

BAB IV

HASIL DAN PEMBAHASAN

A. Profil Sekolah

1. Gambaran Umum Lokasi Penelitian

Salah satu sekolah menengah atas negeri di Kalimantan Selatan adalah SMA Negeri 3 Banjarmasin. Di sekolah tersebut seperti SMA lainnya di Indonesia pendidikan berlangsung selama tiga tahun dimulai dari kelas X hingga XII. Pada tahun 2007, sekolah tersebut menggunakan Kurikulum Tingkat Satuan Pendidikan dengan KBK, tetapi pada tahun 2013 beralih ke Kurikulum 2013.

Tahun 1965, Banjarmasin hanya memiliki 2 sekolah negeri, sekolah itu yaitu SMA Negeri 1 Banjarmasin dan SMA 2 Banjarmasin, sedangkan SMA Swasta juga hanya terdapat 2 yaitu, SMA Lambung Mangkurat dan SMA Baperki (Badan Permusyawaratan Kewarganegaraan Indonesia), badan tersebut merupakan organisasi sosial masyarakat Tionghoa yang ada di Indonesia. SMA Baperki ini dikelola oleh Konsulat Jendral cina.

Namun kala itu pada saat meletusnya G30/PKI SMA Baperki (Badan Permusyawaratan Kewarganegaraan Indonesia) pun dibubarkan karena terindikasi berafiliasi dengan PKI. Berikut merupakan tokoh yang membentuk yayasan baru yang dengan nama Baperda (Badan Permusyawaratan Adat). Baperda dibawah kepengurusan:

Ketua I : Arsenius Elias Manihuruk (Panglima Kodam X)

Ketua II : Asnawi

Sekretaris : Iskaandar

Bendahara : Nazar

Di bawah pimpinan Bapak Iskandar, yayasan ini mengganti nama SMA Baperki menjadi SMA Kesatuan Bangsa. Yayasan yang saat itu memiliki tujuh ruang kelas ini berupaya menyelamatkan anak-anak muda yang tidak tahu apa-apa.

Bapak Iskandar hanya menjabat sebagai kepala sekolah tidak lama digantikan oleh Bapak Suwardi. SMA Kesatuan Bangsa akhirnya dijadikan SMA Negeri berdasarkan surat Keputusan Menteri Pendidikan dan kebudayaan Republik Indonesia Nomor: 109/SMA/B/III/1967 pada tanggal 21 Agustus ditetapkan sebagai hari jadi SMA Negeri 3 Banjarmasin. Untuk urutan kepala SMA Negeri 3 Banjarmasin dari sejak berdiri sampai sekarang adalah sebagai berikut:

Tabel 4.1 Kepala Sekolah yang Pernah Menjabat

NO	NAMA	PRIODE KEPEMIMPINAN
1	Dermansyah Hasan	1 September 1967 – 19 Juni 1968
2	Siti Tulus Edwar Saleh, BA.	20 Juni 1968 – 19 Januari 1971
3	Hamidhan, BA.	20 Juni 1971 – 31 Maret 1975
4	Drs. H. Rismansyah Rahmad	1 April 1975 – 31 Maret 1980
5	Zainoeri	1 April 1980 – 18 Juli 1982
6	Drs. H. Syarkawi Ruslan	19 Agustus 1982 – 22 Juli 1986
7	Drs. H. Misera Gumberi	23 Juli 1986 – 2 Februari 1989
8	H. Anang Amberi, BA.	3 Februari 1989 – 8 Januari 1996
9	H. Walnonadi, BA.	9 Januari 1996 – 31 Maret 1997
10	Drs. H. Syamsuri	19 Juli 1997 – 30 Agustus 2001
11	Drs. H. Setiadi Rizal	10 April 2002 – 2006
12	Mawarni M, M.Pd	2007- 2010
13	Gunarto M.Pd	2011-2015
14	Drs. Syarifuddin	2016-2022
15	H. Zaini Juhdi, S.Pd., M.M.	2022-Sekarang

Perjalanan panjang Sekolah Menengah Atas Negeri 3 Banjarmasin membuktikan dedikasi dan perjuangan untuk mencetak generasi yang berkualitas. Dengan sejarah berikut, Sekolah Menengah Atas Negeri 3 Banjarmasin tetap menjadi salah satu lembaga pendidikan terbaik di Banjarmasin yang berkomitmen pada perkembangan pendidikan di Indonesia.

2. Identitas sekolah

Nama Sekolah	: SMA Negeri 3 Banjarmasin
NSS	: 30015003003
Alamat Sekolah	: Jalan Veteran Nomor 381
Kecamatan	: Banjarmasin Timur 10
Kota	: Banjarmasin
Provinsi	: Kalimantan Selatan
Negara	: Indonesia
Posisi Geografis	: Lintang (-3), Bujur (114)

3. Visi, Misi dan Tujuan Sekolah

a. Visi SMA Negeri 3 Banjarmasin adalah:

Mewujudkan lulusan berakhlak mulia, cerdas, terampil, serta cinta lingkungan dengan berlandaskan keimanan dan ketaqwaan kepada Tuhan Yang Maha Esa.

b. Misi SMA Negeri 3 Banjarmasin:

- 1) Meningkatkan keimanan dan ketaqwaan kepada Tuhan yang Maha Esa.
- 2) Meningkatkan kegiatan belajar mengajar yang efektif.
- 3) Meningkatkan suasana sekolah yang kondusif untuk menunjang pembelajaran.
- 4) Meningkatkan kegiatan prestasi peserta didik dalam bidang akademik, olahraga, dan seni.
- 5) Meningkatkan budaya cinta lingkungan.

c. Tujuan:

- 1) Mempersiapkan peserta didik yang beriman dan bertaqwa kepada Tuhan Yang Maha Esa dan berakhlak mulia.
- 2) Mempersiapkan peserta didik agar menjadi manusia yang berkepribadian, cerdas dalam bidang akademik dan non akademik.
- 3) Membekali peserta didik agar memiliki keterampilan teknologi informasi dan komunikasi serta mampu mengembangkan diri secara mandiri.
- 4) Menanamkan kepada peserta didik sikap ulet dan gigih dalam berkompetensi, beradaptasi dengan lingkungan dan mengembangkan sikap sportifitas.
- 5) Membekali peserta didik dengan ilmu pengetahuan dan teknologi agar mampu bersaing dan melanjutkan ke jenjang pendidikan yang lebih tinggi.
- 6) Menanamkan budaya jujur kepada peserta didik.

B. Hasil Penelitian

1. Jenis kelamin

Peneliti menggunakan parameter berbasis gender agar dapat membedakan responden laki-laki dan perempuan. Berikut merupakan tabel tersebut:

Tabel 4.2 Responden Berdasarkan Jenis Kelamin

Gender	Frekuensi	Presentase
Laki-Laki	60	36%
Perempuan	107	64%
Total	167	100%

Berdasarkan data tersebut siswa berjumlah 60 orang dan siswi berjumlah 107 orang, mayoritas responden adalah perempuan dengan presentase 64 persen.

2. Analisis Deskriptif

Analisis deskriptif adalah teknik dalam mengubah data menjadi informasi. Hal ini dilakukan untuk membuat karakteristik data menjadi lebih mudah untuk dipahami sehingga dapat membantu menyelesaikan masalah pada saat ini. Teknik ini berfungsi untuk menggambarkan data yang telah dikumpulkan, dalam teknik akan lebih mudah untuk mengetahui variabel independen dan dependennya. Teknik ini akan memberikan deskripsi awal untuk setiap variabel dalam penelitian. Adapun gambaran tersebut dapat dilihat pada setiap variabelnya dari nilai mean (rata-rata), maksimum-minimum dan standar deviasi.¹

¹ Karimuddin Abdullah et al., *Metodoogi Penelitian Kuantitatif* (Aceh: Yayasan Penerbit Muhammad Zaini Anggota IKAPI (026/DIA/2012), 2022).87&89

a. Distribusi Frekuensi

Dalam penelitian ini akan menjelaskan mengenai distribusi frekuensi yang mencakup kategori Mean, Skor Minimum, Skor Maksimum dan Standar Deviasi data penelitian dapat dijelaskan melalui tabel berikut:

Tabel 4.3 Distribusi Frekuensi

	Descriptive Statistics				
	N	Minimum	Maximum	Mean	Std. Deviation
STRUKTUR TUJUAN KELAS	167	11,00	43,00	32,6228	4,37492
STRES AKADEMIK SISWA	167	15,00	57,00	41,3473	5,37277
Valid N (listwise)	167				

Pada tabel tersebut diketahui bahwa Struktur tujuan kelas (X) dari data tersebut dapat dideskripsikan bahwa nilai minimum sebesar 11 sedangkan nilai maksimum sebesar 43 dan rata-rata sebesar 32,6226 serta standar deviasi sebesar 4,37492. Stres Akademik Siswa (Y)) dari data tersebut dapat dideskripsikan bahwa nilai minimum sebesar 15 sedangkan nilai maksimum sebesar 57 dan rata-rata sebesar 41,3473 serta standar deviasi sebesar 5,37277.

3. Deskripsi Data Penelitian

Berikut merupakan kuesioner yang berisi sejumlah pertanyaan untuk variabel penelitian struktur tujuan kelas dan stres akademik siswa di Sekolah Menengah Atas Negeri 3 Banjarmasin.

a. Deskriptif Variabel Struktur Tujuan Kelas

Berikut merupakan analisis deskriptif mengenai variabel struktur tujuan kelas dengan sebelas butir pertanyaan:

Tabel 4.4 Distribusi Frekuensi Variabel Struktur Tujuan Kelas

Kategori	Interval	Frekuensi	Presentase(%)
Sangat Tinggi	36-44	26	15,57
Tinggi	29-36	122	73,05
Rendah	20-28	15	8,98
Sangat Rendah	11-19	4	2,40
Total		167	100,00

Pada tabel 4.3 menunjukkan bahwa presentase tergolong tinggi sebesar 73,05 persen. Hal ini menunjukkan bahwa mayoritas responden merasa struktur tujuan kelas telah terstruktur dengan baik dan jelas, sehingga dapat mendukung proses belajar mengajar yang lebih efektif dikelas.

1) Indikator Struktur Tujuan Penguasaan

Berikut merupakan hasil analisis indikator struktur tujuan penguasaan yang terdiri dari lima butir pertanyaan:

Tabel 4.5 Distribusi Frekuensi Indikator Struktur Tujuan Penguasaan

Kategori	Interval	Frekuensi	Presentase
Sangat Tinggi	18-20	5	2,99
Tinggi	14-17	109	65,27
Rendah	10-13	47	28,14
Sangat Rendah	5-9	6	3,59
Total		167	100,00

Berdasarkan tabel tersebut dapat dilihat bahwa presentasi tinggi mencapai 65,27 persen. Hal ini mengungkapkan bahwa indikator struktur tujuan penguasaan menunjukkan hasil yang signifikan memberikan gambaran yang jelas bahwa penguasaan yang didefinisikan sebagai upaya untuk meningkatkan kompetensi dan kemampuan dari waktu ke waktu dalam mengembangkan keterampilan siswa dikelas.

2) Indikator Struktur Tujuan Pencapaian

Pada indikator struktur tujuan pencapaian terdapat enam butir pertanyaan. Berikut merupakan hasil analisis dari indikator tersebut:

Tabel 4.6 Distribusi Frekuensi Indikator Struktur Tujuan Pencapaian

Kategori	Interval	Frekuensi	Presentase
Sangat Tinggi	20-24	66	39,52
Tinggi	15-19	93	55,69
Rendah	11-14 A	4	2,40
Sangat Rendah	6-10 A	4	2,40
Total		167	100,00

Berdasarkan dari hasil penelitian pada tabel tersebut indikator struktur tujuan pencapaian pada kategori tinggi sebesar 55,69 persen. Hal ini menunjukkan bahwa siswa di Sekolah Menengah Atas Negeri 3 kelas XII memiliki pencapaian atau hasil yang tinggi. Biasanya pencapaian cenderung mengacu pada kriteria yang berupa nilai dalam mengevaluasi pencapaian tujuan dikelas.

b. Deskriptif Variabel Stres Akademik Siswa

Berikut merupakan analisis deskriptif mengenai variabel stres akademik siswa dengan lima belas butir pertanyaan:

Tabel 4.7 Distribusi Frekuensi Variabel Stres Akademik Siswa

Kategori	Interval	Frekuensi	Presentase
Sangat Tinggi	53-64	6	3,59
Tinggi	41-52	88	52,69
Rendah	29-40	72	43,11
Sangat Rendah	16-28A	1	0,60
Total		167	100,00

Pada tabel tersebut dapat disimpulkan bahwa siswa mengalami stres dengan kategori tinggi mencapai 52,69 persen dikelas. Hal itu menunjukkan bahwa stres dapat dialami oleh setiap orang terutama stres akademik pada siswa, adapun salah satu faktor siswa merasa stres adalah nilai akademik dan pencapaian bagi siswa. Temuan ini menunjukkan pentingnya lingkungan yang mendukung kesehatan mental siswa agar dapat mengurangi stres akademik.

1) Indikator Stres Prestasi Siswa

Pada indikator stres akademik siswa terdapat tujuh butir pertanyaan. Berikut merupakan hasil analisis dari indikator tersebut:

Tabel 4.8 Distribusi Frekuensi Indikator Stres Prestasi Siswa

Kategori	Interval	Frekuensi	Presentase
Sangat Tinggi	23-28	19	11,38
Tinggi	28-22	107	64,07
Rendah	13-17	40	23,95
Sangat Rendah	7-12 A	1	0,60
Total		167	167

Pada tabel tersebut menunjukkan bahwa terdapat 64,07 persen siswa merasa stres akibat prestasi di kelas. Jika hal ini berlangsung lama maka dapat berakibat

fatal bagi kesehatan mental siswa, kecemasan, kelelahan hingga penurunan pada motivasi belajar siswa.

2) Indikator Tekanan Orang Tua dan Guru

Pada indikator tekanan orang tua dan guru terdapat delapan butir pertanyaan. Berikut merupakan hasil analisis dari indikator tersebut:

Tabel 4.9 Distribusi Frekuensi Indikator Tekanan Orang Tua dan Guru

Kategori	Interval	Frekuensi	Presentase
Sangat Tinggi	27-32	13	7,78
Tinggi	21-26	103	61,68
Rendah	15-20	50	29,94
Sangat Rendah	8-14 A	1	0,60
Total		167	100,00

Pada tabel tersebut terdapat 61,68 persen siswa merasa terdapat tekanan dari orang tua dan guru dengan kategori tinggi. Hal ini menunjukkan bahwa ekspektasi yang tinggi dan tuntutan akademik dari orang tua dan guru berkontribusi terhadap tingkat stres, kecemasan dan ketegangan yang dirasakan oleh siswa dalam menjalani proses belajar.

4. Analisis Statistik

a. Uji Prasyarat

1) Uji Normalitas

Dalam penelitian ini, program IBM SPSS Statistics 25 digunakan untuk melakukan uji normalitas sebagai berikut:

Tabel 4.10 Uji Normalitas

One-Sample Kolmogorov-Smirnov Test

		Unstandardized Residual
N		167
Normal Parameters ^{a,b}	Mean	.0000000
	Std. Deviation	4.42471285
Most Extreme Differences	Absolute	.067
	Positive	.067
	Negative	-.031
Test Statistic		.067
Asymp. Sig. (2-tailed)		.068 ^c

a. Test distribution is Normal.

b. Calculated from data.

c. Lilliefors Significance Correction.

Berdasarkan tabel diatas dapat diketahui bahwa nilai signifikansi pada uji normalitas *Kolmogorov smirnov* mendapatkan nilai sebesar 0,068 lebih besar dari pada 0,05 maka data tersebut berdistribusi **normal**.

2) Uji Linearitas

Untuk memastikan apakah kedua variabel terhubung langsung atau tidak maka perlu untuk melakukan uji linearitas digunakan. Hal itu dapat dilihat dari p linearity dan deviation from linearity. Acuan tersebut adalah jika:

- Nilai p (Sig) *linearity* lebih kecil dari 0,05 ($p < 0,05$), maka dianggap linear.
- Nilai p (Sig) *linearity* lebih besar dari 0,05 ($p > 0,05$), maka dianggap tidak linear.
- Nilai p *deviation from linearity* lebih besar dari 005 ($p > 0,05$), maka data linear.
- Nilai p *deviation from linearity* lebih kecil dari 0,05 ($p < 0,05$), maka data tidak linear

Menggunakan program IBM SPSS Statistics 25 uji linearitas tersebut dilakukan dengan memeriksa Tabel Anova sebagai berikut:

Tabel 4.11 Uji Linearitas

			ANOVA Table				
			Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.
stres akademik siswa * struktur tujuan kelas	Between Groups	(Combined)	1549.283	24	64.553	3.540	.000
		Linearity	888.697	1	888.697	48.736	.000
		Deviation from Linearity	660.586	23	28.721	1.575	.057
	Within Groups		2589.376	142	18.235		
	Total		4138.659	166			

Sesuai dengan hasil analisis di atas dapat dilihat nilai p (Sig) *linearity* adalah $0,000 < 0,05$ Hasil pengujian linearitas pada kedua variabel menunjukkan hubungan yang linear antara struktur tujuan kelas dengan stres akademik siswa, kemudian melihat dari nilai p (Sig) *deviation from linearity* adalah $0,057 > 0,05$ Artinya Stres akademik siswa dan struktur tujuan kelas mempunyai hubungan linear, dengan demikian acuan *linearity* dan *deviation from linearity* sama-sama signifikan, maka disimpulkan bahwa data terdistribusi secara linear.

3) Uji Homogenitas

Program IBM SPSS Statistics 25 digunakan untuk melakukan uji homogenitas, yang menentukan apakah datanya homogen atau tidak. Dengan dasar pengambilan keputusan yaitu jika nilai signifikansi pada *based on mean* >

0,05 maka data tersebut homogen namun, jika nilai signifikansi pada *based on mean* $< 0,05$ maka data tersebut tidak homogen.

Tabel 4.12 Uji Homogenitas

Test of Homogeneity of Variances					
		Levene Statistic	df1	df2	Sig.
stres akademik siswa	Based on Mean	.921	12	142	.528
	Based on Median	.725	12	142	.725
	Based on Median and with adjusted df	.725	12	119.986	.725
	Based on trimmed mean	.920	12	142	.528

Berdasarkan tabel diatas dapat diketahui bahwa uji homogenitas struktur tujuan kelas dan stres akademik siswa memperoleh nilai signifikansi *based on mean* sebesar 0,528 yang mana lebih besar dari pada 0,05 maka dapat disimpulkan bahwa data dari penelitian ini berasal dari populasi dengan varian yang sama.

b. Uji Hipotesis

1) Uji Korelasi

Untuk mengetahui hubungan struktur tujuan kelas dengan stres akademik siswa maka penelitian ini melakukan uji korelasi melalui analisis *bivariate* dengan bantuan IBM SPSS Versi 25. Hasil uji korelasi dalam penelitian ini yaitu:

Tabel 4.13 Uji Korelasi

Correlations		Struktur Tujuan Kelas	Stres Akademik Siswa
Struktur Tujuan Kelas	Pearson Correlation	1	,463**
	Sig. (2-tailed)		,000
	N	167	167
Stres Akademik Siswa	Pearson Correlation	,463**	1
	Sig. (2-tailed)	,000	
	N	167	167

**, Correlation is significant at the 0.01 level (2-tailed).

Berdasarkan tabel tersebut dapat disimpulkan bahwa terdapat korelasi yang signifikan antara struktur tujuan kelas dan stres akademik siswa di Sekolah Mengengah Atas Negeri 3 kelas XII dengan nilai *sig (2-tailed)* sebesar $0,000 < 0,05$ dengan korelasi sedang yaitu nilai *Person correlation* 0,463 sedangkan R-Tabel pada taraf signifikansi 5 persen dengan $N=167-2$ diketahui sebesar 0,1519. jadi R-Hitung lebih besar dari R-Tabel atau $(0.463 > 0,1519)$ dan bentuk hubungannya adalah hubungan yang positif. Stres akademik berkorelasi positif dengan struktur tujuan kelas. Jika struktur tujuan kelas yang rendah akan menghasilkan stres akademik yang lebih rendah dan sebaliknya jika struktur tujuan kelas tinggi maka stres akademik akan lebih tinggi.

2) Analisis Regresi Linear Sederhana

Analisis regresi linier sederhana dapat digunakan untuk menguji dan memahami arah hubungan antara variabel independen dan variabel dependen. Adapun uji regresi linear sederhana dalam penelitian ini sebagai berikut:

Tabel 4.14 Analisis Regresi Linear Sederhana

		Coefficients^a			
		Unstandardized Coefficients	Standardized Coefficients		
Model		B	Std. Error	Beta	T
1	(Constant)	24,049	2,609		9,219
	Struktur Tujuan Kelas	,532	,079	,463	6,717
					Sig.

a. Dependent Variable: Stres Akademik Siswa

Berdasarkan tabel tersebut maka dapat disimpulkan bahwa $Y=a+bx$.

$$Y=24,049+532$$

- Konstanta/Titik potong (a) atau titik potong persamaan sebelumnya adalah 24,049 menunjukka bahwa stres akademik adalah 24,049. Jika variabel struktur tujuan kelas teteap/konstan.
- Dengan nilai koefesien sebesar 0,532 maka variabel struktur tujuan kelas (X) memiliki hubungan positif dengan stres akademik siswa (Y) ditunjukan dengan nilai koefesien pada tabel sebesar 0,532. Angka tersebut menunjukkan seberapa baik strukur tujuan kelas pada stres akademik siswa.

3) Uji Parsial (T)

Statistik nilai T digunakan dalam pengujian koefesien regresi untuk memastikan apakah suatu variabel memiliki hubungan signifikan. Dengan memeriksa nilai signifikansi nilai T-hitung dan T-tabel sehingga dapat diputuskan diterima atau ditolaknya hipotesis. Berikut merupakan temuan uji hipotesis yang dilakukan dengan bantuan IBM SPSS Statistics 25:

Tabel 4.15 Uji Parsial (T)

		Coefficients^a			
		Unstandardized Coefficients	Standardized Coefficients		
Model		B	Std. Error	Beta	t
1	(Constant)	24,049	2,609		9,219
	Struktur Tujuan Kelas	,532	,079	,463	6,717
					,000

a. Dependent Variable: Stres Akademik Siswa

Berdasarkan tabel tersebut, pada tahap pertama yaitu menentukan T-Tabel yang digunakan dan tingkat signifikansi yang ditetapkan. Menggunakan tingkat signifikansi 5% dan nilai $df=n-k=167-2=165$ diperoleh nilai T-Tabel sebesar 1,654.

Karena pengujian hipotesis bergantung pada pengambilan keputusan, dapat dikatakan bahwa nilai signifikansi 0,000 lebih kecil dari pada 0,05 dan nilai T-Hitung 6,717 lebih besar dari pada T-Tabel yaitu 1,654 akibatnya H_a disetujui dan H_0 ditolak. Dengan demikian terdapat hubungan antara struktur tujuan kelas dengan stres akademik siswa di Sekolah Menengah Atas Negeri 3 Banjarmasin.

4) Koefisien Determinasi (R^2)

Berikut merupakan koefisien determinasi yang berfungsi untuk mengukur besarnya hubungan antar variabel dalam penelitian ini:

Tabel 4.16 Koefesien Determinasi (R^2)

Model Summary				
Model	R	R Square	Adjusted R Square	Std. Error of the Estimate
1	,463 ^a	,215	,210	4,438

a. Predictors: (Constant), Struktur Tujuan Kelas

Diketahui nilai R-Square adalah 0,215 berarti variabel struktur tujuan kelas mempengaruhi stres akademik siswa sebesar 21,5%.

C. Pembahasan

Penelitian ini membahas tentang hubungan struktur tujuan kelas dengan stres akademik siswa di Sekolah Menengah Atas Negeri 3 Banjarmasin. Populasi berasal dari kelas XII IPA dan XII IPS dengan populasi sebanyak 210 siswa. Adapun sampel yang dihitung menggunakan rumus slovin sebesar 167 responden. Penelitian ini dilakukan pada hari 24 Februari-11 Maret 2025. Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui hubungan struktur tujuan kelas dengan stres akademik siswa di Sekolah Menengah Atas Negeri 3 Banjarmasin dan untuk mengetahui seberapa besar hubungan struktur tujuan kelas dengan stres akademik siswa di Sekolah Menengah Atas Negeri 3 Banjarmasin.

1. Hubungan Struktur Tujuan Kelas Dengan Stres Akademik Siswa di Sekolah Menengah Atas Negeri 3 Banjarmasin

Setelah melakukan analisis data maka didapatkan hasilnya yaitu terdapat hubungan struktur tujuan kelas dengan stres akademik siswa di Sekolah Menengah Atas Negeri 3 Banjarmasin. Hubungan tersebut telah dibuktikan dari

nilai *Person correlation* 0,463 sedangkan R-Tabel pada taraf signifikansi 5 persen dengan $N=167-2$ diketahui sebesar 0,1519. jadi R-Hitung lebih besar dari R-Tabel atau ($0,463 > 0,1519$) dan bentuk hubungannya adalah hubungan yang positif. Stres akademik berkorelasi positif dengan struktur tujuan kelas. Jika struktur tujuan kelas yang rendah akan menghasilkan stres akademik yang lebih rendah dan sebaliknya jika struktur tujuan kelas tinggi maka stres akademik akan lebih tinggi. Penelitian ini memberikan bukti bahwa struktur tujuan kelas yang jelas dan terarah akan mengurangi stres akademik siswa sehingga pentingnya untuk memperhatikan struktur tujuan kelas dalam upaya meningkatkan kualitas pendidikan dan kesejahteraan siswa.

Sebanyak 65,27 persen siswa pada tingkat tinggi dalam struktur tujuan kelas. Hal ini berarti siswa berorientasi pada proses belajar, memahami dan menerima kesalahan sebagai bagian dari sebuah pembelajaran. Dalam konteks ini, siswa merasa lebih tahan akan stres akademik karena mereka melihat pembelajaran sebagai proses dari pengembangan diri bukan hanya sekedar nilai yang diperoleh. Temuan ini sejalan dengan penelitian Yunlin Yu et al yang menyatakan bahwa “siswa yang menggabungkan tujuan penguasaan tinggi cenderung mengalami kecemasan yang meningkat”.²

Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa siswa yang berorientasi pada pencapaian berupa nilai yang tinggi, kompetisi dan khawatir akan kegagalan akan mengalami stres akademik dalam kategori tinggi. Temuan ini sesuai dengan teori

² Yu, J³arvinen, and Salmela-Aro, “Momentary achievement goal profiles: Associations with instructional activities, interest, and anxiety,” 3.

model transaksional stres dan koping menurut Lazarus dan Folkman dalam penelitian Nasib Tua Lumban Gaol yang menekankan:

bahwa hubungan antara individu dengan lingkungannya yang dievaluasi oleh seseorang sebagai tuntutan atau ketidakmampuan dalam menghadapi situasi yang membahayakan atau mengancam kesehatan.³

Pada dasarnya stres itu bukan tentang apa yang terjadi melainkan cara kamu untuk melihat dan menangani stres tersebut. Jika dilihat dari keasalahan sebagai bagian yang wajar dari sebuah pengalaman maka tekanan belajar akan lebih mudah untuk diatasi.

Selain itu tekanan dari guru dan orang tua menjadi pemicu stres akademik. Temuan ini sejalan dengan penelitian Irene García-Moya et al yang menyatakan bahwa “Struktur tujuan penghindaran kinerja secara konsisten dikaitkan dengan tingkat stres kinerja sekolah yang lebih tinggi”.⁴ Temuan penelitian ini menyoroti betapa pentingnya membuat struktur tujuan kelas yang efektif guna meningkatkan pembelajaran dan mengurangi stres akademik. Siswa akan merasa dihargai karena proses belajar bukan hanya terlihat dari hasil akhirnya. Temuan ini sejalan dengan menurut Nicola Morgan “Tekanan dan perasaan khawatir akan kegagalan lebih meningkat ketika mendekati ujian.”⁵ Ekspektasi yang terlalu tinggi dan menekankan kesempurnaan dari hasil penilaian menyebabkan kecemasan dan takut gagal yang dapat berkontribusi terhadap stres akademik siswa.

³ Gaol, “Teori Stres: Stimulus, Respons, dan Transaksional.”⁵.

⁴ García-Moya, Díez, and Paniagua, “Stress of School Performance among Secondary Students: The Role of Classroom Goal Structures and Teacher Support,” 8.

⁵ Morgan, *The Teenage Guide to Stress*, 20.

2. Besaran Hubungan Struktur Tujuan Kelas Dengan Stres Akademik Siswa di Sekolah Menengah Atas Negeri 3 Banjarmasin

Pada analisis regresi linear sederhana menunjukkan bahwa satu peningkatan pada variabel struktur tujuan kelas akan meningkatkan stres akademik sebesar 0,532. Koefisien determinasi ($R^2=0,215$) menunjukkan bahwa sebanyak 21,5% variabel stres akademik siswa diakibatkan oleh struktur tujuan kelas. Hal ini berarti ada 78,5% faktor yang dapat menyebabkan stres seperti tekanan sosial, manajemen waktu, ekonomi dan dukungan emosional. Secara teoritis, hasil ini konsisten dengan *Achivement Goal Theory* yang menjelaskan bahwa

dengan memahami bagaimana siswa dapat difokuskan pada peningkatan pribadi sebagaimana diprioritaskan oleh tujuan pendekatan penguasaan atau kedudukan relatif sebagaimana diprioritaskan oleh tujuan pendekatan kinerja.⁶

Dalam penelitian ini struktur tujuan kelas yang lebih menekankan pada hasil tanpa mempertimbangkan kapasitas individu beresiko menimbulkan tekanan psikologis dan stres. Secara praktis hasil penelitian ini menjadi tambahan pengetahuan agar tidak hanya menekankan target-target akademik melainkan perlu untuk memperhatikan iklim psikologi kelas dan strategi pembelajaran. Pentingnya lingkungan yang suportif dalam menyusun tujuan pembelajaran yang tidak hanya menekankan pada hasil namun perlunya perhatian terhadap proses penguasaan materi. Siswa dapat dimotivasi melalui dukungan orang tua dan guru untuk menghindari stres saat belajar di kelas. Perlunya untuk menanamkan dalam diri siswa bahwa ekspektasi yang tidak realistis akan berdampak pada kesehatan mental siswa.

⁶ Chazan, Pelletier, and Daniels, "Achievement Goal Theory Review: An Application to School Psychology," 9.

Siswa Sekolah menengah Atas berada dalam fase remaja akhir yang secara psikologis berada dalam proses pembentukan identitas, pengembangan kontrol diri dan pencarian makna personal dalam setiap aktivitas termasuk dalam bidang pendidikan. Hal ini diperkuat oleh penelitian Lisa Bardach et al yang menekankan bahwa:

menekankan nilai penataan kelas selaras dengan struktur tujuan penguasaan untuk menumbuhkan motivasi individu siswa kejuruan yang terpenting yaitu kerangka target yang menjadi landasan konseptualisasi struktur tujuan penguasaan.⁷

Sesuai dengan penelitian ini mayoritas responden menganggap struktur tujuan kelas telah tertata dengan baik, hal ini dapat dibuktikan dari tingginya frekuensi dari indikator struktur tujuan penguasaan dan pencapaian. Hal ini mendukung penelitian dari Lisa Bardach et al dengan struktur tujuan yang jelas dan motivasi dari orang tua dan guru dapat mengurangi stres akademik siswa.

Selain itu menurut Jiandong Sun dalam penelitian Anaway Irianti Mansyur dkk yang menyatakan bahwa siswa mengalami kekhawatiran karena mendapatkan nilai yang buruk.⁸ Adapun temuan dalam penelitian ini yaitu mayoritas responden mengalami stres akademik dengan frekuensi tinggi dipicu oleh stres prestasi sekolah dalam mencapai hasil atau penilaian dan perasaan khawatir akan mengecewakan orang tua dan guru. perasaan stres ini dapat menciptakan tekanan psikologis hingga mengganggu konsentrasi belajar siswa.

⁷ Bardach et al., "Associations between Vocational Students' Perceptions of Goal Structures, Mastery Goals, and Self-efficacy in Five Subjects—Practical Relevance as a Potential Mediator," 15.

⁸ Anaway Irianti Mansyur, Eka Wahyuni, and Susi Fitri, "Analisis Kebutuhan Aplikasi Untuk Mengelola Stres Akademik Siswa Sekolah Menengah Atas," *Jurnal Sains Sosio Humaniora* 6, no. 1 (2022): 252.