

PENGARUH TEKANAN BELAJAR TERHADAP PRESTASI SISWA DI SDN 064025

PENDAHULUAN

Tekanan belajar merupakan suatu masalah yang dapat menyebabkan siswa menjadi rasa ketakutan atau tekanan yang dirasakan oleh siswa ketika mereka harus menghadapi tugas atau ujian yang sulit atau memiliki deadline yang ketat. Tekanan ini berasal dari berbagai sumber, seperti tekanan dari guru, Orang tua, atau diri sendiri. persaingan antar teman, atau kondisi lingkungan belajarnya yang kurang kondusif dan kurang baik. Anak SD biasanya mulai dapat merasakan tekanan belajar ketika mereka harus menyesuaikan diri dengan tuntutan kurikulum, tugas-tugas rumah, ujian, dan ekspektasi untuk mencapai hal yang baik.

Tekanan ini juga dapat mengikat anak jika mereka mengalami kesulitan dalam memahami pelajaran mereka, mereka juga merasa tertekan oleh persaingan dengan teman-temannya. Tekanan belajar yang berlebihan dapat berakibat pada penurunan prestasi belajar. Hal ini juga dapat berpengaruh pada siswa yang merasa tertekan akan mengalami kecemasan, stress dan kelelahan, sehingga sulit untuk fokus belajar dan memahami mata pelajaran yang lainnya. Selain itu, tekanan belajar juga dapat menyebabkan siswa menjadi kurang motivasi untuk belajar.

Tekanan belajar positif, yang sering kali dapat diartikan sebagai dorongan atau motivasi dari guru, orang tua dan lingkungan untuk mencapai prestasi yang lebih baik. Tekanan ini biasanya melibatkan harapan tinggi tetapi realistis, dan dapat memberikan fasilitas yang memadai untuk belajar. Oleh karena itu, begitu penting bagi orang tua ataupun sekolah agar bisa menciptakan lingkungan belajar yang seimbang dan yang mendukung anak-anak dalam belajar, sehingga mereka merasa di dukung dan dapat mengatasi tekanan dengan cara yang sehat.

Keterlibatan orang tua dalam Pendidikan anak merupakan faktor yang penting dalam menentukan prestasi belajar anak. Perlu adanya peningkatan keterlibatan orang tua khususnya dalam melatih kemandirian keaharian anak dirumah serta kesediaan menjadi relawan disekolah. Tekanan belajar dapat menjadi signifikan karena siswa masih dalam tahap perkembangan dan masih memerlukan bimbingan dan dukungan yang lebih banyak. Tekanan belajar dapat membuat siswa merasa bahwa belajar adalah sesuatu yang tidak menyenangkan dan tidak memiliki tujuan yang jelas. Tekanan belajar yang berlebih dapat mengganggu keseimbangan antara kehidupan di sekolah dan kehidupan pribadi siswa.

Realita/masalah

Tekanan belajar yang berlebihan dapat berdampak buruk pada kesejahteraan siswa dan prestasi akademis mereka. Harapan yang terlalu tinggi atau tidak realistis dari orang tua dan guru untuk selalu mendapatkan nilai sempurna dapat menyebabkan stress berlebihan dan rasa takut gagal pada siswa. Lingkungan yang terlalu kompetitif juga dapat mempengaruhi siswa, dimana siswa merasa harus bersaing dengan teman mereka yang dapat menimbulkan kecemasan dan menurunkan rasa percaya diri. Tugas sekolah yang berlebihan membuat siswa merasa kewalahan dan kelelahan, sehingga siswa merasa tidak memiliki waktu untuk melakukan aktivitas lain yang dapat menghibur diri mereka.

Kurangnya dukungan emosional siswa yang didapat dari orangtua, guru, atau teman-teman sehingga membuat siswa merasa sendirian dalam menghadapi tekanan belajar. Ketika siswa merasa ketakutan atas konsekuensi negatif, seperti hukuman fisik, dan verbal akan dapat mempengaruhi prestasi siswa tersebut. Seorang siswa akan merasa senang diapresiasi ketika mendapatkan sebuah pencapaian, tetapi dengan tidak adanya apresiasi dan penghargaan baik besar atau penghargaan kecil dapat membuat siswa merasa mereka tidak dihargai dan kehilangan motivasi untuk berusaha lebih baik.

Peneliti terdahulu/relevan

Hasil, serta berkonsentrasi pada masyarakat sekitar terdapat beberapa penelitian yang relevan membahas terkait masalah-masalah yang juga dihadapi.”*Pengaruh Lingkungan Keluarga dan Lingkungan Sekolah Terhadap Prestasi Belajar Siswa di Sekolah Dasar*”. Menurut firdaus untuk meningkatkan prestasi belajar siswa, perlunya kerjasama antara pihak keluarga dan pihak sekolah untuk meningkatkan hasil belajar siswa. Prestasi belajar adalah suatu pencapaian yang diperoleh sang pelajar (Wahid et al., 2020).

“*Pentingnya Peran Orang Tua Dalam Meningkatkan Prestasi Siswa*”. Menurut Desi Arwen peran orang tua dalam keluarga untuk meningkatkan nilai siswa di SD Muhammadiyah 4 kota yang dikelola dengan sangat baik terlihat dari hasil wawancara bahwa orang tua menciptakan suasana yang nyaman dan tenang dalam 693tingkah laku, orang tua di lingkungan rumah dan menciptakan kemandirian yang baik antara orang tua dan anak. Orang tua siswa dapat mengkoordinasikan kegiatan belajarnya dan memahami kondisi siswa. Masalah yang di hadapi orang tua di rumah untuk meningkatkan hasil belajar (ÖCAL, 2021).

Solusi dan harapan

Berdasarkan penelitian yang relevan, didapati bahwa tekanan belajar berdampak pada prestasi siswa, namun tekanan ini dapat mempengaruhi prestasi terhadap siswa secara negatif. Karena tekanan ini dapat mengganggu konsentrasi terhadap siswa. Maka dari itu, penelitian dilakukan dengan judul, “*Pengaruh Tekanan Belajar Terhadap Prestasi Siswa di SDN 064025*”. Penting bagi pendidik dan orang tua untuk menciptakan lingkungan belajar yang mendukung dan ramah bagi anak-anak, sehingga mereka merasa aman untuk belajar dan berkembang tanpa beban yang berlebihan. Mengajarkan anak-anak keterampilan pengelolaan stres dan penyelesaian masalah sehingga membuat mereka dapat menghadapi tekanan. Dengan harapan menciptakan lingkungan pendidikan yang mendukung pertumbuhan holistik anak-anak, maka mereka dapat tumbuh dan berkembang tanpa terbebani oleh tekanan belajar yang berlebihan.

TEKANAN BELAJAR

Ada beberapa pengertian tekanan belajar menurut para ahli. Tekanan yang dihadapi oleh peserta didik yang diakibatkan karena adanya perasaan tidak mampu untuk menyelesaikan beban dalam pembelajaran (Jannah et al., 2022). Peserta didik tidak semangat belajar, gagal dalam pelajaran atau tidak konsentrasi saat pembelajaran berlangsung, sehingga kemampuan yang dimiliki tidak berkembang (Wicaksono et al., 2022). Berdasarkan hasil dari para ahli, peneliti menyimpulkan bahwa tekanan belajar adalah suatu penyebab terjadinya masalah dalam belajar.

Kondisi anak yang mengalami stress dalam belajar yang berdampak pada prestasi anak dan hasil belajar anak. Menurut Stahl Kecemasan merupakan kondisi mood atau suasana perasaan yang tidak menyenangkan disertai perasaan khawatir tentang ketidakpastian atau ancaman di masa yang akan datang (Amalia & Hamid, 2020). Dengan melakukan penelitian ini, akan memberikan yang lebih luas wawasan tentang pengaruh tekanan belajar terhadap kesehatan mental siswa SD. Dengan prosesnya, penelitian ini juga bisa membantu mendukung dalam mengambil keputusan yaitu dalam perbaikan lingkungan sekolah untuk meningkatkan hasil belajar dan kesehatan mental siswa SD.

PRESTASI SISWA

Ada beberapa pengertian prestasi siswa dalam belajar yang diperjuangkan oleh siswa. Pembelajaran merupakan bagian yang sangat penting dalam proses pendidikan, karena pembelajaran bersifat mutlak dan harus dilakukan dalam pendidikan. Jika tanpa belajar, Anda tidak akan bisa menyebutkan apapun dalam pendidikan. Belajar mandiri merupakan kegiatan untuk menimba ilmu. Banyak juga metode yang dapat diterapkan dalam kehidupan sehari-hari, yang bertujuan untuk meningkatkan kecerdasan dan ilmu pengetahuan untuk menopang kehidupan diantara kelompok masyarakat yang terus bersaing dengan orang lain dan negara yang telah maju di bawah pengaruh pembelajaran. Pembelajaran dapat dilakukan tidak hanya di dalam kelas, tetapi di mana saja di mana seseorang dapat memperoleh wawasan dan pengetahuan dari tempat tersebut (Afniola et al., 2020).

Motivasi belajar dari orang tua merupakan salah satu bentuk nyata dari pentingnya peran orang tua dalam pendidikan anak. Orang tua memegang peranan yang sangat penting dalam Pendidikan anaknya, termasuk sebagai motivasi (Fithriani, 2020). Berdasarkan hasil beberapa peneliti di atas, Para peneliti dapat menyimpulkan bahwa belajar merupakan kegiatan yang harus dilakukan dalam kehidupan dimana belajar dapat menambah pengetahuan anak, dari pemahaman yang diungkapkan oleh para ahli di atas orang tua dan lingkungan sekitarnya, sehingga siswa yang berprestasi memiliki semangat untuk meningkatkan outcome mereka. Belajar juga membutuhkan dorongan dan dukungan dari orang-orang terdekat mereka untuk membantu anak-anak meningkatkan hasil belajar mereka.

METODE PENELITIAN

Penelitian ini dilakukan di SDN 064025. Penelitian ini dilaksanakan pada semester 2 tahun ajaran 2023/2024. Penelitian yang dilakukan penulis yaitu penelitian kuantitatif. Data yang diperoleh diambil dari siswa SDN 064025 Tujuan dari penelitian ini yaitu untuk mengetahui seberapa banyak anak yang merasakan tekanan saat belajar yang mempengaruhi prestasi siswa. Peneliti menggunakan metode penelitian kuantitatif karena penelitian ini menggunakan data-data angka yang akan di olah dengan metode statistika selain itu, penelitian kuantitatif memusatkan penelitian-penelitian lebih nyata dengan pengukuran menggunakan dengan penelitian yang dilakukan, yang memiliki langkah-langkah yang sistematis (Prof. Dr. Sugiyono, 2013).

JENIS DATA

Jenis data yang dipakai adalah data kuantitatif yaitu angket dan pilihan berganda yang diberikan kepada siswa SDN 064025 pada siswa kelas 5.

SUMBER DATA

Sumber data yang diperoleh merupakan data sekunder yang diperoleh dari angket dan soal pilihan berganda yang diberikan kepada siswa kelas V di SDN 064025.

POPULASI DAN SAMPEL

Populasi

Populasi merupakan suatu wilayah generalisasi yang terdiri dari obyek/subyek yang memiliki karakteristik tertentu yang sudah ditetapkan oleh peneliti untuk dipelajari kemudian ditarik kesimpulannya. Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh kelas V SDN 064025 tahun ajaran 2023/2024.

Sampel

Sampel merupakan bagian dari jumlah dan karakteristik yang dimiliki oleh populasi tersebut. Untuk itu sampel ini harus diambil dari yang benar-benar representif. Maka jumlah sampel dengan penelitian ini adalah sama dengan jumlah populasi yaitu seluruh siswa kelas V SDN 064025 pada tahun ajaran 2023/2024.

UJI VALIDITAS (TEKANAN BELAJAR)

Pernyataan	Hasil	keterangan
Pernyataan1	0,424	valid
Pernyataan2	0,361	Tidak valid
Pernyataan3	0,552	valid
Pernyataan4	0,376	Tidak valid
Pernyataan5	0,414	valid
Pernyataan6	0,104	Tidak valid
Pernyataan7	0,557	valid
Pernyataan8	0,578	valid
Pernyataan9	0,478	valid
Pernyataan10	0,350	Tidak valid

Item kuesioner dikatakan valid jika $R_{hitung} > R_{tabel}$. Berdasarkan tabel validitas nilai R_{tabel} dengan jumlah $N=22$ pada taraf signifikansi 5% adalah $R=0,404$ sehingga item tersebut dianggap valid karena memenuhi syarat $R_{hitung} > R_{tabel}$ yakni harus lebih dari 0,404. Pada tabel validitas diatas, pernyataan dengan keterangan "valid" adalah pernyataan yang dianggap valid karena $R_{hitung} > R_{tabel}$. kesimpulannya, pada pernyataan diatas terdapat 4 pernyataan yang tidak valid dari 10 pernyataan.

UJI RELIABILITA (TEKANAN BELAJAR)

Reliability Statistics	
Cronbach's Alpha	N of Items
,570	10

Berdasarkan pada tabel reabilitas diatas, dapat diketahui bahwa semua indicator variabel memiliki nilai Cronbach's Alpha di atas 0,404. Hal ini menunjukkan bahwa instrumen dapat digunakan dalam penelitian yang sama di tempat lain.

UJI VALIDITAS (PRESTASI SISWA)

Pertanyaan	Hasil	Keterangan
Pertanyaan1	-0,329	Tidak valid
Pertanyaan2	0,284	Tidak valid
Pertanyaan3	0,227	Tidak valid
Pertanyaan4	0,371	Tidak valid
Pertanyaan5	0,591	valid
Pertanyaan6	-0,031	Tidak valid
Pertanyaan7	0,464	valid
Pertanyaan8	0,075	Tidak valid
Pertanyaan9	0,310	Tidak valid
Pertanyaan10	0,355	Tidak valid
Pertanyaan11	0,750	valid
Pertanyaan12	0,591	valid
Pertanyaan13	0,594	valid
Pertanyaan14	0,579	valid
Pertanyaan15	0,546	valid
Pertanyaan16	0,449	valid
Pertanyaan17	0,653	valid
Pertanyaan18	0,612	valid
Pertanyaan19	0,519	valid
Pertanyaan20	0,789	valid

Item kuesioner dikatakan valid jika $R_{hitung} > R_{tabel}$. Berdasarkan tabel validitas nilai R_{tabel} dengan jumlah $N=22$ pada taraf signifikansi 5% adalah $R=0,404$ sehingga item tersebut dianggap valid karena memenuhi syarat $R_{hitung} > R_{tabel}$ yakni harus lebih dari 0,404. Pada tabel validitas diatas, pernyataan dengan keterangan "valid" adalah pernyataan yang dianggap valid karena $R_{hitung} > R_{tabel}$. kesimpulannya, pada pernyataan diatas terdapat 8 pertanyaan yang tidak valid dari 20 pertanyaan.

UJI RELIABILITAS

Cronbach's Alpha	N of Items
,788	20

Berdasarkan pada tabel reabilitas diatas, dapat diketahui bahwa semua indicator variabel memiliki nilai Cronbach's Alpha di atas 0,404. Hal ini menunjukkan bahwa instrumen dapat digunakan dalam penelitian yang sama di tempat lain.

UJI NORMALITAS

		Unstandardized Residual
N		22
Normal Parameters ^{a,b}	Mean	,0000000
	Std. Deviation	20,11253313
Most Extreme Differences	Absolute	,132
	Positive	,097
	Negative	-,132
Test Statistic		,132
Asymp. Sig. (2-tailed)		,200 ^{c,d}

- a. Test distribution is Normal.
- b. Calculated from data.
- c. Lilliefors Significance Correction.
- d. This is a lower bound of the true significance.

Dari tabel diatas dapat disimpulkan nilai signifikan sebesar $0,200 > 0,05$ yang berarti data berdistribusi normal.

UJI t

Coefficients ^a					
Model	Unstandardized Coefficients		Standardized Coefficients	t	Sig.
	B	Std. Error	Beta		
1	(Constant)	70,659	29,071	2,431	,025
	Tekanan Belajar	-,284	,948	-,067	,767

a. Dependent Variable: Prestasi Siswa

Nilai t_{tabel} tekanan belajar sebanyak 2,086, t_{hitung} (2,431) > t_{tabel} (2,086) dan signifikansinya $0,025 < 0,05$ artinya tekanan belajar mempunyai pengaruh pada prestasi belajar terhadap siswa kelas V di SDN 064025 tahun ajaran 2023/2024.

KESIMPULAN

Kesimpulan yang dapat diambil dari penelitian ini yaitu bahwa tekanan belajar mempunyai pengaruh pada prestasi belajar terhadap siswa kelas V di SDN 064025 tahun ajaran 2023/2024.

DAFTAR PUSTAKA

- Afniola, S., Ruslana, R., & Artika, W. (2020). Intelegensi Dan Bakat Pada Prestasi Siswa. *Al-Din: Jurnal Dakwah Dan Sosial Keagamaan*, 6(1), 1–10. <https://doi.org/10.35673/ajdsk.v6i1.844>
- Amalia, R. F., & Hamid, A. Y. S. (2020). Adiksi Smartphone, Kesehatan Mental Anak, dan Peranan Pola Asuh. *Jurnal Ilmu Keperawatan Jiwa*, 3(2), 221–240.
- Fithriani. (2020). Peran orang tua memberikan motivasi terhadap prestasi anak dalam keluarga. *Jurnal Intelektualita*, 9(2), 1–13.
- Jannah, A. B. N., Kholili, M. I., & Hidayat, R. R. (2022). Stres Akademik dalam Mengikuti Pembelajaran Jarak Jauh: Perbedaan Gender. *Jurnal Psikoedukasi Dan Konseling*, 6(1), 35. <https://doi.org/10.20961/jpk.v6i1.62485>
- ÖCAL, S. (2021). *PENTINGNYA PERAN ORANG TUA DALAM MENINGKATKAN PRESTASI BELAJAR SISWA*. 3(2), 6.
- Prof. Dr. Sugiyono. (2013). *Metode penelitian dapat diartikan sebagai cara ilmiah untuk mendapatkan data yang valid dengan tujuan dapat ditemukan , dikembangkan , dan dibuktikan , suatu pengetahuan tertentu sehingga dapat digunakan untuk memahami , memecahkan , dan mengantisipasi m. 5.*
- Wahid, F. S., Setiyoko, D. T., Riono, S. B., & Saputra, A. A. (2020). Pengaruh Lingkungan Keluarga Dan Sekolah. *Syntax Literate : Jurnal Ilmiah Indonesia*, 5(8), 555–564.
- Wicaksono, Rosanti, & Purwanti. (2022). Studi Tentang Stres Akademik Pada Peserta Didik Kelas Viii Smp Negeri 18 Pontianak. *Jurnal Pendidikan & Pembelajaran*, 11(9), 1576–1583. <https://doi.org/10.26418/jppk.v11i9.58102>