

## Menemukan Kekuatan dalam Tekanan: Resiliensi Siswa di SMAK St.

### Louis 1 Surabaya

*Meitha Christy XII MIPA 7/ 28*

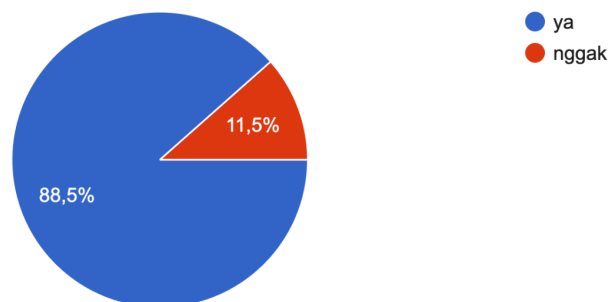
*Natalie Angelina Kencono XII MIPA 7/ 29*

SMAK St. Louis 1 Surabaya telah membuktikan diri sebagai salah satu sekolah swasta terbaik di Indonesia, dengan berhasil masuk dalam peringkat dua teratas pada tahun 2024. Prestasi ini tidak hanya tercermin dalam hasil akademis yang gemilang, tetapi juga dalam pendekatan holistik yang diambil sekolah ini dalam mendidik siswanya. Di SMAK St. Louis 1, pendidikan tidak hanya berfokus pada pelajaran akademis, tetapi juga pada pembentukan karakter dan keterampilan hidup yang esensial, salah satunya adalah resiliensi. Resiliensi, menurut Kamus Besar Bahasa Indonesia (KBBI), adalah kemampuan untuk beradaptasi dan tetap teguh dalam menghadapi situasi sulit. Konsep ini menjadi semakin relevan dalam konteks pendidikan, terutama di era yang penuh dengan tekanan dan tantangan seperti sekarang.

Dr. Ann Masten, seorang psikolog terkenal yang mengkhususkan diri dalam penelitian resiliensi, menggambarkan resiliensi sebagai "ordinary magic." Ungkapan ini menekankan bahwa meskipun resiliensi seringkali dianggap sebagai sesuatu yang luar biasa, sebenarnya kualitas ini adalah sesuatu yang biasa dan dapat dibangun oleh setiap individu. Di SMAK St. Louis 1, filosofi ini tercermin dalam berbagai program dan kegiatan yang dirancang untuk mendukung pengembangan resiliensi siswa. Sekolah ini berupaya menciptakan lingkungan yang mendukung, di mana siswa dapat belajar untuk menghadapi kesulitan dan menemukan cara untuk bangkit kembali setelah mengalami kegagalan.

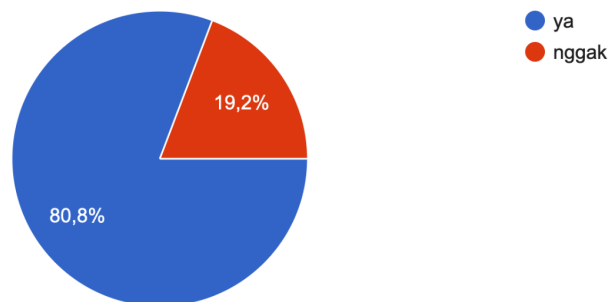
apakah kalian sering kesulitan belajar di sinlui

26 jawaban



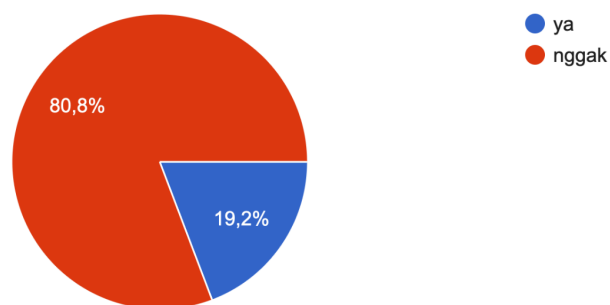
apakah kalian merasa tertekan di sinlui

26 jawaban



apakah kalian pernah kepikiran untuk pindah sekolah

26 jawaban



Meskipun tekanan akademis yang dihadapi siswa di SMAK St. Louis 1 cukup signifikan, menarik untuk dicatat bahwa banyak dari mereka tetap menikmati pengalaman belajar mereka dan tidak mempertimbangkan untuk pindah sekolah. Hal ini ditunjukkan melalui survey yang membuktikan bahwa lebih dari 80% dari sampel siswa kelas XII SMAK St.Louis 1 mengalami kesulitan belajar dan tekanan di Sinlui. Namun dengan resiliensi ini, menjadi modal utama bagi siswa untuk terus berjuang dan berkembang, meskipun di tengah berbagai tuntutan yang ada.

Salah satu faktor yang mendukung tingginya tingkat resiliensi di kalangan siswa adalah dukungan sosial yang kuat. Di SMAK St. Louis 1, teman sebaya dan guru berperan penting dalam menciptakan jaringan dukungan yang efektif. Interaksi sosial yang positif dengan teman-teman sekelas dapat membantu siswa merasa lebih terhubung dan memiliki rasa saling mendukung. Ini menjadi penting, terutama di saat-saat sulit ketika mereka merasa tertekan

atau kewalahan. Dukungan dari guru yang memahami tantangan yang dihadapi siswa juga sangat berharga. Guru-guru di SMAK St. Louis 1 tidak hanya berfungsi sebagai pengajar, tetapi juga sebagai mentor dan pembimbing yang siap memberikan arahan dan motivasi.

Selain dukungan sosial, kegiatan ekstrakurikuler di SMAK St. Louis 1 juga berkontribusi signifikan terhadap pembentukan resiliensi siswa. Sekolah ini menawarkan beragam kegiatan di luar jam pelajaran, mulai dari seni, olahraga, hingga kegiatan sosial. Partisipasi dalam kegiatan ini tidak hanya membantu siswa mengembangkan keterampilan baru, tetapi juga memberikan mereka kesempatan untuk bersosialisasi dan menyalurkan stres. Kegiatan ekstrakurikuler dapat menjadi pelarian yang sehat dari tekanan akademis dan membantu siswa menemukan keseimbangan dalam hidup mereka.

Sekolah ini juga menerapkan pendekatan pembelajaran yang mengedepankan keterampilan hidup, di mana siswa diajarkan untuk tidak hanya fokus pada hasil, tetapi juga pada proses belajar itu sendiri. Dengan mendorong siswa untuk berpikir kritis dan kreatif, SMAK St. Louis 1 membantu mereka untuk mengembangkan sikap positif terhadap tantangan. Siswa diajarkan bahwa kegagalan adalah bagian dari proses belajar dan bahwa setiap kesulitan yang dihadapi adalah peluang untuk tumbuh. Ini membantu mereka membangun mental yang kuat dan tangguh, yang merupakan inti dari resiliensi.

Dalam konteks yang lebih luas, pentingnya resiliensi dalam pendidikan tidak bisa diabaikan. Di dunia yang terus berubah dan penuh ketidakpastian, kemampuan untuk beradaptasi dan tetap tenang dalam situasi sulit menjadi keterampilan yang sangat berharga. Dengan menanamkan nilai-nilai ini pada siswa, SMAK St. Louis 1 tidak hanya mempersiapkan mereka untuk sukses secara akademis, tetapi juga untuk menjadi individu yang siap menghadapi tantangan hidup di masa depan.

Dengan demikian, SMAK St. Louis 1 Surabaya tidak hanya mencetak siswa-siswa berprestasi, tetapi juga individu yang tangguh dan mampu beradaptasi. Melalui pengembangan resiliensi yang sistematis, sekolah ini memastikan bahwa siswa tidak hanya siap untuk menghadapi ujian di kelas, tetapi juga ujian yang lebih besar dalam hidup mereka. Keberhasilan ini menjadi contoh bahwa pendidikan yang holistik, yang mencakup pengembangan karakter dan keterampilan hidup, adalah kunci untuk menciptakan generasi yang kuat dan berdaya saing.

SMAK St. Louis 1 Surabaya adalah sekolah swasta terbaik yang berhasil masuk peringkat dua teratas di Indonesia pada tahun 2024. Menariknya, Sinlui 1 bukan hanya mengajarkan pelajaran akademis tetapi juga memberikan bekal kemampuan hidup yang penting, seperti resiliensi. Resiliensi, menurut KBBI adalah kemampuan untuk beradaptasi dan tetap teguh dalam situasi sulit. Dr. Ann Masten, seorang psikolog yang dikenal dalam bidang resiliensi, menggambarkan resiliensi sebagai "ordinary magic," yang berarti kualitas ini adalah hal yang biasa dan dapat dibangun.

Meskipun banyak siswa di SMAK St. Louis 1 mengalami tekanan belajar yang signifikan, banyak dari mereka tetap menikmati pengalaman akademik mereka dan tidak mempertimbangkan untuk pindah sekolah. Fenomena ini menunjukkan adanya tingkat resiliensi yang tinggi di antara siswa, yang mampu menemukan makna dan kepuasan dalam proses belajar meskipun dihadapkan pada tantangan. Dukungan sosial dari teman sebaya, bimbingan guru yang berkelanjutan, serta berbagai kegiatan ekstrakurikuler yang memperkaya pengalaman pendidikan mereka berkontribusi pada sikap positif ini.