

## **ANALISIS KETERKAITAN STRES AKADEMIK DENGAN KENAKALAN REMAJA PENDEKATAN SOLUTIF MELALUI PENDIDIKAN KARAKTER**

Wariyati<sup>1</sup>, Muthia Aprilianty<sup>2</sup>, Nabila Hana Ariqah<sup>3</sup>, Widya Wahyuni Br. Silalahi<sup>4</sup>,  
Yulia Dewi<sup>5</sup>, Nazwa Aulia Syahrani<sup>6</sup>,  
PGSD FKIP Universitas Muslim Nusantara Al Washliyah Medan  
Alamat e-mail : [wariyati@umnaw.ac.id](mailto:wariyati@umnaw.ac.id),  
[muthiaapriantiy0504@gmail.com](mailto:muthiaapriantiy0504@gmail.com), [nabilahanna2004@gmail.com](mailto:nabilahanna2004@gmail.com),  
[wahyuniwidya303@gmail.com](mailto:wahyuniwidya303@gmail.com), [yuliadewi0151@gmail.com](mailto:yuliadewi0151@gmail.com),  
[aulianazwa77701@gmail.com](mailto:aulianazwa77701@gmail.com),

Correspondence author: [wariyati@umnaw.ac.id](mailto:wariyati@umnaw.ac.id)

### **ABSTRACT**

*This study connects two major problems in education: adolescent misbehavior and academic pressure. Research on the implementation of character education shows that cooperation between teachers and parents is crucial in reducing adolescent misbehavior by instilling effective character values. On the other hand, studies on academic pressure reveal students' subjective views of academic demands as a cause of negative physical, behavioral, and emotional reactions that affect mental health and academic achievement. Although different in focus, these two problems are interconnected, where academic pressure can contribute to adolescent misbehavior. Further research is needed to investigate the causal relationship between academic pressure and adolescent misbehavior, and to assess the effectiveness of character education as a solution to address both problems.*

**Keywords:** *Adolescent misbehavior, academic pressure, character education, character values, student mental health.*

### **ABSTRAK**

Studi ini menghubungkan dua masalah utama dalam bidang pendidikan, yaitu perilaku nakal remaja dan tekanan akademik. Penelitian mengenai pelaksanaan pendidikan karakter menunjukkan bahwa kerja sama antara guru dan orang tua sangat penting untuk menurunkan perilaku nakal remaja dengan cara menanamkan nilai-nilai karakter yang efektif. Di sisi lain, kajian mengenai tekanan akademik mengungkapkan pandangan subjektif siswa tentang tuntutan akademis sebagai penyebab reaksi fisik, perilaku, dan emosi negatif yang memengaruhi kesehatan mental serta prestasi akademik. Meski berbeda dalam

fokus, kedua masalah ini saling berhubungan, di mana tekanan akademik bisa berkontribusi pada perilaku nakal remaja. Penelitian lebih lanjut diperlukan untuk menyelidiki hubungan sebab-akibat antara tekanan akademik dan perilaku nakal remaja, serta untuk menilai efektivitas pendidikan karakter sebagai solusi untuk menghadapi kedua masalah ini.

**Kata Kunci:** Perilaku nakal remaja, tekanan akademik, pendidikan karakter, nilai-nilai karakter, kesehatan mental siswa.

## **A. Pendahuluan**

Jurnal ini secara menyeluruh membahas dua masalah penting dalam pendidikan saat ini: perilaku menyimpang remaja dan tekanan akademis. Keduanya, meskipun

memiliki tampilan yang berbeda, terikat dengan penyebab yang saling berhubungan dan memberi dampak signifikan pada perkembangan kesejahteraan siswa. Penelitian yang disajikan dalam jurnal ini bertujuan untuk menawarkan pemahaman mendalam tentang pengertian, penyebab, konsekuensi, dan metode intervensi yang relevan untuk kedua persoalan ini.

Perilaku menyimpang remaja, yang ditunjukkan melalui tindakan yang tidak sesuai dengan norma sosial dan hukum, telah menjadi fokus perhatian karena dampak luasnya terhadap individu, keluarga, dan masyarakat. Riset yang dikumpulkan dalam jurnal ini menyoroti peran penting pendidikan karakter sebagai solusi yang strategis. Pendidikan karakter, yang menekankan kerja sama antara pendidik dan orang tua, memiliki andil yang sangat penting dalam menanamkan nilai-nilai moral dan etika sejak usia dini, sehingga dapat mengurangi kemungkinan remaja terlibat dalam tindakan menyimpang. Berbagai

model penerapan pendidikan karakter, mulai dari pendekatan berbasis agama hingga metode yang berfokus pada keterampilan, akan dianalisis dalam jurnal ini untuk menemukan praktik terbaik dalam membangun karakter remaja.

Sementara itu, tekanan akademis, yang merupakan reaksi psikologis siswa terhadap tuntutan akademik yang tinggi, juga menjadi masalah yang serius. Stres akademis bukan hanya sekedar tekanan mental, tetapi juga dapat memicu reaksi fisik, perilaku, dan emosional yang negatif pada siswa. Jurnal ini akan menelusuri berbagai faktor yang berkontribusi terhadap stres akademis, baik yang bersifat internal maupun eksternal, mulai dari aspek genetik dan kepribadian hingga tekanan dari lingkungan sosial dan sistem pembelajaran yang tidak mendukung. Peran konselor sebagai profesional yang dilatih untuk memberikan bimbingan akan dibahas secara mendalam, termasuk berbagai metode dan pendekatan intervensi yang tepat dalam membantu siswa mengatasi tekanan akademis. Jurnal ini juga akan membahas kepentingan menciptakan suasana pendidikan yang lebih mendukung dan nyaman untuk menurunkan tingkat stres akademis.

Dengan menggunakan pendekatan studi literatur, jurnal ini akan menganalisis beragam data dan hasil penelitian yang berkaitan dengan kedua isu ini. Temuan yang dipresentasikan diharapkan dapat memberikan

wawasan berharga bagi pendidik, konselor, orang tua, dan pengambil kebijakan dalam usaha menciptakan lingkungan pendidikan yang lebih mendukung dan efektif dalam mencegah perilaku menyimpang remaja dan mengurangi stres akademis. Tujuan utama dari jurnal ini adalah untuk memberikan kontribusi dalam pengembangan strategi dan praktik terbaik dalam menciptakan suasana pendidikan yang lebih baik untuk pertumbuhan dan kesejahteraan siswa.

## **B. Metode Penelitian**

Penelitian ini menggunakan metode studi literatur. Data dikumpulkan dari jurnal ilmiah bereputasi, buku, dan artikel daring yang relevan, melalui pencarian di basis data seperti Scopus dan Google Scholar. Kriteria seleksi meliputi relevansi topik, kredibilitas sumber, dan kualitas metodologi. Analisis data dilakukan secara kualitatif, meliputi pengumpulan, seleksi, pengkodean, analisis tematik, dan interpretasi data. Alat analisis utama adalah kemampuan berpikir kritis peneliti, dibantu perangkat lunak pengolahan kata dan manajemen referensi. Tidak ada rumus matematika yang digunakan. Semua sumber data tercantum dalam daftar pustaka.

## **C. Hasil Penelitian dan Pembahasan**

Dari berbagai studi mengenai perilaku nakal remaja dan tekanan yang dialami di dunia akademik. Penelitian menunjukkan bahwa perilaku nakal merupakan isu yang rumit dan dipengaruhi oleh berbagai faktor seperti kemajuan teknologi, interaksi sosial,

kurangnya pendidikan agama dan nilai moral dalam keluarga, serta minimnya contoh yang baik. Pendidikan karakter dan ajaran Islam memiliki peranan krusial dalam menghindari masalah ini.

Mengenai tekanan akademik, hasil menunjukkan bahwa isu ini memiliki banyak penyebab, yang juga melibatkan faktor internal (pandangan hidup, kepercayaan diri) dan faktor eksternal (tekanan dari akademik, persaingan, serta dukungan dari lingkungan). Ketahanan siswa berkaitan negatif dengan tekanan akademik, sedangkan keterlibatan tinggi siswa dapat menurunkan tingkat stres.

Peran konselor sangat penting dalam menangani kedua masalah ini, memberikan arahan dan dukungan kepada para siswa. Secara keseluruhan, tulisan ini menyoroti pentingnya pendekatan menyeluruh (keluarga, sekolah, dan masyarakat) dalam membangun lingkungan pendidikan yang mendukung dan efektif untuk mencegah perilaku nakal remaja serta mengurangi stres akademik. Penelitian lebih lanjut, terutama yang berskala besar dan mencakup metode kualitatif dan kuantitatif, sangat diperlukan untuk memahami lebih jauh mengenai faktor penyebab dan mengembangkan strategi intervensi yang lebih baik.

## **Pembahasan**

### **a. Kenakalan Remaja:**

Mengungkap bahwa kenakalan remaja adalah masalah yang rumit dengan berbagai penyebab. Penelitian menunjukkan betapa pentingnya pendidikan karakter dalam mengatasi kenakalan. Penerapan nilai-nilai pendidikan karakter secara efektif, melibatkan kerjasama antara orang

tua, pendidik, dan Masyarakat, terbukti percaya diri (Barseli, 2017), dan kurangnya dapat menekan angka kenakalan. Selain itu, penelitian juga menyoroti peran vital pendidikan agama Islam dalam membentuk karakter dan mencegah perilaku menyimpang. Faktor-faktor seperti kemajuan teknologi (Jamun dan Yohannes, 2018), pengaruh globalisasi, interaksi sosial yang tidak terkontrol, lemahnya pendidikan agama dan moral di rumah, serta minimnya keteladanan dalam komunitas (Resdanti, 2021), turut berkontribusi pada tingginya tingkat kenakalan remaja.

Temuan ini sesuai dengan literatur yang menegaskan bahwa pendidikan karakter memainkan peranan penting dalam membangun nilai etika dan moral sejak usia dini (Lickona, 2015). Kerjasama antara orang tua, pendidik, dan masyarakat (Lestari et al. , 2017) sangat diperlukan untuk menciptakan lingkungan yang mendukung dan efisien dalam mencegah tindakan kenakalan. Selain itu, peran pendidikan agama Islam dalam membangun karakter serta nilai moral (Anwar, 2016) juga konsisten dengan hasil penelitian. Penting untuk menyelidiki lebih dalam interaksi antara berbagai faktor penyebab kenakalan remaja melalui penelitian lanjutan, terutama studi kuantitatif guna mengukur efek intervensi pada pendidikan karakter dan agama dengan lebih tepat.

**b. Stres Akademik:**

Investigasi mengenai stres akademik memberikan wawasan bahwa stres akademik adalah isu yang melibatkan banyak faktor. Aspek internal seperti pola pikir negatif, rendahnya rasa

keterampilan dalam mengatur waktu belajar berperan dalam munculnya stres (Jurnal 3). Di sisi lain, faktor eksternal seperti tuntutan akademik yang tinggi, persaingan antara siswa, serta minimnya dukungan dari orang tua dan sekitar (Chen et al. , 2009) juga ikut mempengaruhi. Penelitian menemukan adanya hubungan negatif yang signifikan antara tingkat keterlibatan siswa dengan stres akademik (Jurnal 4). Siswa yang memiliki ketahanan tinggi *hardiness* (Prasetya et al., 2022) biasanya mengalami stres akademik yang lebih rendah. Di sisi lain, siswa dengan ketahanan yang buruk lebih rentan terhadap dampak negatif, yang berpengaruh pada prestasi mereka.

Temuan ini konsisten dengan studi yang menyoroti pentingnya ketahanan *hardiness* (Kobasa, 1979) dan keterlibatan siswa (Grocchia, 2018) dalam menurunkan stres akademik. Ketahanan memungkinkan siswa untuk mengelola dan menghadapi tekanan dengan lebih baik. Keterlibatan yang tinggi di kalangan siswa menciptakan suasana belajar yang lebih positif sekaligus memotivasi mereka untuk mencapai prestasi yang lebih baik. Kaitan antara faktor internal dan eksternal yang mempengaruhi stres akademik perlu diteliti lebih lanjut dengan metode kuantitatif yang melibatkan sampel yang lebih besar dan bervariasi untuk memperluas temuan serta mengestimasi efek intervensi dengan lebih tepat.

### **c. Peran Konselor**

Mengungkapkan peran krusial dari konselor dalam membantu siswa menghadapi stres akademik dan

kenakalan remaja. Konselor tidak hanya berfungsi sebagai pemecah masalah, tetapi juga bertindak sebagai mentor, pengajar, dan penyokong perkembangan siswa. Pendekatan konseling yang berhasil, dengan mempertimbangkan aspek emosional dan psikologis siswa, sangat diperlukan untuk mendukung mereka dalam menyelesaikan masalah serta mempersiapkan mereka menghadapi tantangan di bidang akademik.

Temuan ini sejalan dengan penelitian yang menyoroti pentingnya peran konselor dalam membangun suasana pendidikan yang mendukung (Gericke, 2022). Konselor yang telah terlatih mampu memberikan arahan dan dukungan yang efektif kepada siswa yang mengalami tekanan akademis dan perilaku menyimpang. Penelitian lebih lanjut diperlukan untuk menyelidiki berbagai metode konseling yang paling berhasil dalam menangani isu tertentu dan untuk menilai dampak dari intervensi konseling dengan lebih tepat. Penelitian kualitatif dapat memberikan pemahaman yang lebih mendalam tentang pengalaman siswa serta efektivitas berbagai metode konseling.

Hubungan yang rumit antara perilaku menyimpang pada remaja dan tekanan akademis, serta peran yang signifikan dari pendidikan karakter dan konseling dalam mengatasi kedua isu tersebut.

Hasil penelitian menekankan perlunya pendekatan menyeluruh (keluarga, sekolah, dan masyarakat) untuk menciptakan suasana pendidikan yang lebih mendukung dan efisien dalam mencegah perilaku menyimpang serta mengurangi tekanan akademis. Penelitian tambahan, terutama studi kuantitatif berskala besar dan penelitian kualitatif untuk menelusuri pengalaman siswa secara mendetail, sangat

## E. Kesimpulan

Kenakalan remaja dan stres dalam bidang akademik adalah dua masalah penting di dunia pendidikan yang saling terkait dan memiliki dampak besar terhadap perkembangan serta kesehatan mental siswa. Kenakalan remaja dipengaruhi oleh berbagai faktor, termasuk lingkungan dan keluarga, sedangkan stres akademik dipengaruhi oleh faktor internal seperti pola pikir dan tingkat percaya diri, serta faktor eksternal seperti tekanan akademik dan dukungan sosial.

Penelitian menunjukkan bahwa pengembangan karakter, kerjasama antara orang tua dan guru, serta peran konselor yang baik sangat penting dalam mencegah dan mengatasi kedua masalah ini. Diperlukan pendekatan menyeluruh yang melibatkan semua pihak, termasuk keluarga, sekolah, dan masyarakat, untuk menciptakan lingkungan belajar yang mendukung dan efektif bagi pertumbuhan siswa. Penelitian lebih lanjut, khususnya yang bersifat kualitatif maupun kuantitatif dengan sampel yang lebih besar dan bervariasi, diperlukan untuk lebih memahami faktor-faktor penyebab dan mengembangkan strategi intervensi yang lebih efisien dan terukur..

## DAFTAR PUSTAKA

Munita, Rerika, Lili Maysaroh, and Siti Tiara Maulia.  
"Implementasi Nilai-Nilai Pendidikan Karakter dalam Meminimalisir

Kenakalan Remaja." *ADIBA: Journal of Education*, vol. 3, no. 3, July

2023, pp. 366-374.

Barseli, M., Ifdil, I., & Nikmarijal, N. (2017). Konsep stres akademik siswa. *Jurnal Konseling dan Pendidikan*, 5(3), 143-148.

Rahmayanty, D., Harahap, N. H., Angelica, U. D. H., Setiawati, Y., & Rahma, Z. (2023).

Hubungan stres akademik dengan kepribadian

siswa. *Jurnal Bimbingan Penyuluhan Islam*, 5(1), 147-

165.

Ahdar, & Musyarif. (2022). Urgensi pendidikan karakter dalam upaya penanggulangan kenakalan remaja. *Al Ma'arif: Jurnal Pendidikan Sosial dan Budaya*, 4(2), 85-91.

Momo, A. H., Irawaty, Nerlin, Syahbudin, Salimin, A., Jaya, R., & Yuliani, S. M. (2022). Penguatan

pendidikan karakter pada orang tua guna meminimalisir kenakalan remaja pada anak. *Amal Ilmiah: Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat*, 4(1),

29-35.

Rahma, A., Khairani, I., & Susanti, D. (2024). Analisis stres akademik: Peran konselor di

lingkungan pendidikan.  
*Risalah: Jurnal Pendidikan  
dan Studi Islam, 10(2),  
853–862.*

Novianti, E., & Mariyati, L.

I. (2024). *Keterlibatan siswa sekolah dasar dan stres akademik: Sebuah studi.* Pubmedia Journal

