

BAB I PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Dewasa ini Pemerintah Republik Indonesia tengah gencar melakukan berbagai upaya untuk meningkatkan kualitas pendidikan, baik peningkatan sarana prasarana, fisik sekolah, kualitas guru, pemutakhiran kurikulum, dan juga tidak kalah pentingnya peningkatan standar kelulusan Ujian Nasional (UN) yang diselenggarakan oleh pemerintah yang mempunyai tujuan yaitu untuk meningkatkan mutu pendidikan di Indonesia.

Standar kelulusan dalam Ujian Nasional ditentukan dengan kualitas nilai tertentu, sehingga Siswa harus mencapai standar nilai yang sudah ditetapkan oleh pemerintah sebagai syarat kelulusannya, dimana ketentuan ini diatur dalam Peraturan Pemerintah RI No 19 Tahun 2005. Pada satu sisi standar Ujian Nasional memiliki tujuan yang sangat penting namun disisi lain standar nilai tersebut justru menimbulkan momok yang sangat menakutkan bagi siswa, siswa khawatir kalau tidak bisa mencapai nilai standar yang sudah ditetapkan, ketakutan siswa disebabkan oleh kekhawatiran tidak dapat mencapai nilai yang ditetapkan, dan guru khawatir materi yang disampaikan tidak dapat meningkatkan prestasi belajar siswa.

Ketakutan dan kekhawatiran siswa tersebut menunjukkan bahwa Ujian Nasional dipandang oleh siswa memiliki kedudukan yang sangat penting, sehingga

siswa takut gagal. Hal itu ditegaskan oleh Nevid (2005) yang menyatakan bahwa keterfokusan siswa terhadap ujian Nasional, menjadikan ujian Nasional sebagai salah satu sumber kecemasan bagi seorang siswa. Santrock (2007) menambahkan ketika menghadapi ujian siswa kadang merasa cemas atau khawatir saat menghadapi kesulitan di sekolah, seperti saat akan mengerjakan ujian.

Perasaan takut dan cemas siswa saat akan menghadapi Ujian Nasional sudah menjadi gejala umum siswa diberbagai sekolah di semua jenjang pendidikan, bahkan rasa takut dan cemas ini tidak saja dialami siswa tetapi juga pengelola sekolah mulai dari kepala sekolah, guru-guru mata pelajaran yang diujikan bahkan kepala dinas sampai walikota atau Bupati Pekalongan.

Nampaknya fenomena kecemasan menghadapi Ujian Nasional merupakan fenomena yang umum terjadi di kalangan siswa, tidak terkecuali hal itu dirasakan pula oleh siswa SMK Muhammadiyah Pekalongan. Hasil survey lewat angket terbuka yang dilaksanakan pada tanggal 5 Desember 2012 yang meliputi pertanyaan-pertanyaan sebagai berikut: Apakah yang kalian rasakan ketika akan menghadapi ujian?; Apa yang membuat kalian takut menghadapi ujian?; Selain khawatir tidak lulus adakah kekhawatiran lainnya dalam menghadapi ujian?

Berdasarkan survey tersebut diketahui dari jumlah siswa 269, diperoleh data ternyata 70 % siswa merasa cemas, takut mengalami kegagalan dan khawatir kalau tidak lulus, khawatir kalau nilai ujian kurang memenuhi standar

kelulusan.

Kondisi-kondisi tersebut mendorong pihak sekolah untuk mempersiapkan siswa-siswanya memiliki kepercayaan diri dalam menyikapi ujian. Adapun upaya yang dilakukan sekolah dalam mempersiapkan Ujian Nasional yaitu diselenggarakannya *tryout*, bintal mantap, ESQ, jam tambahan pelajaran khusus untuk mata pelajaran yang diujikan dalam ujian nasional.

Menurut Niahidayati (2010) perasaan tertekan, khawatir, dan takut akan kegagalan, yang dirasakan siswa saat menghadapi Ujian Nasional adalah hal yang paling membebani para siswa, sehingga untuk mengatasi sindrom yang menggejala tersebut diperlukan upaya persiapan dan dukungan integral dari aspek material, moral, mental, *psikologis*, *spiritual*, *intelektual* dan emosional yang dilakukan pihak yang terkait.

Ergene (2003) menyatakan bahwa kecemasan menghadapi ujian sebagai perasaan khawatir, gelisah dan ketakutan meanggambarkan pengalaman subyektif selama proses bserlangsungnya ujian yang termanivestasikan dalam kognitif, afektif, sisiologi. Kecemasann dan ketakutan dalam menghadapi Ujian yang berlebihan akan berpengaruh buruk terhadap siswa (Siti Nurlaela,2011).

Nevid (2005) menjelaskan bahwa kecemasan adalah suatu keadaan emosional yang mempunyai ciri keterangsangan fisiologis, perasaan tegang yang tidak menyenangkan, dan perasaan *aprehensif* bahwa sesuatu yang buruk akan terjadi.

Hasil penelitian Sukmadinata (2003) mengungkapkan bahwa kecemasan dan kekhawatiran memiliki nilai positif asalkan intensitasnya tidak begitu kuat, sebab kecemasan dan kekhawatiran yang ringan dapat menjadi motivasi. Kecemasan dan kekhawatiran yang sangat kuat bersifat negatif, sebab dapat menimbulkan gangguan baik secara psikis maupun fisik. Dalam hal ini siswa yang kekhawatirannya ringan dan takut tidak lulus memiliki nilai positif berusaha dan termotivasi dengan belajar lebih intensif bahkan siswa mengikuti kursus di sore hari untuk memperdalam materi pelajaran yang diujikan dalam Ujian Nasional, sebaliknya siswa yang kekhawatiran kuat bersifat negatif biasanya yang dirasakan takut tetapi usaha untuk belajar dan mempersiapkan menghadapi ujian sangat kurang, disamping dukungan orang tua untuk memotivasi belajar anak juga kurang.

Pernyataan tersebut didukung oleh pendapat Froggatt (2003) yang menyatakan bahwa kecemasan kadang-kadang dapat dianggap sebagai suatu gejala yang hampir sama dengan rasa takut, sehingga dapat mengganggu terwujudnya perilaku. Hal itu karena rasa takut dan cemas yang berlebihan akan mengganggu konsentrasi siswa, boleh jadi sebenarnya siswa mampu menjawab dengan baik soal – soal ujian nasional, namun karena reaksi kecemasan yang berlebihan membuat siswa hilang konsentrasi. Siswa justru lebih memfokuskan diri terhadap kecemasan yang dapat dikontrol dengan baik dapat meningkatkan motivasi belajar siswa, sebaliknya akan memberi pengaruh yang buruk apabila kecemasan berada dalam taraf tinggi.

Dari uraian diatas dapat ditarik kesimpulan bahwa kecemasan menghadapi Ujian Nasional merupakan keadaan emosi yang dialami oleh individu sebagai suatu reaksi terhadap ancaman, tekanan, kekhawatiran yang mempengaruhi fisik dan psikis.

Terdapat beberapa faktor yang mempengaruhi kecemasan, sebagaimana dikemukakan oleh Nevid (2005) bahwa kecemasan dipengaruhi oleh beberapa faktor diantaranya:

1. Faktor biologis, gangguan fisik yang dapat menyebabkan kecemasan adalah gangguan otak dan saraf, seperti cedera kepala infeksi otak, gangguan hormonal.
2. Faktor sosial lingkungan, meliputi pemaparan terhadap peristiwa yang mengancam atau traumatis, mengamati respon takut pada orang lain, dan kurang dukungan sosial
3. Faktor *behavioral*, perilaku yang menyimpang membuat individu berada pada tingkat ketegangan dan kecemasan
4. Faktor kognitif dan emosi, kecemasan dapat menjadi reaksi emosional yang normal diberbagai situasi, tetapi tidak di situasi lainnya. Kecemasan dapat dianggap reaksi yang normal dan kecemasan dianggap reaksi sebagai reaksi yang maladaptif.

Berpijak pada pendapat Nevid diatas kecemasan dipengaruhi oleh beberapa faktor, di antaranya yaitu faktor perilaku, kognitif dan emosional. Bentuk dari faktor perilaku yaitu bagaimana seseorang dapat meyakini

kemampuan dirinya sendiri, atau yang dikenal dengan kepercayaan diri, sedangkan bentuk dari faktor emosional yaitu stabilitas emosi ketika menghadapi stimulus dari luar yang dalam penelitian ini disebut dengan kestabilan emosi. Menurut Sharma (2006) bahwa kestabilan emosi bercirikan pribadi tegas, tidak mudah marah atau terganggu, seimbang dan mampu tetap dalam status yang sama. Emosi yang stabil menunjukkan emosi yang tetap, tidak mengalami perubahan, atau tidak cepat terganggu meskipun dalam keadaan sedang menghadapi masalah. Kestabilan emosi adalah keadaan dimana individu mampu menaklukkan reaksi yang tidak berlebihan atas rangsangan yang diterima.

Kematangan pribadi dan kestabilan emosi dari siswa bukan dari faktor bawaan tetapi diperoleh dari pengalaman hidup, lingkungan dan faktor individu sendiri. Kestabilan emosi Siswa dalam menghadapi ujian nasional akan membawa pada ketenangan dan siap menghadapi ujian, sebaliknya siswa yang tidak stabil emosinya akan merasa takut, gelisah, dan cemas.

Faktor yang mempengaruhi kecemasan berikutnya menurut Nevid (2005) yaitu faktor *behavior* atau perilaku dimana unsur kepercayaan diri sangat besar berpengaruh. Siswa yang menghadapi Ujian Nasional terutama siswa SMK Muhammadiyah yang mengalami rasa takut dan cemas dalam menghadapi Ujian Nasional tak lepas dari perilaku kepercayaan diri yang ada padanya, contohnya siswa yang cemas menghadapi Ujian Nasional karena memandang bahwa dirinya kurang belajarnya, merasa sulit terhadap materi yang diujikan justru akan

mengakibatkan rasa percaya diri yang dimilikinya dapat menurun secara drastis, siswa yang punya kepercayaan diri rendah merasa tidak aman, ragu-ragu dan menyalahkan lingkungan sebagai penyebab siswa tersebut menghadapi masalah. Sebaliknya bila siswa sudah mempersiapkan diri dalam belajar dan mendapatkan motivasi atau dukungan dari teman sebaya, guru dan orang tua yang positif maka siswa tersebut mempunyai kepercayaan diri yang tinggi dan siswa akan lebih siap dalam menghadapi Ujian Nasional.

Siswa maupun individu yang memiliki kepercayaan diri yang tinggi memiliki perasaan tenang dalam menghadapi suatu permasalahan, selalu bersikap sabar, tabah dalam menghadapi kehidupan . Hal ini diperkuat oleh pendapat dari Luxori (2005) yang menyatakan bahwa seorang individu yang mempunyai rasa percaya diri akan senantiasa merasa bahwa ia adalah individu yang positif dan berpotensi bisa andil sekaligus bisa kerja sama dengan orang lain dalam berbagai macam segmen kehidupan. Disamping itu ia mampu memanfaatkan rasa percaya diri yang dimilikinya untuk mensukseskan setiap aktivitas yang dilakukannya dengan baik, tepat waktu, penuh vitalitas, sekaligus mendapat sambutan dari orang banyak, sedangkan menurut Hakim (2002) bahwa kepercayaan diri merupakan suatu keyakinan seseorang terhadap segala aspek kelebihan yang dimilikinya dan keyakinan tersebut membuat seseorang merasa mampu untuk bisa mencapai berbagai tujuan dalam hidupnya.

Kepercayaan diri bagi siswa harus dikuatkan karena akan mengurangi tingkat kecemasan dalam menghadapi Ujian Nasional. Menurut Luxori (2005)

percaya diri adalah hasil percampuran antara pikiran dan perasaan yang melahirkan perasaan rela terhadap diri sendiri. Siswa yang cemas menghadapi Ujian Nasional karena memandang bahwa dirinya kurang belajarnya, merasa sulit terhadap materi yang diujikan justru akan mengakibatkan rasa percaya diri yang dimilikinya dapat menurun secara drastis, dengan menurunnya kepercayaan diri dari siswa dalam menghadapi Ujian Nasional maka menunjukkan meningkatnya kecemasan siswa dalam menghadapi Ujian Nasional, sebaliknya bila kepercayaan diri siswa tinggi maka kecemasan siswa dalam menghadapi Ujian Nasional menurun dan siswa dengan kepercayaan diri yang tinggi siap menghadapi Ujian Nasional. Hal ini didukung dari hasil Penelitian (Juwita 2011).

Bertitik tolak dari latar belakang masalah tersebut, maka penulis mengambil rumusan masalah yaitu “Apakah ada hubungan antara kestabilan emosi dan kepercayaan diri dengan kecemasan menghadapi Ujian Nasional?”. Peneliti tertarik untuk mengetahui lebih lanjut dengan mengadakan penelitian berjudul Hubungan antara kestabilan emosi dan kepercayaan diri dengan kecemasan menghadapi Ujian Nasional pada siswa kelas 3 SMK Muhammadiyah Kota Pekalongan.

B. Tujuan Penelitian

Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui:

1. Hubungan antara kestabilan emosi dan kepercayaan diri dengan kecemasan menghadapi ujian nasional.

2. Hubungan antara kestabilan emosi dengan kecemasan menghadapi ujian nasional
3. Hubungan antara kepercayaan diri dengan kecemasan menghadapi ujian nasional.

C. Manfaat Penelitian

Hasil penelitian ini diharapkan mempunyai beberapa manfaat, yaitu:

1. Manfaat Praktis

- a. Bagi siswa, supaya siswa mengetahui dampak dari kecemasan menghadapi ujian nasional.
- b. Memahami pentingnya kestabilan emosi dan kepercayaan diri, sehingga selalu berpikir positif akan kemampuan dirinya dan tidak akan merasa cemas dan khawatir dalam menghadapi ujian nasional.

2. Manfaat Teoritis

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan sumbangan teori dan informasi bagi psikologi pendidikan dan psikologi perkembangan serta memperkaya hasil penelitian yang sudah ada.

D. Keaslian Penelitian

Penelitian dengan tema ini telah dilakukan oleh beberapa orang antara lain:

1. Puspitasari, dkk. (2010) meneliti tentang Hubungan antara Dukungan Sosial Teman Sebaya dengan Kecemasan Menjelang Ujian Nasional (UN) pada

Siswa Kelas XII Reguler SMA Negeri 1 Surakarta , Variabel dalam penelitian ini adalah Prediktor dukungan teman sebaya, sedangkan variable kriteriumnya adalah seluruh siswa kelas XII regular SMAN 1 Surakarta yang akan menempuh ujian Nasional 2009/2010..

2. Sri Juwita, dkk (2011) melakukan penelitian tentang Hubungan Kepercayaan diri dengan Kecemasan berbicara didepan Umum pada Mahasiswa Universitas Abdurrah Pekanbaru.

Variabel dalam penelitian ini adalah Variabel bebas (X) yaitu Kepercayaan diri, sedangkan Variabel terikatnya yaitu kecemasan berbicara di muka umum. Populasi yang diambil untuk penelitian yaitu 166 orang (113 perempuan dan 53 laki-laki).

3. Harris (2006) meneliti tentang Tahap Kestabilan Emosi Pelajar di Sebuah Kolej Kediaman Institusi Pengajian Tinggi Awam, dengan meneliti 360 orang responden, yang terdiri dari 60% responden berbangsa Melayu, 40% bukan bangsa Melayu, 2 % bangsa Cina , yang terdiri dari 180 orang responden laki-laki dan 180 responden perempuan.
4. Anyadubalu (2010) meneliti tentang *Self efficacy, anxiety, and performance in English Language among middle-school Students in English Language Program in Satri Si Suriyothai Scholl, Bangkok.*
5. Supriyantini (2010) meneliti tentang Perbedaan kecemasan dalam menghadapi ujian antara siswa program reguler dengan siswa program akselerasi

6. Maisaroh (2011) meneliti tentang *Religiutisitas* dan kecemasan menghadapi Ujian nasional pada siswa Madrasah Aliyah Negeri I Semarang.

Penelitian tentang Hubungan antara Dukungan Sosial Teman Sebaya dengan Kecemasan Menjelang Ujian Nasional (UN) pada Siswa Kelas XII Reguler SMA Negeri 1 Surakarta yang dilakukan oleh Puspitasari,dkk ini meliputi dua variable, yaitu dukungan sosial teman sebaya, kecemasan menjelang ujian nasional yang membedakan dengan penelitian yang dilakukan penulis adalah bahwa penelitian penulis meliputi tiga variabel yaitu kestabilan emosi, kepercayaan diri dan kecemasan menghadapi ujian nasional. Perbedaan lain juga terdapat pada subyek penelitian Subyek penelitan dari Puspitasari Siswa Kelas XII Reguler SMA Negeri 1 Surakarta sedangkan subyek penelitian penulis adalah siswa kelas 3 SMK Muhammadiyah Pekalongan.

Penelitian tentang Hubungan Kepercayaan diri dengan Kecemasan berbicara didepan Umum dilakukan oleh Sri Juwita,dkk penelitian tentang ini meliputi dua variabel, yaitu kepercayaan diri dan kecemasan berbicara didepan umum yang membedakan dengan penelitian yang dilakukan penulis adalah bahwa penelitian penulis meliputi tiga variabel yaitu kestabilan emosi, kepercayaan diri dan kecemasan menghadapi ujian nasional. Perbedaan lain juga terdapat pada subyek penelitian, subyek penelitan dari Sri Juwita, dkk yaitu Mahasiswa Universitas Abdurrab Pekanbaru, sedangkan subyek penelitian penulis adalah siswa kelas 3 SMK Muhammadiyah Pekalongan.

Penelitian tentang Tahap Kestabilan Emosi Pelajar di Sebuah Kolej Kediaman Institusi Pengajian Tinggi Awam dilakukan oleh Harris, penelitian ini hanya satu variabel yaitu kestabilan emosi yang membedakan dengan penelitian yang dilakukan penulis adalah bahwa penelitian penulis meliputi tiga variabel yaitu kestabilan emosi, kepercayaan diri dan kecemasan menghadapi ujian nasional. Subyek penelitian dari Harris yaitu Pelajar di Kolej Kediaman Institusi Pengajian Tinggi Awam, sedangkan subyek penelitian penulis adalah siswa kelas 3 SMK Muhammadiyah Pekalongan.

Penelitian tentang *Self efficacy, anxiety, and performance in English Language among middle-school Students* dilakukan oleh Aznyadubalu, penelitian ini meliputi tiga variabel *Self efficacy, anxiety, and performance* yang membedakan dengan penelitian yang dilakukan penulis adalah bahwa penelitian penulis meliputi tiga variabel yaitu kestabilan emosi, kepercayaan diri dan kecemasan menghadapi ujian nasional, sedangkan subyek penelitian siswa SMP Program Bahasa di Satri Si Suriyothai Scholl, Bangkok, sedangkan subyek penelitian penulis adalah siswa kelas 3 SMK Muhammadiyah Pekalongan.

Penelitian tentang Perbedaan kecemasan dalam menghadapi ujian antara siswa program regular dengan siswa program akselerasi oleh Supriyantini, pada penelitian ini variabelnya adalah kecemasan yang membedakan dengan penelitian yang dilakukan penulis adalah bahwa penelitian penulis meliputi tiga variabel yaitu kestabilan emosi, kepercayaan diri dan kecemasan menghadapi ujian nasional, sedangkan subyek penelitian siswa program regular dan siswa

program akselerasi tingkat SD sampai SMA , sedangkan subyek penelitian penulis adalah siswa kelas 3 SMK Muhammadiyah Pekalongan.

Penelitian tentang *Religiutisitas* dan kecemasan menghadapi Ujian Nasional oleh Maisaroh, pada penelitian ini variabelnya dua yaitu *Religiutisitas*, kecemasan yang membedakan dengan penelitian yang dilakukan penulis adalah bahwa penelitian penulis meliputi tiga variabel yaitu kestabilan emosi, kepercayaan diri dan kecemasan menghadapi ujian nasional, perbedaan yang lain yaitu pada subyek penelitian pada penelitian ini siswa Madrasah Aliyah Negeri I Semarang, sedangkan subyek penelitian penulis adalah siswa kelas 3 SMK Muhammadiyah Pekalongan.

Hal yang menjadi perbedaan dengan penelitian yang pernah ada adalah penelitian penulis melibatkan tiga variabel yaitu kestabilan emosi dan kepercayaan diri sebagai variabel bebas dan kecemasan menghadapi ujian nasional sebagai variabel tergantung. Subyek penelitian adalah siswa kelas 3 SMK Muhammadiyah Pekalongan. Peneliti ingin melihat hubungan antara kestabilan emosi dan kepercayaan diri dengan kecemasan menghadapi ujian nasional dengan pendekatan kuantitatif, ingin mengungkap kecemasan siswa dalam menghadapi Ujian Nasional