

BAB II

LANDASAN TEORI

A. Konsep Teori

1. Makna Guru

a. Makna Guru

Dalam Undang-Undang Dasar No 14 tahun 2005 tentang guru dan dosen menyebutkan guru adalah pendidik profesional dengan tugas utama mendidik, mengajar, membimbing, mengarahkan, melatih, menilai dan mengevaluasi peserta didik, pada pendidikan anak usia didni, jalur pendidikan dasar, dan pendidikan bawah, menengah, atas (Hasbullah, 2008:3. Menurut Tohirin guru adalah orang dewasa yang bertanggung jawab memberikan bimbingan kepada peserta didik dalam perkembangan jasmani dan rohaninya agar mampu mencapai kedewasaan, mampu melaksanakan tugasnya sebagai khalifah di muka bumi, sebagai makhluk sosial dan sebagai individu yang sanggup berdiri sendiri (Tohirin, 2012:137). Sedangkan menurut Djamarah dalam Kompetensi Guru Pendidikan Agama Islam Guru ialah memberikan pengetahuan (*cognitiv*) sikap dan nilai (*afektif*) dan keterampilan (*psychomotor*) kepada anak didik. Guru berusaha menjadi pembimbing yang baik dengan arif dan bijaksana sehingga tercipta hubungan dua arah yang harmonis antara guru dan anak didik (Akmal Hawi, 2013:41).

Jadi menurut penulis guru adalah orang dewasa yang memiliki tugas untuk membimbing, mengarahkan, melatih, menilai, mengevaluasi, siswa dan untuk mengatasi masalah dalam belajar seperti stres dalam belajar.

b. Syarat-syarat Guru

Syarat menjadi guru wajib memiliki kualifikasi akademik, kompetensi, sertifikasi pendidik, serta memiliki kemampuan untuk mewujudkan tujuan pendidikan nasional (Made Pidarta, 2007:68). Sedangkan menurut Nur Uhbiyati syarat yang harus dimiliki oleh seorang guru adalah:

1. Harus memiliki ilmu mendidik agar pendidik dapat menyesuaikan dengan jiwa siswa.
2. Memiliki bahasa yang baik, karena dengan bahasa yang baik siswa akan mudah untuk mengerti dan menggunakan bahasa yang halus dan lembut dengan menyentuh perasaan siswa.
3. Mencintai siswa, sebab cinta senantiasa mengandung arti menghilangkan kepentingan diri sendiri untuk keperluan orang lain.

Sedangkan menurut Tohirin perilaku guru yang disarankan untuk di implementasikan agar pengajaran efektif dan bis terwujud yaitu:

1. Menggunakan suatu sistem aturan tertentu dalam menghindari hal-hal atau prosedur tertentu
2. Mencegah agar perilaku siswa yang salah tidak berketerusan
3. Mengarahkan tindakan dengan disiplin secara tepat
4. Bergerak keseluruh ruang kelas untuk mengamati siswa

5. Situasi-situasi yang mengganggu di atasi dengan cara-cara yang bijaksana.
6. Memberikan tugas-tugas yang menarik minat siswa terutama apabila mereka berkerja secara bebas
7. Menggunakan cara yang memungkinkan siswa melaksanakan tugas-tugas belajar dengan arahan seminimal mungkin.
8. Memanfaatkan waktu pembelajaran sebaik mungkin dan siswa harus terlibat aktif dan produktif dalam melaksanakan tugas-tugas pembelajaran.
9. Menggunakan cara-cara tertentu untuk mendapatkan perhatian siswa.
10. Tidak memulai berbicara kepada kelas sebelum semua siswa memberikan perhatian.
11. Menggunakan teknik-teknik mengajar yang bervariasi dan menyesuaikan pengajaran keperluan pembelajaran.
12. Menggunakan suatu sistem pemeriksaan tugas-tugas.
13. Menghubungkan bahan yang diajarkan dengan aktivitas yang harus dilakukan siswa
14. Menggunakan teknik-teknik yang memberikan kemudahan perpindahan secara berangsur-angsur dari yang kongrit ke lebih abstrak.
15. Menggunakan campuran pertanyaan dari peringkat yang rendah dan tinggi.
16. Menyadari apa yang berlangsung di dalam kelas.
17. Dapat menghadirkan lebih dari satu hal dalam satu waktu.
18. Mengatur penggantian pembelajaran secara mulus
19. Memelihara jalannya arahan pembelajaran secara baik.
20. Memberikan pertanyaan secara jelas dalam kelas.

21. Dapat memotivasi siswa dalam pembelajaran.
22. Menunjukkan sifat memelihara, menerima dan menghargai anak
23. Memberikan respon yang memadai terhadap makna perasaan dan pengalaman peserta didik.
24. Mengarahkan pertanyaan kepada banyak siswa yang berbeda-beda dan bukan hanya kepada siswa tertentu
25. Menggunakan berbagai teknik untuk membantu siswa dalam memperbaiki respon yang keliru atau salah.
26. Memberikan penghargaan dan ganjaran untuk memotivasi siswa
27. Menggunakan keritikan yang halus dalam mengkomunikasikan kepada siswa yang lebih pandai.
28. Menerima inisiatif siswa yang disampaikan melalui pertanyaan atau saran (Tohirin, 2011:144-145).

2. Pengertian belajar

a. Belajar

Menurut Syaiful bahri djamarah Belajar adalah serangkaian kegiatan jiwa raga untuk memperoleh suatu perubahan tingkah laku sebagai hasil dari pengalaman individu dalam interaksi dengan lingkungannya yang menyangkut kognitif, efektif dan Psikomotorik (SYAIFUL BAHRI DJAMARAH, 2008:13).

Sedangkan menurut Oemar hamalik belajar adalah perubahan dari persepsi dan perilaku termasuk juga perbaikan perilaku (Oemar hamalik, 2012:45).

Jadi menurut penulis belajar adalah proses penguasaan kebiasaan yang baik menurut norma yang berlaku dan penyesuaian sosial yang memiliki keterampilan dan cita-cita yang diinginkan.

Ciri-ciri belajar menurut Syaiful bahri djamarah adalah:

1. Perubahan yang terjadi secara sadar, ini berarti individu yang belajar akan menyadari terjadinya perubahan itu atau sekurang-kurangnya individu merasakan telah terjadi adanya suatu perubahan dalam dirinya.
2. Perubahan dalam belajar bersifat fungsional sebagai hasil belajar perubahan yang terjadi dalam diri individu berlangsung terus menerus dan tidak statistik.
3. Perubahan dalam belajar bersifat positif dan aktif dalam perbuatan belajar, perubahan-perubahan itu selalu bertambah dan tertuju untuk memperoleh suatu yang lebih baik dari sebelumnya.
4. Perubahan dalam belajar bukan bersifat sementara, perubahan yang bersifat sementara yang terjadi hanya untuk beberapa saat saja, perubahan yang terjadi karena proses belajar bersifat menetap atau permanen, ini berarti bahwa tingkah laku yang terjadi setelah belajar akan bersifat menetap.
5. Perubahan mencakup seluruh aspek tingkah laku, jika seseorang belajar sesuatu sebagai hasilnya ia akan mengalami perubahan tingkah laku secara menyeluruh dalam sikap kebiasaan, keterampilan, pengetahuan (Syaiful bahri djamarah, 2008:15-16).

Adapun faktor-faktor yang berpengaruh dalam belajar menurut Abdul Hadis dan Nurhayati adalah:

1. Faktor internal

Yaitu seperti kesehatan peserta didik, kesehatan mempengaruhi proses dan hasil belajar peserta didik, peserta didik yang mengalami gangguan kesehatan akan tidak dapat belajar dengan maksimal dan optimal. Adapun psikologi misalnya intelegensi, minat, perhatian, bakat, motivasi, kematangan dan kesiapan peserta didik sangat berpengaruh terhadap proses dan hasil belajar peserta didik di sekolah, faktor internal lainnya yang berpengaruh terhadap proses dan dan hasil belajar peserta didik ialah faktor kelelahan peserta didik yang mengalami kelelahan karena telah melakukan pekerjaan berat yang melibatkan fisik, akan kurang dapat memusatkan perhatian dalam mengikuti proses pembelajaran di kelas.

2. Faktor eksternal

Yaitu yang bersumber dari luar diri peserta didik yang berpengaruh terhadap proses pembelajaran dikelas ialah faktor keluarga, sekolah, dan masyarakat. Untuk menunjang keberhasilan peserta didik dalam mengikuti proses pembelajaran di sekolah maka pihak sekolah perlu melakukan kerjasama yang baik dengan lingkungan keluarga dan masyarakat.

Sedangkan menurut Muhibbin Syah faktor-faktor yang mempengaruhi belajar ialah:

1. Faktor internal (faktor dari dalam diri siswa), yakni keadaan atau kondisi jasmani dan rohani siswa.

2. Faktor eksternal (faktor dari luar siswa) yakni kondisi lingkungan di sekitar siswa.
3. Faktor pendekatan belajar (*deptoach to learning*) yakni jenis upaya belajar siswa yang meliputi strategi dan metode yang digunakan siswa untuk melakukan kegiatan mempelajari materi-materi pelajaran (Muhibbin Syah, 2007:144).

Jadi, ciri-ciri belajar menyadari perubahan yang terjadi secara sadar, belajar yang bersifat fungsional, belajar yang bersifat positif dan aktif, tingkah laku dalam belajar bersifat menetap, belajar yang memiliki tujuan dan terarah dan perubahan yang seluruh aspek tingkahlaku seperti jika seseorang belajar sesuatu sebagai hasilnya ia akan mengalami perubahan tungkah laku secara menyeluruh dalam sikap kebiasaan, keterampilan pengetahuan. Sedangkan faktor-faktor yang mempengaruhi belajar yaitu dari faktor internal dan eksternal, dari faktor internal yaitu dari dalam diri peserta didik seperti minat untuk belajar, bakat, motivasi, sedangkan faktor eksternal yaitu faktor yang mempengaruhi dari luar diri peserta didik seperti lingkungan keluarga, masyarakat dan lingkungan sekolah serta faktor dari pendekatan dalam belajar yang berfungsi untuk mengembangkan minat dan motivasi siswa untuk belajar.

b. Stres Dalam Belajar

Menurut Alvin Stres dalam belajar adalah 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. Sedangkan menurut Desmita Stres belajar adalah sebagai ketegangan emosional yang muncul dari peristiwa-peristiwa kehidupan disekolah dan perasaan terancamnya keselamatan atau harga diri siswa, sehingga memunculkan reaksi-reaksi fisik, psikologis, dan tingkah laku yang berdampak pada penyesuaian psikologi dan prestasi akademis (Desmita: 2009: 291).

Jadi, stres dalam belajar adalah suatu respon atau perasaan yang tidak menyenangkan yang dialami oleh seseorang yang dipengaruhi oleh individu dan situasi eksternal sehingga menimbulkan akibat-akibat khusus secara psikologis maupun fisiologis terhadap seseorang.

c. Sumber Stres belajar

Stres pada siswa bersumber dari berbagai tuntutan di sekolah karena sekolah merupakan sebuah sistem sosial dengan struktur organisasi yang kompleks. Sebagai organisasi sosial yang kompleks sekolah memiliki sejumlah norma, nilai, peraturan, dan tuntutan yang harus di penuhi oleh para anggotanya, termasuk oleh siswa.

Adapun tuntutan sekolah yang menjadi sumber stres belajar adalah:

1. Tuntutan fisik

Yaitu stres siswa yang bersumber dari lingkungan fisik sekolah. Dimensi-dimensi dari lingkungan fisik sekolah yang dapat menyebabkan terjadinya siswa ini meliputi:keadaan iklim ruangan kelas, temperatur yang tinggi, pencahayaan dan

penerangan, perlengkapan atau sarana prasarana penunjang pendidikan, daftar pelajaran, kebersihan kesehatan sekolah, keamanan dan penjagaan sekolah.

2. Tuntutan tugas

Tugas-tugas yang dihadapi siswa berkaitan dengan proses dan pencapaian pembelajaran yang harus dikerjakan dan harus di hadapi oleh siswa yang dapat menimbulkan tekanan dan stres. Aspek-aspek dari tuntutan tugas yaitu tugas yang kurikulum, menghadapi ulangan atau ujian, mematuhi disiplin sekolah, penilaian, mengikuti ekstrakurikuler.

3. Tuntutan Peran

Sebagai sebuah organisasi sekolah memiliki struktur organisasi yang terdiri atas beberapa posisi yang ditempati oleh para anggotanya, semua anggota organisasi sekolah di harapkan memenuhi kewajiban-kewajiban yang telah ditetapkan sesuai dengan posisinya masing-masing. Peran secara khusus berkaitan dengan sekumpulan harapan yang dimiliki oleh seseorang dan orang lain yang membentuk lingkungan sosialnya. Harapan ini tidak hanya berupa tingkah laku atau tindakan melainkan juga meliputi harapan tentang motivasi, perasaan, nilai-nilai, dan sikap.

Dalam hal ini seorang siswa misalnya diharapkan selalu memiliki motivasi yang tinggi untuk berprestasi, memiliki nilai-nilai yang positif, dan sikap yang baik yang mencerminkan sebagai seorang kaum terpelajar. Ini berarti bahwa harapan meliputi semua aspek formal dari belajar, dan harapan informal seperti harapan dari teman, masyarakat, dan orang tua.

4. Tuntutan interpersonal

Di sekolah siswa tidak hanya diuntut untuk mencapai prestasi akademis yang tinggi, melainkan sekaligus harus mampu melakukan interaksi sosial atau menjalin hubungan baik dengan orang lain. keberhasilan siswa di sekolah banyak di tentukan oleh kemampuannya mengelola interaksi sosial inihal in karena sebagian besar waktunya di habiskan bersama orang-orang di luar lingkungan keluarganya seperti teman sebaya dan guru.

Sedangkan menurut Rice dalam buku Psikologi perkembangan peserta didik secara garis besarnya membedakan dua tipologi yaitu *personal and social tressor* dan *academic stressor* yaitu stres siswa yang bersumber dari diri pribadi dan lingkungan sosial yaitu meliputi, transisi, lingkungan tempat tinggal, saudara dan teman lama, berhubungan dengan transisi dalam lingkungan baru terdapat pula banyak stessor seperti menemukan teman baru, masa-masa kesepian dan menangani hubungan romantis. Sedangkan *academic stressor* adalah stres siswa bersumber dari proses belajar mengajar atau hal-hal yang berhubungan dengan kegiatan pembelajaran yang meliputi, tekanan untuk naik kelas, lama belajar, menyontek, banyak tugas, karier, serta kecemasan ujian dan manajemen waktu (Desmita, 2009: 299).

d. Dampak Stres Belajar

Kecemasan atau stres sekolah yang di alami oleh anak mempunyai dampak, tidak saja pada penyesuaian fisiologi, psikologis, dan psikososialmelainkan juga pada penyesuaian akademis. Kecemasan anak yang

tinggi menunjukkan lebih banyak problem tingkah laku, tidak di sukai oleh teman, konsep diri yang buruk serta sikap terhadap sekolah dan prestasi akademis yang rendah. Sedangkan menurut Hans Selye dalam teorinya tentang stres bahwa tidak semua stres bersifat negatif, namun stres dapat pula berakibat positif. Ia membedakan tiga bentuk stres yaitu: *distress*, *eustres*, dan *neustres*. *Distress* diasosiasikan dengan respon terhadap stres yang bersifat tidak memuaskan dan merusak pada keseimbangan fungsi tubuh individu sedangkan *eustres* merupakan respon terhadap stres yang bersifat memuaskan dan dapat mengakibatkan fungsi optimal tubuh baik fungsi fisik, maupun fungsi psikis. Adapun *neustres* mengacu pada respon stres individual yang bersifat netral, yang tidak memberi akibat negatif atau positif namun menyebabkan tubuh berada pada fungsi internal yang mantap, tetap berada dalam keadaan homeostatis.

Jadi, Stres sekolah tidak sepenuhnya bermakna negatif, melainkan juga dapat bermakna positif bagi remaja dalam arti dapat sebagai tantangan untuk mengatasinya. Stres yang positif tidak berbahaya malah sebaliknya diperlukan untuk meningkatkan kualitas diri dan prestasi belajar.

3. Peran Guru Dalam Mengatasi Stres Belajar Siswa

Peranan adalah Sesutu yang jaadi bagian atau yang memegang pemimpin yang terutama dalam terjadi nya hal atau peristiwa (Kamus Lengkap Bahasa Indonesia, 2001; 320)

Stres adalah fenomena umum yang senantiasa hadir dalam kehidupan manusia. Selagi manusia melakukan interaksi dengan lingkungannya, fenomena

ini akan selalu ada, oleh karena itu tidak ada manusia yang bisa menghindari diri dari stres bahkan seseorang yang mengaku tidak mengalami stres sekalipun ketika berhadapan dengan suatu situasi sebenarnya ia tengah di landa stres.

Karena itu fenomena stres yang di alami siswa harus di pandang sebagai sesuatu yang inheren dari proses perkembangannya, tetapi bukan beraarti stres yang di alami siswa di sekolah dibiarkan berkembang begitu saja. Sebaliknya, stres harus di tanggulangi, di tangani dan di kelola dengan baik sehingga menjadi stres yang positif yang menentang peserta didik untuk meningkatkan kualitas dan kemampuan diri, serta kesejahteraan hidup dapat tetap terpelihara.

Dalam menanggulangi stres belajar guru memiliki peran yang sangat kuat, peran menurut Dalam Depdiknas adalah perangkat tingkah yang diharapkan dimiliki oleh orang yang berkedudukan dalam masyarakat (Depdiknas, 2008:1051). Menurut Mayor Polak peranan menunjukkan pada aspek dari status, peranan secara umum menunjukan pada keseluruhan peran itu dan menentukan apa yang dikerjakan seseorang untuk masyarakatnya serta apa yang dapat diharapkan dari masyarakatnya (Ary H.Gunawan, 2010:41).

Sedangkan Menurut Soerjono Soekanto peranan merupakan aspek dinamis yaitu seseorang yang melaksanakan hak-hak dan kewajibanya, suatu peranan mencakup :

1. Peranan meliputi norma-norma yang dihubungkan dengan posisi atau tempat seseorang dalam masyarakat.

2. Peranan merupakan suatu konsep apa yang dapat dilakukan oleh individu dalam masyarakat sebagai organisasi.
3. Peranan juga dapat dikatakan sebagai perilaku individu yang penting bagi struktur sosial (Soerjono Soekanto, 2007:217)

Jadi peran adalah segala sesuatu yang bisa mengakibatkan terjadinya suatu peristiwa yang lebih baik secara langsung maupun tidak langsung sedangkan peranan dalam penelitian ini adalah sejauhmana peranan guru dalam mengatasi stres belajar.

Dalam upaya menanggulangi atau menanggapi kondisi stres siswa, sekolah sebagai institusi pendidikan mempunyai peranan yang sangat penting, berikut ini beberapa upaya yang dapat dilakukan oleh guru dalam mengatasi stres yang dialami siswa:

1. Menciptakan Iklim Sekolah Yang Kondusif

Iklim sekolah adalah situasi atau suasana yang muncul akibat hubungan antara kepala sekolah dengan guru, guru dengan guru, guru dengan peserta didik, hubungan antara peserta didik, yang mempengaruhi sikap, kepercayaan, nilai motivasi dan prestasi orang-orang yang terlibat dalam suatu sekolah tertentu.

Jadi pihak sekolah harus mampu menciptakan iklim sekolah yang sehat dan menyenangkan agar siswa dapat menjalin interaksi sosial secara memadai di lingkungan sekolah, iklim sekolah yang sehat mampu membangkitkan motivasi belajar siswa, dan untuk mengatasi timbulnya perasaan tidak nyaman dan stres dalam diri siswa yang akan mempengaruhi prestasi belajar mereka.

seperti menciptakan hubungan yang harmonis antara kepala sekolah dan guru, guru dan guru, siswa dengan siswa, sekolah menciptakan lingkungan sekolah yang nyaman, bersih dan indah.

2. Melaksanakan Program Pelatihan Penanggulangan Stres

Training inokulasi stres mempunyai dampak yang positif bagi peningkatan kualitas hidup peserta didik dengan memberikan training inokulasi stres memungkinkan peserta didik untuk menghadapi situasi-situasi yang stresfull di sekolah dengan cara-cara penanggulangan yang lebih rasional di samping itu melalui training inokulasi stres peserta didik juga dapat meningkatkan keterampilan-keterampilan penyesuaian psikososial, sehingga lebih mampu menjalin hubungan interpersonal secara memuaskan. Seperti sekolah mengadakan seminar mengenai stres belajar, cara mengatasi masalah yang sedang di hadapi, menghadirkan guru bimbingan konseling.

3. Mengembangkan Resiliensi Peserta Didik

Resiliensi merupakan salah satu aspek potensi yang perlu dikembangkan dalam diri peserta didik, karena resiliensi merupakan kemampuan atau kapasitas insani yang dimiliki peserta didik yang memungkinkan untuk menghadapi, mencegah, meminimalkan dan bahkan menghilangkan dampak-dampak yang merugikan dari kondisi-kondisi yang tidak menyenangkan atau bahkan mengubah kondisi kehidupan yang menyengsarakan menjadi suatu hal yang wajar untuk diatasi (Desmita, 2009:301-304).

4. Pengelolaan Kelas Yang Baik

Sekolah adalah tempat belajar bagi siswa, dan tugas guru sebagian besar terjadi di dalam kelas yakni membelajarkan siswa dengan menyediakan kondisi belajar yang optimal, yang berhubungan dengan bakat dan minatnya.

B. Penelitian Relevan

Penelitian tentang peran guru dalam mengatasi stres belajar siswa Di MTS Bukit Raya Pekanbaru sepengetahuan penulis belum pernah dilakukan, yang ada hanyalah penelitian yang hampir sama dan mirip seperti penelitian yang dilakukan Muslimah (UIR:2009) dengan judul “Peranan bimbingan dan penyuluhan dalam menaggulangi kesulitan belajar siswa Di MTS Muhammadiyah Karya Bakti Kecamatan Kampar Kiri Tengah Kabupaten Kampar” dengan bimbingan yang bersifat preventif maupun yang bersifat kuratif adalah cukup atau sedang. Begitu juga penelitian yang dilakukan oleh Indraningsih dengan judul “Upaya guru dalam meningkatkan aktifitas belajar PAI Di SDN Gugus II Kihajar Dewantara Kecamatan Tapung Hilir Kabupaten Kampar” dengan hasil penelitian baik. Penelitian penulis dengan penulis sebelumnya sama-sama mengenai belajar tetapi yang menjadi perbedaannya ialah penulis meneliti tentang Peran Guru dalam Mengatasi Stres Belajar Siswa MTSN Bukit Raya Pekanbaru.

C. Konsep Operasional

Untuk menegaskan Peran Guru dalam Mengatasi Stres Belajar Siswa, maka penulis memberikan batasan konsep teori yang dimaksud, di dalam hal ini peran guru mengatasi stres belajar siswa yaitu:

1. Menciptakan Iklim Sekolah yang Kondusif
2. Melaksanakan program pelatihan penanggulangan stres
3. Mengembangkan Resiliensi peserta didik
4. Pengelolaan Kelas Yang Baik

D. Kerangka Konseptual

Peran Guru Dalam Mengatasi
Stres Belajar Siswa



1. Menciptakan Iklim Sekolah Yang Kondusif.
2. Melaksanakan Program Pelatihan Penanggulangan Stres.
3. Mengembangkan Resiliensi Peserta Didik.
4. Pengelolaan Kelas Yang Baik.