0,05$  dan sebaliknya apabila  $(p) < 0,05$  maka data tidak berdistribusi normal.

2. Uji homogenitas digunakan untuk menguji apakah sampel yang diambil secara acak tersebut homogen atau tidak. Uji homogenitas dalam penelitian ini dilakukan dengan menggunakan analisis perhitungan *Levene's Test* dengan bantuan program *SPSS for windows release 16.0*. Penentuan homogen tidaknya suatu data dengan ketentuan taraf signifikansi homogenitas lebih dari 5% maka menunjukkan sata bersifat homogen.

#### **b. Uji Hipotesis**

Uji hipotesis dilakukan untuk mengetahui perbedaan dan membuktikan hipotesis yang telah diajukan dalam penelitian ini yaitu ada perbedaan stres belajar siswa dengan pembelajaran kurikulum 2006 dan kurikulum 2013. Uji hipotesis dalam penelitian ini menggunakan uji t dengan *Mann-Whitney U t test* pada program *SPSS for Windows 16.0*. Kriteria Uji T dikatakan ada perbedaan yang signifikan jika didapatkan nilai  $p < 0,05$ .

### **HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN**

#### **Hasil Penelitian**

Data yang telah diperoleh mengenai stres belajar dari siswa yang mengikuti pembelajaran

kurikulum 2006 dan kurikulum 2013 dengan menyebar 144 *checklist* kepada responden yaitu siswa SMA N 1 Bayat dan 248 *checklist* kepada responden yaitu siswa SMA N 1 Cawas. Keseluruhan *checklist* kembali sesuai dengan jumlah yang disebar yaitu 392 *checklist*. Subyek penelitian dikategorikan menjadi tiga tingkatan yaitu tingkat stres belajar tinggi, sedang dan rendah. Rekapitulasi data secara lengkap dapat dilihat pada lampiran.

#### **Gambaran stres belajar siswa dengan pembelajaran kurikulum 2006 dan kurikulum 2013**

Sejumlah 144 responden siswa dengan pembelajaran kurikulum 2006 diketahui bahwa siswa dengan pembelajaran kurikulum 2006 dalam respon emosi sebanyak 1 siswa setara dengan 0,7% memiliki kategori tinggi, 30 siswa setara dengan 20,8% memiliki kategori sedang dan terdapat 113 siswa setara dengan 78,5% memiliki kategori sedang. Dilihat dari respon pikiran terdapat 6 siswa setara dengan 4,2% memiliki kategori tinggi, terdapat 41 siswa setara dengan 28,5% memiliki kategori sedang dan terdapat 97 siswa setara dengan 67,3% memiliki kategori rendah. Dalam respon fisik siswa dengan pembelajaran kurikulum 2006 terdapat 3 siswa setara dengan 2,1% memiliki kategori tinggi dan terdapat 26 siswa setara dengan 18% memiliki kategori sedang serta 115 siswa setara dengan 79,9% memiliki kategori rendah. Dalam respon perilaku terdapat 1 siswa setara dengan 0,7% memiliki kategori tinggi, dan 27 siswa setara dengan 18,7% memiliki kategori sedang dan 116 setara dengan 80,6% memiliki kategori rendah.

Pada siswa dengan pembelajaran kurikulum 2013 terdapat 248 responden yang

mengisi *checklist* stres belajar dan diketahui bahwa dalam respon emosi terdapat 6 siswa setara dengan 2,4% memiliki kategori rendah, terdapat 55 siswa setara dengan 22,2% memiliki kategori sedang dan 187 siswa setara dengan 75,4% memiliki kategori rendah. Dilihat dari respon pikiran terdapat 13 siswa atau setara dengan 5,2% memiliki kategori tinggi, dan terdapat 85 siswa setara dengan 34,3% memiliki kategori sedang serta 150 siswa setara dengan 60,5% memiliki kategori rendah. Dalam respon fisik terdapat 8 siswa setara dengan 3,2% memiliki kategori rendah, dan terdapat 54 siswa setara dengan 21,8% memiliki kategori sedang serta 186 siswa setara dengan 75% memiliki kategori rendah. Selanjutnya dilihat dari respon perilaku terdapat 2 siswa setara dengan 0,8% memiliki kategori tinggi, terdapat 35 siswa setara dengan 14,1% memiliki kategori sedang dan terdapat 211 siswa setara dengan 85,1% memiliki kategori rendah.

Dibawah ini lebih jelas lagi mengenai perbedaan setiap respon dalam stres belajar antara siswa dengan pembelajaran kurikulum 2006 dengan 2013.

Pada respon emosi sebanyak 1 siswa dengan pembelajaran kurikulum 2006 setara dengan 0,7% masuk dalam kategori tinggi, 30 siswa setara dengan 20,8% masuk kategori sedang dan terdapat 113 siswa setara dengan 78,5% masuk dalam kategori rendah. Sedangkan pada siswa dengan pembelajaran kurikulum 2013 sebanyak 6 siswa setara dengan 2,4% masuk kategori tinggi, 55 siswa setara dengan 22,2% masuk kategori sedang dan terdapat 187 siswa setara dengan 75,4% masuk kategori rendah. Dari data tersebut dapat disimpulkan bahwa stres belajar siswa

dengan pembelajaran kurikulum 2006 dan 2013 termasuk dalam kategori rendah.

Pada respon pikiran siswa dengan pembelajaran kurikulum 2006 dan 2013 mempunyai tingkat respon pikiran yang dapat dikatakan rendah, hal ini dapat ditunjukkan dengan hasil olah data sebanyak 6 siswa setara dengan 4,2% masuk kategori tinggi dan terdapat 41 siswa setara dengan 28,5% masuk kategori sedang serta terdapat 97 siswa setara dengan 67,3% masuk dalam kategori rendah. Selain itu siswa dengan pembelajaran kurikulum 2013 terdapat 13 siswa setara dengan 5,2% dan 85 siswa setara dengan 34,3% masuk kategori sedang serta terdapat 150 siswa setara dengan 60,5% masuk dalam kategori rendah.

Pada respon fisik sebanyak 3 siswa dengan pembelajaran kurikulum 2006 setara dengan 4,2% masuk kategori tinggi, dan terdapat 26 siswa setara dengan 18% masuk kategori sedang sedangkan 115 siswa dengan 79,9% masuk dalam kategori rendah. Pada siswa dengan pembelajaran kurikulum 2013 terdapat 8 siswa setara dengan 3,2% masuk kategori sedang dan terdapat 54 siswa setara dengan 21,8% masuk dalam kategori tinggi.

Pada respon perilaku terdapat 1 siswa dengan pembelajaran kurikulum 2006 setara dengan 0,7% masuk dalam kategori tinggi, dan 27 siswa setara dengan 18,7% masuk dalam kategori sedang serta 116 siswa setara dengan 80,6% masuk dalam kategori sedang. Sedangkan pada siswa dengan pembelajaran kurikulum 2013 sebanyak 2 siswa setara dengan 0,9% siswa masuk dalam kategori tinggi, dan 35 siswa setara dengan 14,1% siswa masuk dalam kategori sedang serta 211

siswa setara dengan 85,1% siswa masuk dalam kategori rendah.

### Uji Prasyarat

#### a. Uji Normalitas

Pengujian normalitas dilakukan dengan menggunakan uji *Kolmogrov-Smirnov* melalui bantuan program *SPSS for Windows release 16.0* untuk mengetahui apakah distribusi data dari semua variabel yang telah diteliti berdistribusi normal atau tidak. Data dikatakan berdistribusi normal apabila nilai signifikansi hasil uji memiliki nilai lebih besar dari taraf signifikansi 5% atau  $(p) > 0,05$  dan sebaliknya apabila  $(p) < 0,05$  maka data tidak berdistribusi normal. Berdasarkan analisis menunjukkan bahwa signifikansi 5% yaitu 0,000, yang berarti  $p\text{-value} < 0,005$  sehingga data dapat dikatakan bahwa hasil sebaran pada siswa kurikulum 2006 dan kurikulum 2013 adalah tidak normal.

#### b. Uji Homogenitas

Uji homogenitas digunakan untuk menguji apakah sampel yang diambil secara acak tersebut homogen atau tidak. Uji homogenitas dalam penelitian ini dilakukan dengan menggunakan analisis perhitungan *Levene's Test* dengan bantuan program *SPSS for windows release 16.0*. Penentuan homogen tidaknya suatu data dengan ketentuan taraf signifikansi homogenitas lebih dari 5% maka menunjukkan sata bersifat homogen. Berdasarkan hasil uji homogenitas stres belajar siswa dengan pembelajaran kurikulum 2006 dan kurikulum 2013 menunjukkan signifikansi 0,271 atau  $p > 0,05$  sehingga penyebaran data homogen atau identik.

### Uji Hipotesis

Uji hipotesis dilakukan untuk mengetahui perbedaan dan membuktikan hipotesis yang telah

diajukan dalam penelitian ini yaitu ada perbedaan stres belajar siswa dengan pembelajaran kurikulum 2006 dan kurikulum 2013. Uji hipotesis dalam penelitian ini menggunakan uji t statistika yaitu dengan uji beda *Mann-Whitney U t test* pada program *SPSS for Windows 16.0*. Hasil perhitungan data menunjukkan nilai signifikansi 0,528 yang berarti nilai  $p\text{-value} < \alpha$  atau sama dengan  $0,528 > 0,05$  dengan menggunakan tingkat kepercayaan 95% maka dapat disimpulkan bahwa tidak ada perbedaan stres belajar siswa dengan pembelajaran kurikulum 2006 dan kurikulum 2013 di SMA kabupaten Klaten.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa tidak adanya perbedaan yang signifikan pada stres belajar antara siswa dengan pembelajaran kurikulum 2006 dan 2013. Hal ini didasarkan pada hasil perhitungan uji-t yaitu, hasil pengolahan data menunjukkan nilai sig (2-tailed) 0,528 yang berarti nilai  $p\text{-value} < \alpha$  atau sama dengan  $0,528 > 0,05$  maka gagal tolak  $H_a$  berarti terima  $H_0$ . Pada hasil presentase stres belajar siswa dengan kurikulum 2006 termasuk dalam kategori rendah yaitu 87,5%, sedangkan siswa dengan pembelajaran kurikulum 2013 termasuk dalam kategori rendah yaitu 84,3% dari kedua kelompok tersebut hanya memiliki perbedaan 3,2% di mana perbedaan tersebut merupakan tidak berarti.

Hasil analisis data menunjukkan bahwa siswa dengan pembelajaran kurikulum 2006 dan 2013 termasuk dalam kategori stres rendah ini menunjukkan bahwa stres yang dialami siswa masih dapat ditolerir. Menurut Oon (2007:4) menjelaskan bahwa kepribadian siswa dapat menentukan tingkat toleransinya terhadap stres. Tingkat stres siswa optimis biasanya lebih kecil dibandingkan dengan siswa yang sifatnya pesimis.

Selain itu toleransi dapat dilakukan siswa dengan meningkatkan level ketahanan (*resistance*). Tahap pertahanan dijelaskan Selye (dalam Nevid, 2003 : 139) saat tubuh berusaha untuk bertahan menghadapi stres yang berkepanjangan dan menjaga sumber-sumber stres. Peningkatan level ketahanan ini otomatis akan mengubah persepsi siswa terhadap stressor dari yang dianggap berbahaya menjadi dianggap tidak berbahaya. Hal tersebut ditunjukkan dengan kondisi siswa saat mengikuti kegiatan pembelajaran siswa merasa terbebani dengan tugas-tugas sekolah, serta dengan tuntutan-tuntutan akademik lainnya, tetapi karena sudah terbiasa kemudian siswa berusaha untuk menyelesaikan tuntutan akademik tersebut dengan baik.

Secara teoritik, pada umumnya setiap siswa memiliki kecenderungan mengalami stres belajar, akan tetapi sesuai dengan kondisi internal siswa yang menyangkut pikiran-pikiran negatif, keyakinan dalam diri serta kepribadian yang dimiliki siswa. Menurut Oon (2007:4) menyatakan bahwa keyakinan terhadap diri memaikan peranan penting dalam menginterpretasikan situasi-situasi di sekitar individu. Penilaian yang diyakini siswa dapat mengubah cara berfikir terhadap suatu hal. Pada hasil analisis data tingkat stres belajar siswa dengan pembelajaran kurikulum 2006 tidak jauh berbeda dengan siswa dengan pembelajaran kurikulum 2013 yang pada umumnya masuk dalam kategori rendah. Hal ini diperkuat oleh pendapat Lazarus ( Taufik & Ifdil, 2013 : 147) yang berpendapat bahwa sesuatu yang menimbulkan stres tergantung bagaimana individu menilai dan menginterpretasikan suatu kejadian secara kognitif. Penilaian kognitif (*cognitive appraisal*) yang digunakan Lazarus

menggambarkan interpretasi individu terhadap kejadian-kejadian dalam hidup mereka sebagai sesuatu yang berbahaya, mengancam, atau menantang dan keyakinan mereka apakah mereka memiliki kemampuan untuk menghadapi suatu kejadian dengan efektif. Pendapat tersebut menguatkan bahwa stres belajar secara dominan dipengaruhi oleh faktor internal dalam diri siswa dengan adanya keyakinan dan penilaian terhadap tuntutan-tuntutan yang dihadapi. Siswa yang berfikir bahwa dapat mengendalikan situasi stres maka cenderung mengalami stres yang lebih rendah. Semakin besar kendali siswa yang mampu dilakukan maka semakin kecil kemungkinan stres yang akan siswa alami. Kemungkinan lain tidak terbuktinya penelitian ini yaitu dikarenakan adanya pengaruh lingkungan sekolah menyangkut kondisi tempat belajar, kondisi sosial dalam lingkungan sekolah. Adanya dukungan sosial dukungan emosional dan perhatian orang lain dapat membuat seseorang bertahan dalam menghadapi stres.

Sesuai dengan pendapat Atkinson (2008: 232) menyatakan bahwa dukungan emosional dan perhatian orang lain dapat membuat seseorang bertahan dalam menghadapi stres. Menurut Bimo Walgito (dalam Susi Purwati, 2012: 47), keberadaan kelompok dapat memberikan kebutuhan psikologi yang berupa dorongan, pengetahuan, dan informasi. Pada usia remaja sekolah menengah hubungan dengan teman sebaya memiliki kecenderungan untuk membentuk kelompok-kelompok pertemanan. Keberadaan kelompok dapat meningkatkan kemampuan siswa dalam menyelesaikan masalah yang dihadapi, terutama masalah-masalah yang berhubungan dengan kegiatan belajar, sehingga dengan adanya kelompok siswa secara tidak langsung

mendapatkan *support system* dari kelompok teman sebagai pertahanan diri terhadap stressor. Menurut Potter & Perry (dalam Susi Purwati, 2012: 48) hubungan pertemanan dalam suatu kelompok berjenis kelamin berbeda adalah penting. Siswa sekolah menengah memiliki hubungan pertemanan yang memiliki jenis kelamin berbeda sehingga hal ini dapat mengurangi terjadinya stres belajar yang dihadapi siswa, karena siswa memiliki hubungan pertemanan yang heterogen.

Berdasarkan uraian di atas maka dapat disimpulkan bahwa tidak adanya perbedaan yang signifikan dikarenakan kemungkinan-kemungkinan beberapa faktor yang mempengaruhi sesuai dengan pendapat ahli dan terbukti di mana faktor internal dan eksternal sangat mempengaruhi adanya stres belajar misalkan keyakinan diri, kondisi lingkungan belajar, dukungan sosial mempengaruhi stres belajar siswa itu sendiri. Data-data penelitian yang sudah diperoleh dapat digunakan sebagai alat evaluasi penyusunan dan pelaksanaan program bimbingan dan konseling dalam hal stres belajar. Hal ini dapat menjadi sarana wawasan bagi para pendidik dan penyelenggara program pendidikan sekaligus sebagai acuan evaluasi pemberian dan pelayanan bimbingan dan konseling di SMA N 1 Bayat dan SMA N 1 Cawas.

## **KESIMPULAN, DISKUSI DAN SARAN**

### **Kesimpulan**

1. Gambaran stres belajar siswa secara umum berdasarkan hasil analisis data yang dilakukan yaitu mereka memiliki kecenderungan stres belajar rendah. Stres belajar siswa dengan pembelajaran kurikulum 2006 mempunyai kecenderungan rendah pada respon emosi

yaitu sebanyak 1 siswa setara dengan 0,7% masuk dalam kategori tinggi, pada kategori sedang terdapat 30 siswa setara dengan 20,8% serta 113 siswa masuk kategori rendah setara dengan 78,5%, dalam respon pikiran sebanyak 6 siswa setara dengan 4,2% masuk kategori tinggi, dan sebanyak 41 siswa setara dengan 28,5% masuk kategori sedang serta sebanyak 97 siswa masuk kategori rendah setara dengan 67,3%, dalam respon fisik terdapat 3 siswa setara dengan 2,1% masuk dalam kategori tinggi, dan terdapat 26 siswa setara dengan 18% masuk dalam kategori sedang serta terdapat 115 siswa setara dengan 79,9% masuk dalam kategori rendah. Pada respon perilaku sebanyak 1 siswa setara dengan 0,7% siswa masuk kategori tinggi, sebanyak 27 siswa setara dengan 18,7% masuk kategori sedang dan sebanyak 116 siswa setara dengan 80,6% siswa masuk kategori rendah. Stres belajar siswa dengan pembelajaran kurikulum 2013 mempunyai kecenderungan rendah pada respon emosi yaitu sebanyak 6 siswa setara dengan 2,4% masuk dalam kategori tinggi, pada kategori sedang terdapat 55 siswa setara dengan 22,2% serta 187 siswa masuk kategori rendah setara dengan 75,4%, dalam respon pikiran sebanyak 13 siswa setara dengan 5,2% masuk kategori tinggi, dan sebanyak 85 siswa setara dengan 34,3% masuk kategori sedang serta sebanyak 150 siswa masuk kategori rendah setara dengan 60,5%, dalam respon fisik terdapat 8 siswa setara dengan 3,2% masuk dalam kategori tinggi, dan terdapat 54 siswa setara dengan 21,8% masuk dalam kategori sedang serta terdapat 186 siswa setara dengan 75% masuk dalam kategori rendah. Pada

respon perilaku sebanyak 2 siswa setara dengan 0,8% siswa masuk kategori tinggi, sebanyak 35 siswa setara dengan 14,1% masuk kategori sedang dan sebanyak 211 siswa setara dengan 85,1% siswa masuk kategori rendah.

2. Hasil penelitian menunjukkan bahwa tidak terdapat perbedaan yang signifikan stres belajar antara siswa dengan pembelajaran kurikulum 2006 dan 2013 di Kabupaten Klaten.

### Diskusi

Kemungkinan-kemungkinan yang mempengaruhi hasil penelitian ini sehingga menunjukkan tidak adanya perbedaan secara signifikan dikarenakan adanya beberapa faktor yang mempengaruhi antara lain dikarenakan adanya tingkat ketahanan (*resistance*) siswa terhadap stres yang beraneka ragam pada siswa dengan pembelajaran kurikulum 2006 dan 2013 sehingga berbeda perilaku dalam mentoleransi tuntutan yang dihadapi meliputi kecenderungan dalam merespon stres secara emosi, pikiran, fisik dan perilaku. Sehingga siswa cenderung dapat mentoleransi stres belajar yang dihadapi atau tidak dipengaruhi juga oleh level ketahanan, serta keyakinan dalam diri siswa.

Selain itu lingkungan di sekolah yang juga mendukung untuk menentukan tingkat stres belajar pada siswa dengan kurikulum 2006 dan 2013. Lingkungan belajar yang nyaman dan kondusif serta hubungan pertemanan yang baik didukung dengan adanya fasilitas belajar yang lengkap dan guru yang kompeten akan membantu dalam meminimalisir timbulnya stres. Siswa yang dapat melakukan penyesuaian yang efektif dengan perubahan-perubahan yang terjadi dengan adanya

perubahan kurikulum sehingga siswa tidak mengalami tekanan ketika mengikuti kegiatan pembelajaran di sekolah. Ada selisih dari nilai mean sebesar 0,5 antara siswa dengan pembelajaran kurikulum 2006 dan 2013 tetapi hal itu tidak menunjukkan perbedaan yang berarti.

### Saran

Berdasarkan kesimpulan dari penelitian ini, maka peneliti mengemukakan saran sebagai berikut:

1. Bagi Kepala Sekolah

Kepala sekolah diharapkan dapat mendorong dan mendukung guru untuk mengimplementasikan kurikulum 2013 dengan cara memfasilitasi guru memperoleh pengetahuan dan pengalaman melalui MGMP, pelatihan, seminar serta *workshop* sehingga guru mampu menciptakan proses pembelajaran yang nyaman dan kondusif yang dapat meminimalisir terjadinya stres belajar siswa.

2. Bagi guru mata pelajaran

Bagi guru mata pelajaran diharapkan dapat meningkatkan kompetensi dengan mengikuti pelatihan atau *workshop* sehingga dapat menciptakan suasana pembelajaran yang nyaman dan kondusif.

3. Bagi guru Bimbingan dan Konseling

Guru Bimbingan dan Konseling diharapkan dapat memberikan layanan bimbingan belajar terkait dengan stres. Layanan bimbingan yang diberikan dapat berupa strategi coping stres yang dapat membantu siswa lebih menyesuaikan diri sehingga siswa tidak mengalami tekanan akibat adanya perubahan kurikulum.

4. Bagi siswa

Hasil penelitian menunjukkan bahwa siswa memiliki kecenderungan stres belajar dalam kategori rendah sehingga siswa hendaknya tetap mempertahankan kemampuan dalam menyesuaikan terhadap perubahan serta tuntutan-tuntutan dalam belajar.

5. Bagi Peneliti selanjutnya

Bagi peneliti selanjutnya diharapkan lebih memperluas populasi penelitian misalnya dengan melibatkan semua sekolah di Kabupaten Klaten serta diharapkan lebih memahami siswa yang digunakan dalam subyek penelitian, serta memahami lingkungan belajar sekitar sehingga data penelitian yang didapatkan benar-benar akurat.

Taufik & Ifdil. (2013). Kondisi Stres Akademik Siswa SMA Negeri di Kota Padang. *Jurnal Konseling dan Pendidikan* : Universitas Negeri Padang.

Susi Purwati. (2012). Tingkat Stres Akademik pada Mahasiswa Reguler Angkatan 2010 Fakultas Ilmu Keperawatan Universitas Indonesia. *Skripsi*. Depok : Universitas Indonesia.

Undang-undang No 20 tahun 2003 tentang Sistem Pendidikan Nasional.

## DAFTAR PUSTAKA

Atkinson, Rita. L. dkk. (2008). *Pengantar Psikologi 2-Edisi 8* ( Alih bahasa: Nurdjannah Taufiq dan Agus Dharma). Jakarta: Erlangga.

E. Mulyasa. (2004). *Kurikulum Berbasis Kompetensi*. Bandung: PT Remaja Rosdakarya.

Kemendikbud. (2012). *Bahan Uji publik kurikulum 2013*. Jakarta :Kementrian Pendidikan dan Kebudayaan.

Nevid, Jeffrey,dkk. 2003. *Psikologi Abnormal*. Jakarta : Erlangga.

Oon, Alvin N. (2007). *Handling Study Stress: Mengatasi Stres Belajar* (Alih Bahasa : Juliska Gracinia). Jakarta :Elex Media Komputindo.

Rathakrishnan, B & Ismail, R. (2009). Sumber Stress, Strategi Daya Tindak, dan Stres yang Dialami Pelajar di University. *Jurnal Kemanusiaan*.13 : Universiti Malaysia Sabah.