

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Pendidikan merupakan bagian yang penting untuk pengembangan sumber daya manusia yang berkualitas. Setiap negara sangat membutuhkan sumber daya manusia berkualitas, siap pakai, dan mampu menghadapi tantangan. Persaingan antar bangsa yang semakin nyata serta agenda pembangunan menuntut sumber daya manusia yang memiliki kualitas tinggi yang tidak hanya mampu bersaing dalam lingkungan nasional melainkan juga dalam dunia internasional.

Peningkatan mutu digunakan dalam berbagai hal dalam kehidupan, misal dalam hal pekerjaan agar mendapatkan promosi, dalam hal industri agar mencapai inovasi yang mempermudah kegiatan dan pekerjaan manusia, dan dalam hal pendidikan agar mendapatkan sumber daya yang berkualitas tinggi, yang nantinya bisa membantu memperbaiki negara. Akan tetapi, usaha pemenuhan mutu masih belum dapat diwujudkan secara optimal karena adanya berbagai kendala seperti kendala dana dan sumber daya manusianya. Kondisi tersebut menyebabkan pelayanan akademik dan pengembangan bakat siswa masih terbatas pada kemampuan minimal yang harus dikuasai siswa. Oleh karena itu peningkatan mutu pendidikan perlu mendapat perhatian yang besar, maka dari itu pemerintah, dalam hal ini yaitu Departemen Pendidikan dan Kebudayaan, menjadikan peningkatan mutu pendidikan sebagai prioritas.

Peningkatan mutu pendidikan dapat berupa-rupa, misalnya ujian harian, ujian tengah semester, ujian akhir semester, ujian akhir sekolah, ujian akhir nasional, dan seleksi masuk perguruan tinggi. Semua demi peningkatan mutu akan sumber daya manusia, dan semakin lama program peningkatan mutu pendidikan semakin meng-“khusus”-kan diri sesuai dengan kemampuan dan minat sumber daya manusia. Salah satu program yang bersangkutan demi meningkatkan kemampuan khusus sesuai minat sumber daya manusia adalah Seleksi Bersama Masuk Perguruan Tinggi Negeri (SBMPTN). SBMPTN adalah salah satu bentuk program yang dicanangkan oleh lembaga pemerintahan dalam bidang pendidikan, berupa evaluasi nasional untuk memasuki jenjang studi yang lebih tinggi, yaitu perguruan tinggi. Ujian SBMPTN termasuk dalam ujian yang terstandarisasi (*Standardized Test*), yaitu ujian yang menurut Santrock (2009), mempunyai prosedur seragam pada administrasi dan penilaian serta sering kali memungkinkan prestasi peserta untuk dibandingkan dengan prestasi peserta yang lain pada tingkat umur atau kelas untuk meningkatkan mutu pendidikan di Indonesia. Peserta harus mampu mencapai standar nilai tertentu sebagai penanda lolos dalam seleksi.

Wijaya (2014) menyatakan bahwa SBMPTN sedikit berbeda dengan Seleksi Nasional Masuk Perguruan Tinggi Negeri atau SNMPTN, dimana SBMPTN ini merupakan jalur seleksi bersama masuk perguruan tinggi yang menggunakan sistem ujian tertulis yang dapat daftar secara sistem online di seluruh Indonesia. Sedangkan SNMPTN adalah jalur yang melalui undangan dengan skala nasional, yang dilakukan secara serentak oleh seluruh perguruan tinggi negeri di seluruh Indonesia.

Pada tahun 2014, berdasarkan berita Kementerian Pendidikan dan Kebudayaan Republik Indonesia, jumlah calon yang terdaftar sebagai peserta SBMPTN adalah sebanyak 664.509 orang (Rogeleonick, 2014), mengalami peningkatan sebesar 13,44% daripada tahun sebelumnya. Dan jumlah ini dinyatakan telah melebihi kuota yang sudah seharusnya, yaitu melebihi 30%. Yang dikatakan melebihi kuota tersebut adalah sejumlah 104.862 yang diterima melewati SBMPTN (Wicaksono, 2014). Dan yang tidak lolos SBMPTN berjumlah 559.647. Jumlah kapasitas yang ditentukan sudah sangat melebihi, akan tetapi masih banyak yang belum bisa lolos. Persentasi tingkat kelulusan siswa dalam SBMPTN pada tahun 2014 adalah 15,7%, dan yang tidak lolos SBMPTN pada tahun 2014 sebesar 84,2%. Persentasi lolos ini termasuk kecil melihat banyaknya pendaftar di seluruh Indonesia.

Besarnya persentasi tidak lolos SBMPTN pada tahun 2014, bagi sebagian peserta bisa saja dirasakan sebagai stressor yang dapat menimbulkan kecemasan dikarenakan banyaknya siswa yang menginginkan untuk masuk perguruan tinggi dalam jalur ini. Semakin banyak saingan, semakin menimbulkan kecemasan bagi peserta SBMPTN. Kecemasan merupakan suatu perasaan yang bisa menimpa hampir setiap orang pada waktu tertentu dalam rentang kehidupan. Djiwandono (2002) menyatakan bahwa timbulnya kecemasan yang paling besar adalah pada saat siswa menghadapi tes atau ujian. Kecemasan yang timbul pada saat SBMPTN diperkirakan dapat mengganggu konsentrasi dan kemampuan dalam berpikir serta bertindak saat ujian. Sehingga hal ini akan berpengaruh terhadap hasil yang dicapai pada saat ujian tersebut (Purwanto, dalam Prawitasari, 2012). Peserta

mengalami kecemasan jika mereka tidak mampu mencapai standar lolos yang telah ditetapkan. Menurut Prawitasari (2012) ada 3 hal yang dicemaskan oleh para siswa yaitu khawatir akan gagal, hasil ujian sangat tidak memuaskan, dan tidak bisa konsentrasi saat belajar atau tidak mampu kuasai materi. Stuart (2007) menyatakan bahwa kecemasan adalah kekhawatiran yang tidak jelas dan menyebar, yang berkaitan dengan perasaan tidak pasti dan tidak berdaya. Keadaan ini tidak memiliki objek yang spesifik sehingga dapat disimpulkan bahwa tingkat kecemasan yang berat tidak akan sejalan dengan kehidupan.

Kecemasan (*anxiety*) adalah suatu keadaan atau kondisi emosi yang tidak menyenangkan dan merupakan pengalaman yang samar-samar yang disertai dengan perasaan tidak berdaya dan tidak menentu. Kecemasan ini biasanya bersifat subjektif yang ditandai dengan adanya perasaan tegang, khawatir, takut, dan disertai dengan adanya perubahan fisiologis (Lazarus, 1976). Ketakutan dan keprihatinan yang dialami seseorang ini didasari ketidakmampuan untuk memenuhi keinginan dari dalam diri individu, sehingga memunculkan keprihatinan akan kegagalan pada masa mendatang. Tentu siswa tidak akan diam ketika sudah merasakan kecemasan, terutama kecemasan dalam menghadapi ujian.

Peserta yang mengikuti pendidikan selalu akan menghadapi evaluasi dari hasil belajarnya. Dikarenakan ujian merupakan cara untuk membandingkan kemampuan di antara siswa dan telah menyebabkan kecemasan dan menurunkan harga diri bagi mereka yang bernilai buruk (Arends, 2007). Pada saat seseorang dihadapkan pada situasi yang dirasakan mengancam, dalam hal ini

cemas terhadap kegagalan saat menghadapi UN, biasanya akan menggugah upaya-upaya untuk mengatasinya, mengurangi, atau menghilangkan perasaan terancam, atau kecemasan sesaat, karena pada dasarnya setiap individu mengharapkan berada pada keadaan yang akan meningkatkan aktivitas kognisinya, motoriknya, atau mekanisme pertahanan dirinya sehingga dapat memberi umpan balik bagi individu dalam menilai SBMPTN. Perasaan cemas terhadap kegagalan saat menghadapi SBMPTN dalam intensitas rendah sampai menengah akan menimbulkan *nervous*, tegang, dan takut pada apa yang terjadi. Pada tingkat sedang sampai tinggi direfleksikan dalam keadaan gelisah, sukar bernafas, gemetar, berkeringat, dan otot menjadi tegang. Sedangkan pada tingkat yang tinggi kadang disertai tingkah laku panik (Spielberger, 1979).

Berdasarkan studi awal melalui wawancara dengan 6 siswa SMA Negeri favorit di Surakarta, dinyatakan bahwa mereka memiliki ekspektasi yang tinggi untuk bisa lolos tahap SBMPTN yang mereka inginkan, walaupun nilai mereka tidak begitu meyakinkan untuk bisa melawan siswa-siswa dalam SBMPTN. Mereka yakin bisa lolos SBMPTN, tetapi mereka menyatakan merasa cemas karena banyak sekali siswa yang lebih baik nilainya yang akan berkompetisi dalam tahap ini. Terdapat persamaan dengan hasil penelitian yang dilakukan oleh Amwalina & Rachmahana (2005), dimana situasi ini terjadi karena siswa merasa tidak pasti akan kemampuan dirinya menghadapi ujian, sehingga timbul kecemasan yang disebabkan oleh berbagai faktor. Faktor-faktor ini disebut dengan stessor karena menimbulkan kecemasan (Suliswati., dkk, dalam Wiramihardja, 2005).

Demi mengatasi kecemasan diri untuk beradaptasi dengan situasi atas pengalaman individu lain terkait SBMPTN sebelumnya, individu menciptakan strategi akan proses penyangkalan secara kognitif, pengambilan jarak yang disertai bentuk perilaku individu yang menunjukkan penyangkalan tersebut, yang biasa disebut dengan koping (Sholichatun, 2011). Koping merupakan strategi-strategi yang digunakan individu dalam menghadapi situasi dan kondisi yang dipikir sebagai penyebab stress atau distress psikologis (Mohino., dkk, dalam Sholichatun, 2011). Mekanisme koping yang digunakan oleh seorang individu mengesampingkan pikiran dan ingatan yang menyakitkan agar dapat fokus pada apa yang ingin dicapai, walaupun terkadang individu tersebut melakukan sesuatu secara tidak sadar dikarenakan pikiran yang ia tekan atau yang ingin disingkirkan tersebut (Rasmus, 2004, dalam Mulyadi, 2014).

Berdasarkan uraian di atas dapat dinyatakan bahwa dengan penelitian ini maka diuji apakah ada hubungan antara strategi koping dengan kecemasan menghadapi SBMPTN, maka dari itu peneliti mengajukan judul “Hubungan antara Strategi Koping dengan Kecemasan Menghadapi Ujian SBMPTN”.

B. Tujuan Penelitian

Tujuan penelitian ini diantaranya lain adalah :

1. Untuk mengetahui hubungan antara strategi koping dengan kecemasan mengikuti SBMPTN.
2. Untuk mengetahui tingkat strategi koping pada peserta yang mengikuti SBMPTN.

3. Untuk mengetahui tingkat kecemasan pada peserta yang mengikuti SBMPTN.
4. Untuk mengetahui perbandingan tingkat kecemasan pada peserta yang mengikuti SBMPTN pada dua minggu sebelum dan satu minggu sebelum hari ujian SBMPTN.
5. Untuk mengetahui sumbangan efektif strategi koping terhadap kecemasan peserta yang mengikuti SBMPTN.

C. Manfaat Penelitian

Manfaat dari penelitian ini dapat dibagi menjadi manfaat teoritis dan manfaat praktis. Manfaat tersebut dijabarkan sebagai berikut:

1. Manfaat teoritis

Manfaat teoritis penelitian adalah diharapkan dapat bermanfaat bagi perkembangan ilmu psikologi terutama dalam bidang Psikologi Pendidikan dan Psikologi Klinis.

2. Manfaat praktis

- a. Bagi peserta

Hasil penelitian ini dapat dijadikan bahan informasi bagi peserta mengenai hubungan strategi koping dengan kecemasan.

- b. Bagi guru dan pembimbing belajar

Penelitian ini dapat memberi kontribusi bagi guru dan pembimbing belajar berupa cara-cara penanganan dan kiat-kiat mengurangi kecemasan terkait dengan strategi koping yang digunakan oleh peserta.

c. Peneliti lain

Penelitian ini dapat dijadikan referensi bagi peneliti lain untuk mengembangkan penelitian selanjutnya terkait hubungan antara strategi koping dengan kecemasan menghadapi SBMPTN.