

PERBEDAAN STRES AKADEMIK ANTARA SISWA SMA SEKOLAH NEGERI DAN SWASTA DI SALATIGA

Joshua Justin Nathaniel¹, Lucky Denis Saputra²

Program Studi Sarjana Psikologi, Fakultas Psikologi, Universitas Kristen Satya Wacana^{1,2}

E-mail: joshuajustin82@gmail.com¹, denislucky2@gmail.com²

Abstrak. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui perbedaan tingkat stres akademik antara siswa Sekolah Menengah Atas (SMA) Negeri dan Swasta di Salatiga. Latar belakang penelitian ini didasari oleh kenyataan bahwa tekanan akademik yang dialami siswa dapat dipengaruhi oleh perbedaan pengelolaan sekolah, kurikulum, fasilitas, serta dukungan dari guru dan lingkungan belajar. Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan metode komparasi. Populasi penelitian adalah siswa SMA Negeri dan Swasta di Salatiga, dengan sampel berjumlah 284 siswa yang terdiri dari 205 siswa SMA Negeri dan 79 siswa SMA Swasta yang dipilih menggunakan teknik *purposive sampling*. Alat ukur yang digunakan berupa skala stres akademik yang disusun berdasarkan lima aspek dari Sun et al (2011). Data kemudian dianalisis menggunakan uji T independen. Hasil analisis uji T, menunjukkan nilai signifikansi sebesar 0,033 ($p < 0,05$), yang menandakan bahwa terdapat perbedaan tingkat stres akademik yang signifikan antara siswa SMA Negeri dan Swasta, di mana siswa SMA Negeri mengalami tingkat stres akademik yang lebih tinggi. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa stres akademik dapat berbeda berdasarkan jenis sekolah.

Kata Kunci: stres akademik, SMA Negeri, SMA Swasta

Abstract. This study aims to determine the differences in academic stress levels between public and private high school students in Salatiga. The background of this study is based on the fact that the academic pressure experienced by students can be influenced by differences in school management, curriculum, facilities, as well as support from teachers and the learning environment. This study uses a quantitative approach with a comparative method. The study population consists of public and private high school students in Salatiga, with a sample size of 284 students, including 205 public high school students and 79 private high school students selected using *purposive sampling*. The measurement tool used is an academic stress scale based on five aspects from Sun et al. (2011). The data were analyzed using an independent t-test. The results of the T-test analysis showed a significance value of 0.033 ($p < 0.05$), indicating that there was a significant difference in academic stress levels between public and private high school students, with public high school students experiencing higher levels of academic stress. The results of this study indicate that academic stress can vary depending on the type of school.

Keyword: academic stress, public high school, private high school

Pendahuluan

Pendidikan merupakan suatu proses yang bertujuan menciptakan dan mengelola lingkungan belajar guna mendukung pengembangan bakat serta potensi peserta didik (Pristiwanti et al., 2022). Berdasarkan Kamus Besar Bahasa Indonesia (KBBI), pendidikan didefinisikan sebagai proses perubahan sikap dan perilaku individu atau kelompok menuju kedewasaan melalui proses pengajaran dan pelatihan (Syah, 2007). Undang-Undang Republik Indonesia Nomor 20 Tahun 2003 tentang Sistem Pendidikan Nasional menjelaskan bahwa jalur pendidikan di Indonesia mencakup pendidikan formal, nonformal, dan informal, yang saling melengkapi (Darlis, 2017). Lebih lanjut, Darlis (2017) menyatakan bahwa pendidikan nonformal mencakup semua bentuk kegiatan pendidikan yang dilaksanakan secara sengaja, terstruktur, dan terencana di luar sistem persekolahan. Sementara itu, pendidikan formal diartikan sebagai jalur pendidikan yang terstruktur dengan jenjang yang jelas, meliputi pendidikan prasekolah seperti Pendidikan Anak Usia Dini (PAUD) dan Taman Kanak-Kanak (TK), jenjang pendidikan menengah seperti Sekolah Menengah Pertama (SMP) dan Sekolah Menengah Atas (SMA) atau

yang sederajat, hingga pendidikan tinggi dan setara.

Sekolah Menengah Atas (SMA) merupakan jenjang pendidikan menengah yang ditempuh selama tiga tahun, meliputi kelas X, XI, dan XII, di mana setiap tingkatannya berlangsung selama satu tahun (Mongi & Hatidja, 2016). SMA diselenggarakan oleh dua pihak, yaitu pemerintah dan Swasta. Sejak diberlakukannya otonomi daerah pada tahun 2001, pengelolaan SMA Negeri yang sebelumnya berada di bawah naungan Departemen Pendidikan Nasional telah diserahkan kepada pemerintah daerah kabupaten/kota. Dalam strukturnya, SMA Negeri kini berfungsi sebagai unit pelaksana teknis yang berada di bawah Dinas Pendidikan kabupaten/kota (Novesar, 2020).

Perbedaan dalam hal pengelolaan antara SMA Negeri dan Swasta tentu menciptakan variasi dalam sistem pembelajaran dan manajemen sekolah. Perbedaan pendidikan antara SMA Negeri dan Swasta terletak pada kurikulum, strategi pembelajaran, kualitas guru, dan fasilitas (Islami et al., 2024). SMA Negeri mengikuti Kurikulum Merdeka dan Kurikulum 2013 dengan metode ceramah dan diskusi yang menekankan interaktivitas siswa.

Sebaliknya, SMA Swasta lebih fleksibel dalam menerapkan kurikulum dan menggunakan metode *discovery learning* serta media pembelajaran modern. Dari segi tenaga pengajar, sekolah Negeri didominasi guru bergelar S1 dengan pelatihan dari pemerintah, sedangkan sekolah Swasta memiliki lebih banyak guru bergelar S2 dengan pelatihan dari mitra eksternal. Fasilitas di sekolah Swasta umumnya lebih lengkap, seperti laboratorium modern, dan lainnya, sementara sekolah Negeri mengandalkan dana BOS untuk pengadaan sumber belajar. Meskipun berbeda dalam sumber daya, keduanya berkomitmen meningkatkan mutu pendidikan melalui pengembangan kurikulum dan peningkatan kompetensi guru (Islami et al., 2024).

Meskipun pendidikan memiliki tujuan untuk berdampak positif, dalam praktiknya tidak jarang menimbulkan dampak negatif bagi peserta didik. Studi epidemiologis menunjukkan bahwa sekolah merupakan salah satu sumber stres lingkungan yang paling sering dialami oleh remaja, bahkan melebihi tekanan yang berasal dari keluarga maupun lingkungan sosial lainnya (Nygren et al., 2020). Sekolah tidak hanya berfungsi sebagai tempat belajar, tetapi juga sebagai arena interaksi sosial yang

sarat dengan tuntutan akademik dari guru dan ekspektasi tinggi dari orang tua (Pascoe et al., 2020). Siswa yang mengalami tekanan biasanya mengeluhkan beban tugas yang berlebihan, tekanan menghadapi ujian, persaingan tidak sehat antar teman sebaya, serta kasus perundungan yang mengganggu kesejahteraan psikologis mereka (OECD, 2017). Selain itu, harapan orang tua yang berlebihan terhadap prestasi anak, tanpa mempertimbangkan kapasitas dan kondisi psikologis mereka, justru memperparah tingkat stres yang dirasakan oleh siswa (Jaureguizar et al., 2018; Topor et al., 2010). Tekanan dari teman sebaya merupakan salah satu faktor yang tidak bisa diabaikan karena tidak hanya berdampak pada kesehatan mental, tetapi juga memengaruhi kemampuan remaja dalam menyesuaikan diri di lingkungan sekolah (Little, 2020).

Selain itu, stres akademik pada siswa sering kali muncul akibat ketidaksesuaian antara keinginan pribadi dengan tuntutan yang ada di lingkungan belajar. Utami (2015) mengungkapkan bahwa program peningkatan mutu pendidikan melalui penerapan kurikulum yang diperkaya, intensitas belajar yang tinggi, lamanya waktu belajar formal, serta banyaknya tugas sekolah, menjadi faktor utama yang memicu

timbulnya stres akademik di kalangan siswa. Tumpukan tuntutan akademik ini memberikan tekanan psikologis yang semakin berat, apalagi saat siswa dihadapkan pada ekspektasi untuk menjadi pusat keunggulan (*agent of excellence*) di sekolah.

Perbedaan dalam pola pengelolaan sekolah, penerapan kurikulum, ekspektasi institusi, serta kualitas interaksi antara guru dan siswa menjadi faktor pembeda yang memengaruhi tingkat stres di kedua jenis sekolah (Salsabila et al., 2023). Penelitian menunjukkan bahwa siswa di sekolah Negeri cenderung mengalami stres akademik yang lebih besar akibat jumlah siswa yang padat dalam satu kelas, sistem pendidikan yang kaku, serta terbatasnya sarana pendukung (Thenmozhi & Poornima, 2020). Sementara itu, siswa sekolah Swasta umumnya menghadapi tekanan stres yang berasal dari ekspektasi tinggi terhadap prestasi, baik dari pihak sekolah maupun orang tua, termasuk tuntutan untuk menjaga citra sekolah (Thenmozhi & Poornima, 2020). Hal serupa diungkapkan oleh (Mulyadi et al., 2016), bahwa stres akademik muncul dari persepsi negatif individu terhadap tuntutan orang tua dan guru yang mengharapkan pencapaian prestasi akademik yang tinggi. Oleh karena itu, meskipun sumber tekanan di sekolah

Negeri dan Swasta memiliki karakteristik yang berbeda, keduanya tetap membawa siswa pada kondisi yang rentan terhadap stres akademik, terutama jika sekolah tidak menyediakan dukungan emosional serta strategi pengelolaan stres yang memadai (Salsabila et al., 2023).

Ketika individu mengalami stres, akan muncul reaksi-reaksi sebagai bentuk respons terhadap *stressor* yang dihadapinya. Yusuf (2011) mengelompokkan reaksi stres menjadi empat jenis, yaitu: (1) reaksi fisik, yang ditandai dengan kelelahan, gangguan tidur, sakit kepala, serta telapak tangan yang sering berkeringat; (2) reaksi emosional, berupa perasaan diabaikan, ketidakpuasan, dan kecemasan; (3) reaksi perilaku (*behavioral*), seperti perilaku agresif, membolos, atau berbohong untuk menutupi kesalahan; dan (4) reaksi kognitif (proses berpikir), yang ditandai dengan kesulitan berkonsentrasi, perfeksionisme, pikiran negatif, hingga kehilangan prioritas hidup.

Beberapa hasil penelitian sebelumnya menunjukkan tingginya prevalensi stres akademik di kalangan pelajar. Penelitian Nurmalasari, Yustiana, dan Ilfiandra (2016) di SMPN 1 Lembang menemukan bahwa dari 43 siswa, sebanyak 39 siswa (90,7%) mengalami stres akademik dengan kategori

tinggi, yang disebabkan oleh banyaknya tugas yang harus diselesaikan. Penelitian oleh Utami (2015) di SMAN 3 Yogyakarta juga mengungkapkan bahwa siswa kelas X mengalami tingkat stres akademik dalam kategori sedang. Suriani (dalam Kurniawati, 2015) melakukan penelitian terhadap 96 siswa SMA di Yogyakarta dan menemukan bahwa 70–90% siswa mengalami stres akademik yang disebabkan oleh beban tugas, tekanan dari guru, masalah pribadi, serta kondisi lingkungan sekolah.

Sementara itu, hasil penelitian Ilmi (2024) di SMK 1 PGRI Salatiga menunjukkan bahwa mayoritas siswa generasi Z kelas X mengalami stres akademik dalam kategori ringan sebesar 73,4%, meskipun masih terdapat 1,3% siswa yang berada dalam kategori stres akademik berat. Penelitian lain yang dilakukan oleh Wardani (2016) terhadap siswa kelas XI C SMP Negeri 10 Salatiga menemukan bahwa 10 siswa mengalami tingkat stres akademik tinggi, yang terdiri dari 6 siswa dengan kategori sangat tinggi dan 4 siswa dalam kategori tinggi. Temuan-temuan tersebut menunjukkan bahwa stres akademik merupakan permasalahan nyata di lingkungan sekolah, termasuk di Kota Salatiga. Namun, sejauh ini penelitian yang

secara spesifik membandingkan tingkat stres akademik antara siswa Sekolah Menengah Atas (SMA) Negeri dan Swasta di Salatiga masih sangat terbatas.

Melihat besarnya dampak stres akademik terhadap kesejahteraan psikologis dan prestasi belajar siswa, penting untuk mengkaji lebih dalam bagaimana perbedaan tingkat stres tersebut muncul berdasarkan karakteristik pengelolaan dan lingkungan belajar di masing-masing jenis sekolah. Oleh karena itu, peneliti tertarik untuk meneliti lebih mendalam dengan judul penelitian “Perbedaan Stres Akademik antara Siswa Sekolah Menengah Atas Negeri dan Swasta di Kota Salatiga.”. Hipotesis pada penelitian ini adalah terdapat perbedaan stres akademik antara siswa SMA Negeri dan Swasta di Salatiga.

Metode

Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif, yang berfokus pada analisis data dalam bentuk angka yang didapat melalui pengukuran dan diolah dengan analisis statistik (Azwar, 2016). Melalui penggunaan metode komparasi, bertujuan untuk membandingkan dua atau lebih kondisi demi mengetahui perbedaan yang ada. Pada konteks ini, variabel. Variabel

bebas (X) pada penelitian ini adalah perbedaan jenis SMA, yakni Negeri dan Swasta dimana terdapat perbedaan kurikulum, strategi pembelajaran, kualitas guru, dan fasilitas. Sedangkan variabel terikat (Y) adalah stres akademik siswa SMA, yakni sebuah perasaan tegang dan tidak nyaman karena tidak mampu mengatasi tuntutan-tuntutan dari lingkungan sekolah.

Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh siswa/i SMA pada sekolah Negeri dan Swasta di Salatiga pada tahun 2025 sedangkan sampel adalah bagian dari populasi dengan karakteristik yang sama (Sugiyono, 2013). Teknik pengambilan sampel dalam penelitian ini menggunakan metode *purposive sampling*, yaitu pemilihan sampel berdasarkan kriteria tertentu yang telah ditetapkan oleh peneliti (Sugiyono, 2019). Adapun sampel yang dipilih untuk mewakili Negeri adalah SMA A, SMA B untuk Swasta, karena keduanya sama-sama berada di Salatiga dan memiliki jumlah siswa yang memadai. Peneliti kemudian menyebarkan skala kepada 284 siswa siswa yang bersedia dan memenuhi kriteria, di mana terdapat 205 siswa SMA Negeri dan 79 siswa SMA Swasta. Walaupun jumlah sampel antara kedua jenis sekolah berbeda, tetapi hal tersebut sesuai, mengacu pada

Badan Pusat Statistik (2024), proporsi siswa didominasi oleh sekolah Negeri sebanyak 75,9% dibandingkan Swasta yang hanya 24,1%.

Instrumen penelitian yang digunakan, menggunakan skala stres akademik yang disusun berdasarkan teori oleh Sun et al. (Pitaloka, 2024) yang terdiri lima aspek, yakni tekanan belajar, beban tugas, kekhawatiran terhadap nilai, ekspektasi diri, dan keputusan. Skala disusun dalam bentuk Likert yang terdiri dari empat pilihan jawaban, yaitu sangat setuju, setuju, tidak setuju, dan sangat tidak setuju.

Pengujian validitas alat ukur pada penelitian ini dengan bantuan *expert judge* oleh dosen dengan latar peminatan dalam bidang Psikometrika Terapan. Hasil pengujian validitas konten yang dilakukan oleh *expert* menunjukkan bahwa semua item memiliki validitas yang tinggi. Uji daya diskriminasi aitem menggunakan SPSS versi 24.0, yang terdiri dari 31 aitem dengan koefisien reliabilitas sebesar 0,807 dan koefisien daya diskriminasi aitem yang bergerak dari 0,203 sampai 0,472.

Teknik analisis data yang digunakan melibatkan uji asumsi klasik untuk pengujian hipotesis komparasi. Pada uji asumsi, uji normalitas digunakan untuk melihat seberapa

normal persebaran data yang ada. Sedangkan uji homogenitas, digunakan untuk mengukur kategori persebaran data yang homogen. Uji hipotesis yang digunakan adalah uji T independen untuk melihat tingkat perbedaan stres akademik berdasarkan jenis SMA.

Hasil

Berikut merupakan hasil penelitian yang dilakukan kepada 284 siswa SMA Negeri dan Swasta di Salatiga pada 2025 pada tabel 1.

Tabel 1. Deskripsi Data Penelitian

Statistik Deskriptif Stres Akademik					
	f	Min	Maks	M	s
Jenis Sekolah					
Negeri	205	52	111	81,8	9,08
Swasta	79	48	104	79,15	10,04
Jenis Kelamin					
Pempuan	175	53	111	82,42	9,6
Laki-laki	109	48	106	78,9	8,71
Kelas					
X	57	65	111	83,49	10,15
XI	227	48	110	80,46	9,14

Uji normalitas yang dilakukan bertujuan untuk mengetahui apakah data

penelitian yang dihasilkan berdistribusi normal. Uji normalitas dilakukan dengan uji dengan bantuan SPSS 24.0. Sebaran data stres akademik dari 284 partisipan menunjukkan bentuk distribusi dengan satu titik puncak di tengah serta sisi kiri dan kanan distribusi dengan frekuensi yang terkecil sehingga dapat dikatakan sebaran data stres akademik berdistribusi normal.

Uji homogenitas bertujuan untuk mengetahui apakah populasi yang berbeda memiliki varian yang sama. Berdasarkan hasil pengujian asumsi homogenitas menggunakan bantuan aplikasi SPSS 24.0 menunjukkan skor homogenitas varians Levene sebesar 0,507 dengan nilai signifikansi sebesar 0,477 ($p > 0,05$). Ini menunjukkan bahwa varians diantara skor stres akademik siswa SMA Negeri dan Swasta homogen.

Hasil uji asumsi menunjukkan bahwa data berdistribusi normal dan homogen, oleh karena itu dalam melakukan pengujian hipotesis komparasi antara SMA Negeri dan SMA Swasta menggunakan statistik parametrik yaitu analisis uji T independen. Menurut Ghozali (2018), uji T independen merupakan jenis pengujian statistik yang bertujuan untuk mengetahui pengaruh dari masing-masing variabel bebas terhadap

variabel terikat (Ghozali, 2018). Pada uji T independen, bertujuan untuk mencari tahu perbedaan antar variabel yang ada. Uji T dapat diukur dengan tingkat signifikansi sebesar 0,05 ($\alpha=5\%$). Berikut hasil perhitungan uji T independen:

Tabel 2. Hasil Uji T Independen Stres Akademik berdasarkan Jenis SMA

Jenis SMA	f	Mean	Std. deviasi	Nilai Sig
Negeri	205	81,8	9,08	0,033
Swasta	79	79,15	10,04	

Pada tabel 2, hasil uji T independen sebesar 0,033 ($p < 0,05$). Oleh karena itu, dapat disimpulkan bahwa terdapat perbedaan stres akademik yang signifikan antara siswa SMA Negeri dan Swasta dengan siswa SMA Negeri memiliki rata-rata skor stress akademik yang lebih tinggi dibandingkan dengan skor stress akademik siswa SMA Swasta.

Data kemudian dikategorisasikan menjadi lima kategori, yakni sangat rendah, rendah, sedang, tinggi, dan sangat tinggi. Kategorisasi stres akademik dibagi menjadi dua, yakni pada siswa SMA Negeri dan Swasta untuk melihat kecenderungan data diantara dua kelompok penelitian. Skor stress akademik dikategorisasi menggunakan data rata-rata dan standar deviasi hipotetik alat

ukur untuk setiap kelompok. Kategorisasi stres akademik pada siswa SMA Negeri terdapat pada tabel 3.

Tabel 3. Kategori Stres Akademik pada Siswa SMA Negeri dan Swasta

Skor	Kategori	f Negeri	%	f Swasta	%
$\leq 54,25$	Sangat Rendah	1	0	0	0
54,25-69,75	Rendah	12	6	3	4
69,75 - 85,25	Sedang	134	65	57	72
85,25- 100,75	Tinggi	49	24	16	20
$> 100,75$	Sangat Tinggi	9	4	3	4

Berdasarkan hasil kategorisasi di atas, terlihat bahwa lebih banyak siswa SMA Negeri yang mengalami stres akademik pada taraf rendah, yakni sebesar 6% dibandingkan siswa SMA Swasta. Namun, di sisi lain lebih banyak siswa SMA Swasta yang berada pada kategori sedang, yakni sebesar 72% dibandingkan Negeri sebanyak 65%. Pada kategori stres akademik tinggi, lebih banyak dialami oleh siswa SMA Negeri sebesar 24% dibandingkan Swasta dengan 20%.

Pembahasan

Penelitian ini dilakukan untuk mengetahui perbedaan stres akademik antara siswa SMA Negeri dan Swasta di Salatiga

pada 2025. Hasil penelitian yang dilakukan kepada 284 siswa, dengan bantuan SPSS 24.0, diperoleh hasil uji T independen dengan nilai signifikansi 0,033 ($p < 0,05$) yang menunjukkan bahwa terdapat perbedaan stres akademik yang signifikan antara siswa SMA Negeri dan Swasta di Salatiga. Hasil analisis data menunjukkan bahwa ada perbedaan yang signifikan, di mana stres akademik siswa SMA Negeri lebih tinggi dibandingkan SMA Swasta terlihat dari rata-rata skor stress akademik untuk kelompok SMA Negeri lebih besar dari stress akademik kelompok SMA Swasta.

Hasil penelitian ini sejalan dengan penemuan Thenmozhi dan Poornima (2020) di mana terdapat perbedaan stres akademik antara siswa SMA Negeri dan Swasta. Lebih lanjut, penelitian ini didukung oleh hasil temuan Yarmahmoudi dan Hadianfard (2021) di mana siswa yang berasal dari SMA Negeri menunjukkan kecenderungan stres akademik yang lebih tinggi dibandingkan SMA Swasta. Hal serupa juga ditemukan oleh Sushma et al. (2020) di mana siswa dari sekolah Swasta memiliki skor stres akademik yang lebih rendah. Rambabu dan Patel (2025) juga menemukan hal yang serupa, di mana pelajar yang berasal dari institusi pendidikan

Swasta memiliki skor stres akademik yang lebih rendah.

Terdapat beberapa faktor yang dapat menyebabkan perbedaan stres akademik pada siswa SMA Negeri dan Swasta, menurut Singh et al. (2017) keadaan sosial ekonomi yang terdiri dari tingkat pendidikan dan pendapatan orang tua dapat memengaruhi tinggi rendahnya stres pada siswa. Anak dari kepala rumah tangga yang berpendidikan tinggi, cenderung menempuh pendidikan di sekolah Swasta dibandingkan Negeri, menunjukkan hubungan antara tingkat pendidikan orang tua dengan pilihan sekolah (Badan Pusat Statistik, 2025). Hasil temuan OECD (2022) juga menemukan hal yang serupa di mana orang tua berpendidikan tinggi cenderung memilih pendidikan yang berkualitas karena mempunyai kelebihan pada pengetahuan informasi, aspirasi, dan sumber daya yang lebih baik, memilih memasukkan anak di sekolah Swasta yang dianggap memiliki kriteria tersebut.

Keluarga yang membiasakan anak agar memiliki pelajaran tambahan, seperti kursus dan les akan memunculkan kebiasaan dan kemauan yang lebih tinggi untuk belajar sehingga dapat menurunkan resiko stres akademik (Singh et al, 2017). Hal tersebut dapat muncul melalui fasilitas belajar yang

lebih memadai, seperti yang diketahui biaya sekolah Swasta lebih mahal dibandingkan Negeri sehingga demi mencapai hal tersebut status ekonomi sosial anak sangat berpengaruh, di mana siswa dari kelompok menengah dan atas lebih dominan di sekolah Swasta sedangkan siswa dari kelompok miskin dan rentan miskin cenderung bersekolah di Negeri. (Badan Pusat Statistik, 2024)

Selain pengaruh keluarga, sekolah juga memiliki peranan penting terhadap tingkat stres akademik anak. Sekolah dengan tenaga didik yang terlatih, serta dilengkapi dengan konselor berpotensi memelihara kesehatan mental anak sehingga dapat mengurangi resiko stres akademik (Yarmahmoudi & Hadianfard, 2021). Sekolah Swasta memiliki kelebihan terkait kualifikasi guru, pembelajaran yang lebih inklusif, fasilitas yang modern, serta sistem penilaian yang menyeluruh, sehingga menyediakan lingkungan belajar yang lebih baik dan dapat mengurangi resiko stres akademik pada anak (Islami et al., 2024).

Islami et al. (2024) menjelaskan bahwa berbagai keunggulan yang dimiliki oleh sekolah Swasta, dinilai dapat mengurangi resiko stres akademik. Pernyataan ini sejalan dengan hasil penelitian

ini, di mana lebih banyak siswa SMA Swasta yang berada pada kategori stres akademik yang sedang, serta lebih sedikit yang berada pada kategori tinggi. Maka, dapat dikatakan bahwa berbagai kelebihan yang dimiliki oleh sekolah Swasta mampu memengaruhi stres akademik pada siswa.

Simpulan dan Saran

Melalui penelitian yang telah dilakukan, menunjukkan bahwa terdapat perbedaan stres akademik pada siswa SMA Negeri dan Swasta di Salatiga, di mana siswa SMA Negeri mengalami stres akademik yang lebih tinggi dibandingkan siswa SMA Swasta. Fenomena tersebut terlihat di mana lebih banyak siswa SMA Swasta yang berada pada kategori sedang, serta lebih banyaknya siswa SMA Negeri yang menempati kategori stres akademik tinggi.

Bagi penelitian selanjutnya diharapkan dapat mengembangkan dan memperdalam penelitian dengan mengambil lebih banyak sampel, tidak hanya satu sekolah Negeri dan Swasta sehingga dapat memperoleh data yang lebih banyak dan lebih representatif.

Pustaka Acuan

- Azwar, S. (2016). *Metode penelitian*. Pustaka Pelajar.
- Badan Pusat Statistik. (2024). *Survei sosial ekonomi nasional (Susenas)*. Badan Pusat Statistik.
- Badan Pusat Statistik. (2025). *Cerita data statistik untuk Indonesia: Memilih masa depan, faktor penentu preferensi sekolah negeri vs swasta*. Badan Pusat Statistik. <https://www.bps.go.id/id/publication/2025/07/31/a2f5109904fe2c073ff32fab/cerita-data-statistik-untuk-indonesia-memilih-masa-depan-faktor-penentu-preferensi-sekolah-negeri-vs-swasta.html>
- Darlis, A. (2017). Hakikat pendidikan Islam: Telaah terhadap hubungan pendidikan informal, non formal dan formal. *Jurnal Tarbiyah*, 24(1), 86–95.
- Ghozali, I. (2018). *Aplikasi analisis multivariate dengan SPSS 25* (9th ed.). Universitas Diponegoro.
- Ilmi, Z. F. (2024). Tingkat stres akademik siswa generasi Z di SMK 1 PGRI Salatiga. *Jurnal Psikologi Pendidikan Indonesia*, 10(1), 88–97.
- Islami, M. F., Nasir, R., Rasid, N., Nurzaima, & Mujiati. (2024). Perbandingan kualitas pendidikan antara sekolah negeri dan swasta: Eksplorasi pada aspek pembelajaran. *Kelola: Jurnal Manajemen Pendidikan*, 11(2), 183–196.
- Jaureguizar, J., Bernaras, E., Bully, P., & Garaigordobil, M. (2018). Perceived parenting and adolescents' adjustment. *Psicologia: Reflexão e Crítica*, 31(8), 1-11.
- Kurniawati, R. (2015). Stres akademik pada siswa SMA di Yogyakarta. *Jurnal Psikologi Sosial*, 4(1), 34–42.
- Little, B. (2020). The role of peers in personality development. In V. Zeigler-Hill & T. K. Shackelford (Eds.), *Encyclopedia of personality and individual differences*, 4499–4504. Springer. https://doi.org/10.1007/978-3-319-24612-3_193
- Mongi, H., & Hatidja, H. (2016). Perbedaan hasil belajar siswa SMA negeri dan swasta di kota Manado. *Jurnal Ilmu Sosial*, 5(1), 45–52.
- Mulyana, O. P., Izzati, U. A., Budiani, M. S., Dewi, N. W. S. P., Fantazilu, I. F., & Anggraeni, D. W. (2020). Perbedaan regulasi emosi ditinjau dari jenis kelamin mahasiswa pada pandemi Covid-19. *Psisula: Prosiding Berkala Psikologi*, 2, 238–250. <https://doi.org/10.30659/psisula.v2i0.13087>
- Mulyadi, S., Rahardjo, W., & Basuki, A. M. H. (2016). The Role of Parent-child Relationship, Self-esteem, Academic Self-efficacy to Academic Stress. *Procedia - Social and Behavioral Sciences*, 217, 603–608. <https://doi.org/10.1016/j.sbspro.2016.02.063>
- N., Hamsa, N., Anjana, N., Akhila, V., Keerthi, N., Srija, N., Pavani, N., Snehitha, N., & Akhila, Y. (2020). Depression, anxiety, and stress among high school adolescent

- children in public and private schools: A comparative study. *MRIMS Journal of Health Sciences*, 8(2), 31. <https://doi.org/10.4103/2321-7006.301996>
- Novesar, D. (2020). Otonomi daerah dan pengelolaan pendidikan menengah atas. *Jurnal Administrasi Pendidikan*, 7(1), 112–118.
- Novitria, F., & Khoirunnisa, R. N. (2022). Perbedaan kecemasan akademik pada mahasiswa baru jurusan psikologi ditinjau dari jenis kelamin. *Character: Jurnal Penelitian Psikologi*, 9(1), 11–20. <https://doi.org/10.26740/cjpp.v9i1.44550>
- Nurmalasari, N., Yustiana, S., & Ilfiandra, I. (2016). Stres akademik pada siswa SMPN 1 Lembang. *Psymphathic: Jurnal Ilmiah Psikologi*, 3(2), 123–130.
- Nygren, K., & Hagquist, C. (2019). Self-reported school demands and psychosomatic problems among adolescents—Changes in the association between 1988 and 2011? *Scandinavian Journal of Public Health*, 47, 174–181.
- OECD. (2017). *Schoolwork-related anxiety*. In *PISA 2015 results (Volume III): Students' well-being*. OECD Publishing.
- Pascoe, M. C., Hetrick, S. E., & Parker, A. G. (2020). The impact of stress on students in secondary school and higher education. *International Journal of Adolescence and Youth*, 25(1), 104–112.
- Pitaloka, F. Y. (2024, September 5). *Pengaruh self-efficacy terhadap stres akademik siswa di Madrasah Aliyah Swasta Miftahussalam Medan* [Undergraduate thesis, Universitas Medan Area]. Repositori Universitas Medan Area. <https://repositori.uma.ac.id/handle/123456789/25596>
- Pristiwanti, D., Badariah, B., Hidayat, S., & Dewi, R. S. (2022, Desember). Pengertian pendidikan. *Jurnal Pendidikan dan Konseling (JPDK)*, 4(6), 7911–7915. <https://doi.org/10.31004/jpdk.v4i6.9498>
- Rambabu, P., & Patel, J. M. A. (2025). A study of government and private educational institutions students' mental health and academic stress. *Journal of Neonatal Surgery*, 14(8S), 384–388. <https://doi.org/10.52783/jns.v14.2553>
- Republik Indonesia. (2003). *Undang-Undang Republik Indonesia Nomor 20 Tahun 2003 tentang Sistem Pendidikan Nasional*. Sekretariat Negara.
- Salsabila, N. A., Mulyani, N. S., & Syafraldy, I. (2023). The comparison of students' academic stress in biology class at public and private high schools. *Biolokus: Jurnal Pendidikan Biologi dan Sains*, 6(1), 1–9. <https://doi.org/10.24036/biolokus.v6i1.2865>
- Sugiyono. (2013). *Metode penelitian pendidikan: Pendekatan kuantitatif*,

- kualitatif, dan R&D*. Alfabeta.
- Sugiyono. (2019). *Metode penelitian kuantitatif, kualitatif, dan R&D*. Alfabeta.
- Sun, J., Dunne, M. P., Hou, X. Y., & Xu, A. Q. (2011). Educational stress scale for adolescents: Development, validity, and reliability with Chinese students. *Journal of Psychoeducational Assessment*, 29(6), 534–546.
- Syah, M. (2007). *Psikologi pendidikan dengan pendekatan baru*. Remaja Rosdakarya.
- Thenmozhi, P., & Poornima, R. (2020). Comparison of academic stress between government and private school higher secondary students. *International Journal of Indian Psychology*, 8(1), 545–551. <https://doi.org/10.25215/0801.070>
- Topor, D. R., Keane, S. P., Shelton, T. L., & Calkins, S. D. (2010). Parent involvement and student academic performance: A multiple mediational analysis. *Journal of Prevention & Intervention in the Community*, 38(3), 183–197.
- Utami, T. (2015). Tingkat stres akademik siswa MAN 3 Yogyakarta. *Jurnal Bimbingan dan Konseling Islam*, 8(1), 55–62.
- Wardani, T. K. (2016). Stres akademik siswa SMP Negeri 10 Salatiga. *Jurnal Psikologi dan Pendidikan*, 2(1), 45–53.
- Yarmahmoudi, M., & Hadianfard, H. (2021). Comparison of school anxiety among high school students in bilingual, talented, and public schools in Shiraz, 2020. *International Journal of School Health*, 8(1), 45–53. <https://doi.org/10.30476/intjsh.2021.91037.1141>

