

BAB VI

PEMBAHASAN

6.1 Dukungan Keluarga Pada Siswa yang Mengikuti Program *Fullday School* di SMPN 2 Gempol Pasuruan

Berdasarkan penelitian yang telah dilakukan, dukungan keluarga yang diberikan terhadap siswa *fullday school* di SMPN 2 Gempol dari total 90 responden didapatkan bahwa 51.1% (46 orang) mendapatkan dukungan keluarga yang cukup, 48.9% (44 orang) mendapatkan dukungan keluarga yang baik, dan tidak ada responden yang memiliki dukungan keluarga yang kurang. Hasil penelitian ini sesuai dengan teori Friedman (1998) yang menyatakan bahwa dukungan keluarga yang diberikan kepada anggota keluarga yang lain dipengaruhi oleh beberapa faktor, diantaranya adalah ukuran keluarga, usia dan kelas sosial ekonomi keluarga.

Hasil penelitian ini juga seiring dengan pendapat Efendi dan Makhmudi (2009) yang menyatakan bahwa dukungan yang diberikan mengartikan bahwa keluarga selalu siap memberikan bantuan dan pertolongan jika diperlukan anggota keluarga, semakin baik dukungan yang diberikan keluarga, keluarga akan selalu memberikan bantuan dan perhatian. Dengan tingkat dukungan keluarga yang baik diharapkan keluarga mampu mengenal masalah kesehatan keluarga dan perubahan-perubahan yang terjadi pada anggota keluarga sehingga akan meningkatkan kualitas kesehatan anggota keluarga. Penerapan dukungan keluarga pada penelitian ini dapat dipengaruhi oleh pekerjaan orang tua responden, tingkat pendidikan orang tua responden, serta pendapatan ekonomi orang tua responden yang didominasi oleh pekerja di bidang swasta.

Dukungan keluarga terdiri dari 4 bentuk, yaitu dukungan informasional, dukungan penilaian, dukungan instrumental dan dukungan emosional (Caplan,

1964 dalam Friedman, 1998). Dari hasil penelitian diperoleh 64% responden memperoleh dukungan informasional cukup, maka dapat ditarik suatu kesimpulan bahwa sebagian besar responden mendapatkan nasihat, usulan, saran, petunjuk dan pemberian informasi dari keluarga dengan cukup. Secara konkrit pemberian dukungan informasional yaitu berupa nasihat atau pemberian informasi yang dibutuhkan untuk menyelesaikan masalah yang dihadapi siswa selama mengikuti program *fullday school*, yaitu dengan membawakan sumber informasi seperti buku/majalah/artikel. Dalam penelitian ini, didapatkan pula hasil bahwa sebagian besar orang tua responden memiliki tingkat pendidikan SMA/menengah 71% (64 orang), smp sebesar 20 % (18 orang), sd sebesar 6% (5 orang) dan yang terkecil adalah sarjana dengan besar prosentase 3% (3 orang). Data tersebut sesuai dengan pendapat Notoadmodjo (2003), bahwa tingkat pengetahuan seseorang berpengaruh pada penerimaan informasi yang didapat oleh seseorang. Tingkat pengetahuan seseorang dapat dilihat dari latar belakang pendidikan yang dimilikinya. Selain itu, Akhmadi (2009) juga menyatakan bahwa keluarga dengan kelas sosial menengah mempunyai tingkat dukungan, afeksi dan keterlibatan yang lebih tinggi daripada keluarga dengan kelas sosial bawah.

Bentuk dukungan keluarga yang kedua ialah dukungan penilaian, dimana pada penelitian ini diperoleh hasil bahwa sebagian besar responden (56%) mendapatkan dukungan penilaian cukup. Hal ini berarti sebagian besar responden tergolong cukup dalam menerima bimbingan, umpan balik, sumber dan validator dalam pemecahan masalah yang dialami responden. Pekerjaan orang tua siswa juga dapat berpengaruh terhadap penerapan dukungan keluarga yang berbentuk dukungan emosional. Dari setiap jenis pekerjaan orang tua, tidak ada dukungan keluarga yang kurang. Pekerjaan orang tua siswa yang paling dominan adalah bekerja dibidang swasta atau karyawan perusahaan yaitu

sebanyak 56 orang (62,2%) dari total sampel, dengan penerapan dukungan keluarga yang baik sebanyak 30 (68,2%), serta 26 orang (56,5%) dengan penerapan dukungan keluarga cukup. Dukungan penilaian diberikan oleh keluarga dalam bentuk pemberian pujian ketika siswa melakukan hal-hal yang benar, pemberian penjelasan yang benar terhadap hal-hal yang salah serta perhatian akan kondisi siswa setiap waktu. Dukungan penilaian dapat meningkatkan penerimaan diri seseorang yang selanjutnya juga berimbas pada harga diri dan efikasi diri. Dukungan penilaian akan mendorong keyakinan individu untuk melampaui segala macam kondisi yang sulit serta membangkitkan optimisme akan datangnya kehidupan yang lebih baik (Jahriah, 2013).

Bentuk dukungan keluarga selanjutnya ialah dukungan instrumental, yaitu bentuk dukungan berupa bantuan dalam bentuk nyata atau material, seperti dalam bentuk uang saku, peralatan sekolah maupun belajar, waktu yang diberikan untuk belajar, modifikasi lingkungan maupun menolong dengan pekerjaan waktu mengalami stress (Friedman, 1998). Pada penelitian ini didapatkan hasil bahwa sebagian besar responden (54%) mendapatkan dukungan instrumental tinggi. Data tersebut menunjukkan bahwa sebagian besar responden mendapatkan dukungan keluarga instrumental yang baik. Dukungan instrumental merupakan dukungan yang penting untuk diberikan pada siswa yang mengikuti program *fullday school*, karena dukungan ini membantu individu dalam menunjang dalam proses mengikuti *fullday school*. Selain itu, didapatkan pula hasil bahwa sebagian besar orang tua responden memiliki penghasilan sebesar 62% (56 orang) berpenghasilan cukup, 27% (24 orang) berpenghasilan kurang, 11% (10 orang) berpenghasilan lebih. Dukungan instrumental tersebut merupakan bantuan yang dapat terlihat nyata seperti membantu menyiapkan hal-hal yang dibutuhkan untuk belajar, pemberian uang saku, dan ketika siswa harus memenuhi kebutuhan dirinya. Bantuan material yang diberikan diharapkan dapat

mendatangkan kenyamanan dan meningkatkan motivasi belajar siswa dalam mengikuti program *fullday school*.

Bentuk dukungan yang terakhir yaitu dukungan emosional. Pada penelitian ini didapatkan hasil bahwa 51% responden mendapat dukungan emosional baik. Hal ini berarti sebagian besar responden menerima perhatian, kepercayaan, didengarkan dan membantu dalam penguasaan emosi dengan baik. Bentuk pemberian dukungan emosional dari keluarga kepada siswa antara lain dengan menjadi pendengar siswa, memberikan perhatian dan pengertian, serta dorongan agar siswa optimis dapat melewati masa sulit. Dumont & Provost (1999) dalam Lestari (2007) menerangkan bahwa dukungan emosional yang diterima menjadi sebuah pesan bahwa individu tersebut disayangi. Dukungan emosional akan membantu individu mengatur emosi dan impuls-impuls dalam dirinya yang menjadi salah satu aspek dalam resiliensi.

Adapun hal-hal yang berpengaruh pada dukungan keluarga secara utuh dipengaruhi oleh usia, sosial ekonomi keluarga yaitu pekerjaan dan pendidikan (Friedman, 1998). Dari segi usia, rata-rata responden berusia 13 tahun dengan usia paling muda adalah 12 tahun dan paling tua adalah 14 tahun. Menurut Purnawan (2008), dukungan dapat ditentukan oleh faktor usia dalam hal rentang pertumbuhan dan perkembangan. Dalam penelitian ini, tidak ditemukan rentang usia dominan yang lebih mendapatkan dukungan keluarga lebih baik atau kurang. Hal tersebut dapat dikarenakan rentang usia responden adalah sama-sama dalam rentang remaja awal, sehingga tingkat pemahaman terhadap dukungan keluarga yang didapat rata-rata adalah sama.

Faktor selanjutnya yang berpengaruh pada dukungan keluarga menurut Friedman (1998) adalah sosial ekonomi keluarga. Pada penelitian ini, didapatkan hasil bahwa sebagian besar orang tua responden memiliki penghasilan sebesar

62% (56 orang) berpenghasilan cukup, 27% (24 orang) berpenghasilan kurang, 11% (10 orang) berpenghasilan lebih. Keadaan ekonomi keluarga yang stabil kemungkinan bisa terjadi penerapan keluarga dukungan keluarga yang baik. Akan tetapi tidak terlihat dominasi salah satu tingkat pendapatan responden yang lebih baik dalam menerima dukungan keluarga. Hal ini dapat dimungkinkan karena kondisi sosial ekonomi keluarga tidak hanya dipengaruhi oleh pendapatan keluarga, namun juga besarnya tingkat pengeluaran yang digunakan oleh keluarga tersebut.

Berdasarkan uraian diatas, peneliti menyimpulkan bahwa dukungan keluarga terhadap anak dapat dipengaruhi oleh pendidikan orang tua, pekerjaan orang tua, dan tingkat pendidikan orang tua. Artinya orang tua sangat berpengaruh terhadap pemberian dukungan keluarga terhadap anaknya. Sehingga dengan adanya dukungan keluarga yang baik diharapkan anak mampu mengikuti kegiatan belajar dengan baik.

6.2 Tingkat Stress Pada Siswa yang Mengikuti Program *Fullday School* di SMPN 2 Gempol Pasuruan

Berdasarkan penelitian yang dilaksanakan pada bulan September 2013 didapatkan informasi bahwa tingkat stress siswa di SMPN 2 Gempol yang mengikuti progerm *fullday school* mayoritas ada pada tingkat sedang. Hal ini berbeda dengan penelitian Minatur Rohmah (2010) yaitu terdapat pengaruh yang ringan antara penerapan sistem *full day school* terhadap gejala fisik stres siswa di SD Al-Baitul Amin Jember, terdapat pengaruh yang sangat ringan antara penerapan sistem full day school terhadap gejala emosi stres siswa di SD Al-Baitul Amin Jember, serta terdapat pengaruh yang sangat ringan antara penerapan sistem full day school terhadap gejala tingkah laku stres siswa di SD Al-Baitul Amin Jember. Walaupun dalam kategori yang sangat rendah hal ini

tidak dapat diabaikan karena dalam proses pembelajaran kondisi siswa harus tetap diperhatikan, agar tujuan yang diharapkan dari diselenggarakannya pendidikan dapat tercapai. Perbedaan hasil ini mungkin dapat disebabkan perbedaan sebaran responden yang dimiliki kedua penelitian tersebut. Keduanya memiliki rentang usia responden yang berbeda, yaitu 2-3 tahun sehingga respon siswa dalam menghadapi stress berbeda dan mengakibatkan hasil yang berbeda yaitu pada siswa SMP mayoritas mengalami tingkat stress sedang dan pada siswa SD mengalami tingkat stress ringan.

Penelitian lain yang dilakukan Abrianti (2012) mengenai perbedaan tingkat stress belajar siswa *full day school* dan siswa reguler SMAN Se-Kota Malang menyebutkan bahwa sebesar 70,33% responden dalam kategori tingkat stress belajarnya sedang. Implikasi hasil penelitian ini ialah: (1) Perlu menyediakan waktu istirahat yang cukup bagi siswa supaya siswa bisa kembali belajar dengan baik, (2) Perlu diadakan pengembangan model pembelajaran agar kegiatan belajar-mengajar lebih bervariasi, (3) Perlu adanya pendampingan yang baik dan evaluasi hasil belajar, (4) Perlu adanya tambahan fasilitas ekstrakurikuler untuk menghilangkan rasa jenuh dan bosan siswa pada saat belajar.

Faktor usia mewakili faktor perkembangan responden yang dapat mempengaruhi stress. Sebanyak 63 responden adalah usia 13 tahun yang merupakan usia remaja awal dan berdasarkan hasil *crosstabulation* antara usia dan tingkat stress menunjukkan bahwa tingkat stress ringan didominasi oleh usia 13 tahun dengan jumlah 22 siswa (34,9%) stress ringan dan 37 (58,7%) siswa stress sedang serta 4 siswa (6,3%) siswa stress berat pada kategori usia tersebut. Sedangkan pada usia 12 tahun dengan jumlah 11 siswa (91,7%) stress ringan, 1 siswa (8,3%) stress sedang, serta tidak ditemukannya stress berat pada usia tersebut. Hal ini sesuai dengan Teori Wener dalam Martina (2012) yang menyatakan bahwa stressor fisik dapat berupa usia. Karena semakin

bertambahnya usia maka fungsi fisiologis akan semakin berkurang sehingga dapat menimbulkan stress. Usia yang semakin bertambah juga menimbulkan gangguan – gangguan pada fungsi fisiologis, misalnya timbulnya penyakit – penyakit degeneratif misalnya DM, dan gangguan – gangguan fungsi tubuh misalnya nyeri persendian dan mudah lelah juga dapat menimbulkan stress karena terganggunya fungsi fisiologis akan mengganggu aktivitas sehari – hari perawat. Usia juga mempengaruhi tingkat kematangan emosional seseorang dan semakin bertambahnya usia seseorang maka pengalaman hidup yang dimiliki juga semakin bertambah sehingga stress yang dialami dapat semakin rendah dengan semakin bertambahnya usiaakan tetapi hal tersebut juga bergantung pada kemampuan individu dalam mempersepsikan stressor.

Faktor lain yang dapat mempengaruhi tingkat stress seseorang adalah kemampuan individu mempersepsikan stressor. Dalam hal ini jenis kelamin dapat mempengaruhi seseorang dalam mempersepsikan stress. Hasil yang diperoleh dalam penelitian ini menunjukkan bahwa jumlah siswa perempuan lebih besar dari pada jumlah siswa laki – laki. Pada siswa laki-laki, 14 siswa (38,9%) stress ringan, 21 siswa (58,3%) stress sedang, dan 1 siswa (2,8%) stress berat. Sedangkan pada siswa perempuan ditemukan 26 siswa (48,1%) stress ringan, 25 siswa (46,3%) stress sedang, dan 3 siswa (5,6%) stress berat. Hasil tersebut seiring dengan penelitian yang dilakukan oleh Aggola & Ongori (2009) yang menunjukkan bahwa tingkat stress pada perempuan lebih tinggi daripada laki-laki.

Menurut Aggola & Onggori (2009), hal tersebut karena perempuan lebih sering menggunakan mekanisme koping yang berorientasi terhadap tugas, sehingga remaja perempuan lebih mudah diidentifikasi jika mengalami stress. Sedangkan laki-laki cenderung menggunakan mekanisme koping yang berorientasi terhadap ego, sehingga laki-laki santai dalam menghadapi stressor

yang berasal dari kehidupan akademik. Seiring yang dikemukakan Corwin (2007) bahwa wanita akan mempersepsikan stressor menjadi lebih parah dibandingkan laki – laki karena respons fisiologis wanita yang berbeda dengan laki – laki. Hormon prolaktin yang dimiliki wanita dapat memberi umpan balik negatif pada otak sehingga dapat meningkatkan trauma emosional.

Didukung juga oleh penelitian yang dilakukan Purwati (2012) mengenai stress akademik mahasiswa, didapatkan tingkat stress berdasarkan jenis kelamin bahwa mahasiswa yang berjenis kelamin laki-laki tidak ada yang mengalami stress berat dan sangat berat. Sedangkan pada mahasiswa yang berjenis kelamin perempuan ditemukan memiliki tingkat stress dalam rentang sedang dan sangat berat. Akan tetapi sifat wanita yang lebih suka melampiaskan dan menunjukkan perasaan yang dimiliki juga dinilai merupakan salah satu coping yang dapat menurunkan stress yang dimilikinya. Wanita memang lebih emosional dalam menghadapi permasalahan sehingga dinilai tingkat kematangan emosional laki – laki lebih baik daripada wanita. Akan tetapi hal ini dipengaruhi juga oleh kondisi lingkungan dimana pada proses perkembangannya, wanita yang memiliki tugas perkembangan sebagai seorang istri dan seorang ibu akan memiliki tingkat kematangan emosi yang lebih baik saat menghadapi permasalahan karena seorang ibu dituntut untuk menjadi lebih sabar dan bijak dalam menghadapi stressor yang ada.

Kecenderungan variasi tingkat stress diantara laki-laki dan perempuan pada siswa SMPN 2 Gempol dipengaruhi oleh respon dari masing-masing siswa. Namun, tidak adanya perbedaan stressor yang ditimbulkan karena *fullday school* yang harus diikuti oleh siswa baik laki-laki maupun perempuan, maka kemungkinan pengalaman siswa terpapar oleh stressor juga sama. Oleh karena itu tidak ditemukan adanya kecenderungan perbedaan tingkat stress diantara laki-laki dan perempuan.

Berdasarkan pengertian diatas peneliti menyimpulkan bahwa stress adalah suatu situasi keadaan yang mengharuskan individu untuk berespon terhadap perubahan yang memerlukan penyesuaian. Usia dan jenis kelamin dapat berpengaruh terhadap stres, sehingga pada usia remaja awal tingkat perilaku emosionalnya terkadang sulit untuk dikontrol, apalagi dengan jenis kelamin laki-laki yang inginnya selalu menang sendiri dibandingkan jenis kelamin perempuan.

6.3 Hubungan Dukungan Keluarga Dengan Tingkat stress pada Anak yang Mengikuti Program *Fullday School* di SMPN 2 Gempol Pasuruan

Berdasarkan hasil analisis dengan menggunakan korelasi *Rank Spearman*, diperoleh nilai korelasi antara variabel 1 dan 2 sebesar 0,355 dan nilai signifikansi (p) sebesar 0,001. Dengan demikian, maka dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan yang lemah antara dukungan keluarga dengan tingkat stres pada siswa yang mengikuti program *fullday* di SMPN 2 Gempol Pasuruan. Hal ini berarti bahwa yaitu semakin baik dukungan keluarga maka akan semakin ringan tingkat stress yg dialami.. Arianto (2009) menjelaskan bahwa dukungan keluarga memainkan peranan yang penting dalam kesehatan fisik dan kesehatan mental, baik memelihara kesehatan maupun berfungsi sebagai pencegah stressor psikologis. Menurut Wong *et al* (2009), anak usia sekolah membutuhkan dan menginginkan bimbingan atau dukungan dari orang tuanya, namun itu tidak akan diungkapkan karena keinginan mandirinya. Dalam hal ini keterlibatan orang tua dalam mendukung anak menjalani kegiatan *fullday school* akan memberikan perasaan tenang, nyaman, merasa disayang dan diperhatikan.

Effendi dan Tjahjono (1999) dalam Heriyanto (2012) menyatakan bahwa dukungan sosial berperan penting dalam memelihara keadaan psikologis individu yang mengalami tekanan, sehingga menimbulkan pengaruh positif yang dapat

mengurangi gangguan psikologis Sarason (2008) dalam penelitiannya membuktikan bahwa individu yang mendapat dukungan sosial yang tinggi mengalami hal-hal positif dalam kehidupannya, yaitu harga diri dan pandangan yang lebih optimis terhadap kehidupannya dibanding individu yang rendah dukungan sosialnya. Jadi dapat disimpulkan bahwa dukungan keluarga dapat mempengaruhi proses pembelajaran siswa *fullday school* sehingga dapat mempengaruhi pada tingkat stres dalam mengikuti program *fullday school*. Hal tersebut dibuktikan oleh hasil penelitian ini bahwa terdapat hubungan antara dukungan keluarga dengan tingkat stress pada siswa yang mengikuti program *fullday school* di SMPN 2 Gempol yang menunjukkan hubungan positif atau berhubungan satu sama lain.

Perubahan fisik juga terjadi saat siswa memiliki tingkat stress tinggi yang merupakan perubahan pada fisiologisnya bukan hanya pada psikologis. Perubahan – perubahan fisik yang dapat terjadi saat stress misalnya muncul keringat dingin, gangguan tidur, gangguan makan, jantung berdebar – debar, mudah lelah dan merasa lemas (Perry & Potter, 2005). Bahkan bukan tidak mungkin adanya stress yang berlebih dapat menyebabkan sakit sehingga mengganggu siswa dalam belajar di sekolah. Saat mengalami gangguan fisiologis yang sampai mengganggu aktivitas sehari – hari maka biasanya akan mengambil ijin sakit sehingga tidak masuk sekolah. Hal ini tentunya akan menurunkan proses belajar siswa sehingga pelajaran yang didapatkan dari sekolah tidak bisa maksimal. Dampak buruk yang dapat timbul jika seorang siswa mengalami stress maka dapat mengganggu interaksi sosialnya, baik itu pada teman sebaya, guru, maupun orang tua. Efektivitas belajar dapat pula menjadi terganggu, karena pada umumnya apabila seseorang mengalami stress, maka akan terjadi gangguan baik pada psikologis maupun fisiologisnya (Arnold dalam Novianti 2006).

Tingkat hubungan yang lemah dalam penelitian ini menunjukkan bahwa dengan dukungan keluarga yang baik dan terkontrol maka diharapkan tingkat stress siswa dapat menurun secara bertahap dalam mengikuti program *fullday school*. Oleh karena itu sekolah sebaiknya melakukan program – program yang dapat menjaga tingkat stress siswanya tetap dalam kadar rendah misalnya dengan rutin mengadakan survey tingkat kepuasan siswa terhadap metode pembelajaran *fullday school* di sekolah sehingga resiko terjadinya stress akibat ketidakpuasan siswa terhadap program yang dijalankan sekolah dalam hal ini *fullday school* dapat diturunkan ataupun dengan memberikan variasi metode pembelajaran sehingga tidak ada rasa jenuh dalam diri siswa.

6.4 Implikasi Keperawatan

Setelah didapatkan hasil bahwa ada hubungan antara dukungan keluarga dengan kejadian stress pada anak yang mengikuti *fullday school*, maka diharapkan penelitian ini dapat dijadikan wacana dan masukan dalam meningkatkan penerapan dukungan keluarga pada kehidupan sehari-hari karena dukungan keluarga merupakan salah satu faktor yang berpengaruh terhadap respon siswa dalam mengikuti kegiatan belajar mengajar salah satunya program *fullday school* menentukan apakah tujuan dari program *fullday school* dapat tercapai atau tidak. Dengan penerapan dukungan keluarga yang baik maka diharapkan tingkat stress siswa dapat menurun.

6.5. Keterbatasan Penelitian

1. Instrumen yang digunakan dalam penelitian ini adalah kuisisioner, sehingga memungkinkan adanya kecenderungan responden menjawab setiap pertanyaan tidak sesuai dengan sebenarnya.

2. Pada penelitian ini pengukuran dukungan keluarga dan tingkat stres dilakukan satu kali dengan tidak melakukan validasi hasil meragukan atau abnormal sehingga penarikan kesimpulan hanya dalam satu kali pengisian kuisioner.
3. Penelitian ini dilakukan pada awal bulan September, jadi setelah liburan panjang, siswa baru menjalani tahun ajaran baru, sehingga stress yang di timbulkan kemungkinan tidak sepenuhnya disebabkan oleh program *fullday school*.

