

FAKTOR-FAKTOR YANG MEMPENGARUHI TINGKAT STRES PADA ANAK USIA SEKOLAH DASAR YANG SIBUK DAN TIDAK SIBUK

Affected Factors of Stress Level in Busy and Unbusy School Age Children

DIAH KRISNATUTI PRANADJI^{1*}, NURLAELA²

¹Staf Pengajar Departemen Ilmu Keluarga dan Konsumen, Fakultas Ekologi
Manusia, Institut Pertanian Bogor, Jalan Lingkar Kampus IPB Dramaga,
Bogor 16680

²Program Studi Gizi Masyarakat dan Sumberdaya Keluarga, Fakultas Pertanian,
Institut Pertanian Bogor, Kampus Dramaga, Bogor 16680

ABSTRACT. *The purpose of this study was to examine factors that influenced stress degree in busy and unbusy children of elementary school. The research conducted in SD Bina Insani Bogor. The research method was cross sectional study with 30 samples of busy children and 30 samples of unbusy children. The site of the research was selected purposively by considering that SD Bina Insani Bogor is one of the favorite private schools in Bogor. Moreover, SD Bina Insani Bogor has tight schedule and also has a large numbers of students who participated in extracurricular activities/activities after school program. The results showed that there were significant differentiation between busy children and unbusy children in time allocation and amount of extracurricular activities/activities after school program. Female students allocated more time / extracurricular activities after school than male students. Amount of extracurricular activities/activities after school, its time allocation, and time allocation for watching TV were factors that affected stress level of the children. Finally, factors affected the degree of stress of students were the amount of extracurricular activities after school, and the time allocation for watching TV.*

Key words: *busy children, elementary school, unbusy children, stress degree*

PENDAHULUAN

Dua puluh tahun yang lalu, ahli psikologi Amerika, Elkind memperkenalkan sebuah istilah baru yakni *hurried children* untuk menggambarkan fenomena anak yang dipercepat perkembangannya. Salah satu cirinya adalah anak diberi berbagai aktivitas ekstrakurikuler setiap minggu yang bertujuan untuk meningkatkan kemampuan di bidang akademik, sosial, olahraga, budaya dan kemampuan psikologi. Berbagai aktivitas tersebut dilakukan di bawah pengawasan orang tua sehingga bukan sekedar untuk bersenang-senang, namun lebih diarahkan pada pencapaian tujuan (Gross tt).

Menurut Hurlock (2002), anak usia sekolah dasar diharapkan memperoleh dasar-dasar pengetahuan yang dianggap

penting untuk keberhasilan penyesuaian diri dalam kehidupan dan mempelajari berbagai ketrampilan penting tertentu baik ketrampilan kurikuler maupun ekstrakurikuler. Meskipun demikian, sebaiknya kegiatan tersebut tidak terlalu banyak dan membebani anak serta dilakukan berdasarkan kemauan anak dan bukan tekanan dari orang tua.

Menurut Alvin (2007), anak-anak masa kini menghadapi apa yang seharusnya menjadi masalah orang dewasa lebih dini dalam kehidupannya. Tidak seperti anak-anak di generasi lalu yang memiliki banyak waktu untuk bermain setelah pulang sekolah bersama dengan teman-temannya, anak-anak sekarang sulit untuk mendapatkan waktu seperti itu. Sekitar 60,0% anak-anak di Jabodetabek lebih banyak menghabiskan