

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Masa kanak-kanak, terutama pada anak-anak sekolah dasar merupakan tahapan yang sangat penting dalam pertumbuhan anak. Pada saat ini, mereka mengalami pertumbuhan dan perkembangan yang sangat cepat, baik dari segi fisik, mental, maupun sosial. Masa pertumbuhan dan perkembangan anak yang optimal menjadi harapan bagi setiap orang tua dan pendidik.

Menurut WHO (*World Health Organization*) stres merupakan masalah kesehatan nomor empat di dunia dan akan menjadi nomor dua pada tahun 2020, prevalensi kejadian stres cukup tinggi yaitu 350 juta penduduk dunia mengalami stres. Prevalensi stres siswa di dunia sebesar 38,91%, di Asia 61,3% dan Indonesia sebesar 71,6% hal ini menunjukkan bahwa masalah stres pada anak perlu mendapatkan perhatian serius (Kemenkes RI, 2022).

Komisi Nasional Perlindungan Anak Indonesia (KPAI) menerima rata-rata 456 laporan kasus per bulan atau 5.987 kasus pelanggaran sepanjang tahun 2019, meningkat 76% dari tahun sebelumnya. Laporan ini turut mengindikasikan adanya peningkatan gangguan stres pada anak di Indonesia. Lalu selama Bulan Januari – November 2023 terdapat 37 aduan kasus mengenai anak mengakhiri hidupnya. Kasus tersebut terjadi pada usia rawan (kelas 5 – 6 SD) Polanya ada di usia rawan dan di usia yang mengalami perubahan dari SD ke SMP. Kasus anak mengakhiri hidup menjadi menjadi penyebab kematian terbesar ketiga, pertama adalah kecelakaan di jalan raya, kedua, penyakit, dan ketiga kekerasan yang bisa memicu anak mengakhiri hidupnya. Lalu lembaga konseling Personal Growth

mencatat anak usia 1-14 dan mengalami stres tersebut, 40% merupakan balita dan 60% anak usia sekolah (Fitriani *et al.*, 2020).

Berdasarkan data Survey Kesehatan Indonesia (2023) angka prevalensi stres anak di Provinsi Banten mencapai 13,96%. Hal ini menunjukkan bahwa lebih dari satu dari sepuluh anak di wilayah tersebut mengalami gejala stres yang signifikan dan berpotensi mempengaruhi perkembangan dan kesejahteraan mereka secara negatif. Sementara itu, di Kota Tangerang Selatan kondisi ini lebih mengkhawatirkan dengan prevalensi stres anak sebesar 14,74%. Angka yang tinggi ini menekankan pentingnya intervensi dan perhatian khusus terhadap kesehatan mental anak-anak di daerah tersebut.

KPAI mencatat, 82,9% penyebab anak stres justru berasal dari kurangnya komunikasi antara anak dan orang tua. Apalagi dengan sikap orang tua yang cenderung memforsir tenaga anak dalam rutinitas padat, sehingga hak bermain dan berkreasi menjadi hilang. Kejadian traumatik seperti ditinggal orang yang dikasihi dapat menyebabkan seorang anak mengalami gangguan depresi di lingkungan sekolah yang baru. Oleh karena itu beberapa anak yang menganggap suasana ini sangat tidak nyaman yang akan membebani mereka secara psikologis. Dengan demikian jam belajar yang berlebihan serta tekanan orang tua yang mengharuskan anak harus berprestasi dapat berubah dari motivasi menjadi beban psikologis anak (Fitriani *et al.*, 2020).

Stres pada anak usia sekolah merupakan respons manusia terhadap tuntutan dan tekanan dalam hidup. Pada anak usia sekolah stres dapat didefinisikan sebagai ketidakseimbangan antara tuntutan dan kemampuan mereka untuk mengatasinya. Namun respon manusia bersifat non spesifik terhadap setiap tuntutan

kebutuhan dan ada didalam dirinya. Stres merupakan reaksi tubuh terhadap situasi yang menimbulkan tekanan, perubahan, ketegangan emosi, kemudian sumber utama penyebab stres pada anak-anak meliputi, tuntutan akademis, tekanan berprestasi, jadwal yang padat, tekanan sosial, bullying atau kesulitan dalam membentuk persahabatan, lingkungan, dan masalah keluarga, serta masalah keuangan keluarga dapat memberikan tekanan emosional bagi anak dan memicu stress (Fitriani *et al.*, 2020).

Penyebab yang terjadi pada siswa SD kelas besar biasanya memiliki tingkat stres yang lebih tinggi dibandingkan dengan siswa kelas kecil dipicu oleh perubahan perilaku pra-remaja dan kesulitan dalam komunikasi dengan orang tua serta ketakutan akan ujian nasional atau ujian sekolah. Pola emosi pada anak usia sekolah sangat beragam meliputi rasa takut, marah, malu, cemas, khawatir, rasa ingin tahu, hingga gembira. Setiap anak memiliki keunikan dan perkembangan emosinya masing-masing serta kegagalan pada satu tahap perkembangan dapat mempengaruhi tahap perkembangan berikutnya.

Oleh karena itu, sangat penting bagi orang tua dan pendidik untuk memahami karakteristik dan kebutuhan anak usia sekolah guna memberikan dukungan yang efektif dan stimulasi yang sesuai bagi perkembangan mereka. Memahami tahap perkembangan kognitif, emosional, dan sosial anak memungkinkan orang tua dan pendidik untuk menyusun strategi yang tepat dalam menangani stres yang mungkin dihadapi anak. Ini termasuk menciptakan lingkungan yang aman dan mendukung di rumah maupun di sekolah, serta menyediakan berbagai kegiatan yang dapat membantu anak mengelola stres secara positif. Misalnya, melalui latihan relaksasi, teknik pernapasan, atau kegiatan fisik yang menyenangkan,

anak-anak dapat belajar cara-cara efektif untuk mengatasi tekanan yang mereka rasakan. Selain itu, komunikasi terbuka antara orang tua dan anak, serta antara pendidik dan siswa, sangat penting untuk mengenali tanda-tanda stres sejak dini dan memberikan intervensi yang tepat. Dengan pendekatan yang holistik dan terintegrasi, orang tua dan pendidik dapat membantu anak-anak tidak hanya mengatasi stres yang mereka alami, tetapi juga membangun keterampilan yang akan berguna untuk menghadapinya di masa depan (Pangaribuan *et al.*, 2022).

Menurut penelitian Fitriani *et al.* (2020) yang berjudul gambaran tingkat stres pada anak usia sekolah mengidentifikasi tingkat stres pada anak usia sekolah menunjukkan bahwa 55,0% responden mengalami stres normal dan merupakan bagian alamiah dari kehidupan seperti merasakan detak jantung lebih keras setelah beraktivitas, kelelahan setelah mengerjakan tugas atau takut tidak lulus ujian. Selain itu 37,5% responden mengalami stres ringan dan dapat berlangsung beberapa menit atau jam, dan 7,5% mengalami stres sedang dan dapat berlangsung beberapa jam sampai beberapa hari dengan gejala seperti mudah merasa letih, mudah marah, sulit beristirahat, mudah tersinggung, dan gelisah. Usia responden berkisar antara 9 hingga 11 tahun, dengan mayoritas berusia 11 tahun (50%). Responden perempuan mendominasi dengan 57,5% (23 responden) dibandingkan laki-laki dengan 42,5% (17 responden). Penelitian ini menunjukkan bahwa anak perempuan lebih adaptif terhadap stresor dibandingkan anak laki-laki (Burgy *et al.*, 2018).

Menurut penelitian dari Palupi (2020) yang berjudul Tingkat Stres pada Siswa-Siswi Sekolah Dasar dalam Menjalankan Proses Belajar di Rumah Selama Pandemi Covid-19, yang mengatakan tingkat stres pada siswa SD kelas besar

lebih tinggi dari pada siswa SD kelas kecil. Rata-rata tingkat stres siswa sekolah dasar kelas besar merupakan 31,79 dibandingkan rata-rata tingkat stres siswa sekolah dasar kelas kecil merupakan 29,67 dengan perbedaan rata-rata sebesar 2,11. Pada siswa SD kelas besar, termasuk dalam tahapan perkembangan pra remaja tahapan ini mempunyai masa yang sangat pendek, kurang lebih hanya satu tahun. Dikatakan juga fase ini merupakan fase negatif, karena terlihat tingkah laku yang cenderung negatif. Fase dan sukar untuk hubungan komunikasi antara anak dengan orang tua.

Menurut Bayuningsih *et al.* (2022) dalam penelitiannya yang berjudul faktor – faktor yang berhubungan dengan stres pada anak dengan metode belajar media daring pada masa pandemik di SDN Jaya Mulya 1 Kabupaten Karawang. Pada masa pandemik tahun 2021 sebagian besar responden menunjukkan bahwa jenis kelamin terbanyak merupakan perempuan sebanyak 30 responden (52.6%). Sebagian besar menunjukkan bahwa faktor tekanan berprestasi sebanyak 50.9% merupakan faktor penyebab terjadinya stres pada anak. Sebagian besar faktor jadwal dan padat sebanyak 52.6% merupakan faktor penyebab terjadinya stres pada anak. Sebagian besar bahwa faktor prestasi akademik sebanyak 71.9% merupakan faktor penyebab terjadinya stres pada anak. Sebagian besar bahwa faktor tuntutan fisik sebanyak 49.1% dapat menjadi penyebab stres pada anak. Sebagian besar responden menunjukkan bahwa faktor tuntutan peran sebanyak 59.6% dapat menyebabkan stres pada anak. Sebagian responden menunjukkan tuntutan tugas sebanyak 45.6% menjadi penyebab terjadinya stres pada anak. Sebagian besar responden menunjukkan bahwa tuntutan interpersonal sebanyak 50.5% merupakan penyebab terjadinya stres pada anak.

Dari hasil studi pendahuluan yang di lakukan dengan wawancara kepada 10 siswa, di dapatkan hasil 7 siswa mendapatkan tekanan untuk berprestasi oleh orang tuanya seperti siswa harus masuk ke dalam peringkat 10 besar di kelas, siswa di berikan tugas sekolah yang terlalu banyak Oleh karena itu, penulis tertarik untuk meneliti Faktor-Faktor dan Berhubungan dengan Tingkat Stres pada Anak Usia Sekolah di SDN KotaTangerang Selatan Tahun 2024.

1.2 Rumusan Masalah

Berdasarkan fenomena tersebut di atas, peneliti tertarik untuk mengidentifikasi faktor-faktor apa saja yang mempengaruhi terjadinya tingkat stres pada anak usia sekolah di SDN Kota Tangerang Selatan Tahun 2024?

1.3 Tujuan Penelitian

1.3.1. Tujuan Umum

Untuk mengetahui tentang faktor-faktor yang berhubungan dengan terjadinya stres pada anak usia sekolah di sekolah.

1.3.2 Tujuan Khusus

- 1) Untuk mengetahui distribusi frekuensi, tingkat stres pada anak usia sekolah , pola asuh orang tua, suasana rumah, lokasi sekolah, kondisi kelas, sikap guru, tugas-tugas dari sekolah, ujian sekolah, kepribadian dan jenis kelamin pada anak usia sekolah SDN Kota Tangerang Selatan
- 2) Untuk mengetahui hubungan antara pola asuh orang tua dengan terjadinya tingkat Stres pada anak usia sekolah di SDN Kota Tangerang Selatan Tahun 2024.

- 3) Untuk mengetahui hubungan antara suasana rumah dengan terjadinya tingkat Stres pada anak usia sekolah di SDN Kota Tangerang Selatan Tahun 2024.
- 4) Untuk mengetahui hubungan antara lokasi sekolah dengan terjadinya tingkat Stres pada anak usia sekolah di SDN Kota Tangerang Selatan Tahun 2024.
- 5) Untuk mengetahui hubungan antara kondisi kelas dengan terjadinya tingkat Stres pada anak usia sekolah di SDN Kota Tangerang Selatan Tahun 2024.
- 6) Untuk mengetahui hubungan antara sikap guru dengan terjadinya tingkat Stres pada anak usia sekolah di SDN Kota Tangerang Selatan Tahun 2024.
- 7) Untuk mengetahui hubungan antara tugas-tugas dari sekolah dengan terjadinya tingkat Stres pada anak usia sekolah di SDN Kota Tangerang Selatan Tahun 2024.
- 8) Untuk mengetahui hubungan antara ujian sekolah dengan terjadinya tingkat Stres pada anak usia sekolah di SDN Kota Tangerang Selatan Tahun 2024.
- 9) Untuk mengetahui hubungan antara kepribadian dengan terjadinya tingkat Stres pada anak usia sekolah di SDN Kota Tangerang Selatan Tahun 2024.
- 10) Untuk mengetahui hubungan antara jenis kelamin dengan terjadinya tingkat Stres pada anak usia sekolah di SDN Kota Tangerang Selatan Tahun 2024.

1.4 Manfaat Penelitian

1.4.1 Bagi Sekolah

Merupakan bahan masukan yang berguna bagi sekolah dalam menciptakan situasi dan lingkungan sekolah yang kondusif sehingga dapat meningkatkan prestasi belajar anak di sekolah.

1.4.2. Bagi guru

Guru dapat mengetahui faktor-faktor apa saja yang membuat anak didiknya mengalami stres dan gejala-gejala dan muncul akibat stres tersebut sehingga guru dapat memberikan pendekatan yang berbeda dalam proses mengajarnya terhadap anak yang mengalami stres.

1.4.3. Bagi Peneliti

Hasil dari penelitian ini dapat dijadikan sebagai data dasar dan rujukan untuk melakukan penelitian lebih lanjut.

1.4.4 Bagi Orang tua dan Keluarga

Orang tua dan keluarga dapat mengetahui bahwa seorang anak pun dapat mengalami stres di sekolahnya, sehingga orang tua dan keluarga dapat menjadi support system yang baik dengan memberikan rasa nyaman dan mendampingi anak di rumah, serta menjalin komunikasi dan hubungan yang baik dengan guru untuk menyampaikan informasi yang penting mengenai kebutuhan-kebutuhan khusus anak.