

**PENGARUH BIMBINGAN BELAJAR TERHADAP
KECEMASAN SISWA DALAM MENGHADAPI
UJIAN NASIONAL**

Skripsi

**Untuk Memenuhi Sebagian Persyaratan
Dalam Mencapai Derajat Sarjana S-1 Psikologi**



Diajukan oleh :

Amila Millatina

F 100 060 071

**FAKULTAS PSIKOLOGI
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH SURAKARTA
2010**

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Ujian Nasional merupakan kebijakan pemerintah dalam bidang pendidikan untuk menentukan standar mutu pendidikan. Kebijakan ini berkaitan dengan berbagai aspek yang dinamis, seperti budaya, kondisi sosial ekonomi, bahkan politik, ekonomi, dan keamanan, sehingga akan selalu rentan terhadap perbedaan dan kontroversi sejalan dengan perkembangan masyarakat.

Hampir seluruh tenaga kependidikan sepakat akan perlunya ujian untuk mengetahui keefektifan berbagai upaya yang dilakukan dalam proses pendidikan, apakah telah membuahkan hasil yang memuaskan. Namun, karena pemerintah menetapkan nilai Ujian Nasional minimal yang harus dicapai oleh siswa dalam kelulusan, maka hal tersebut telah menimbulkan beberapa permasalahan yang dipertanyakan oleh beberapa kalangan salah satunya adalah permasalahan dari siswa itu sendiri.

Permasalahan yang paling sering dialami oleh siswa ketika akan menghadapi ujian adalah masalah kecemasan (*anxiety*). Menurut Atkinson, R. L. Atkinson, R. C. Hilgard, E. R (1997) kecemasan adalah emosi yang tidak menyenangkan yang ditandai dengan istilah-istilah seperti kekhawatiran, keprihatinan, dan rasa takut yang kadang-kadang kita alami dalam tingkatan yang berbeda-beda. Ujian Nasional (UN) merupakan salah satu faktor yang dapat menimbulkan kecemasan pada siswa. Ujian Nasional yang dapat menentukan lulus maupun tidak lulus siswa dapat

mengakibatkan kekhawatiran dan rasa was-was (rasa takut akan sesuatu hal yang belum pasti).

Chaplin (2001) menjelaskan bahwa pada dasarnya kecemasan akan menyertai di setiap kehidupan manusia terutama bila dihadapkan pada hal-hal yang baru maupun adanya sebuah konflik. Sebenarnya kecemasan merupakan suatu kondisi yang pernah dialami oleh hampir semua orang, hanya tarafnya saja yang berbeda-beda. Kecemasan merupakan perasaan campuran berisikan ketakutan dan berisi keprihatinan mengenai masa-masa yang akan datang tanpa sebab khusus untuk ketakutan tersebut.

Pada dasarnya kecemasan yang dirasakan itu belum tentu terjadi, dengan demikian rasa cemas itu sebenarnya suatu ketakutan yang diciptakan sendiri. Hampir dalam segala hal, seorang pencemas selalu khawatir dan takut. Secara umum respon kecemasan dapat dilihat melalui respon psikologis maupun respon fisiologis. Respon psikologis kecemasan dapat ditunjukkan melalui rasa tegang, gelisah, mudah tersinggung, merasa tidak nyaman, sedangkan respon fisiologis antara lain ditandai dengan keringat dingin, tekanan darah meningkat, jantung berdebar-debar (Tallis, 1995).

Menurut Sieber e.al. (Admin, 2009) kecemasan juga bisa menjadi salah satu faktor penghambat seseorang dalam belajar. Perasaan cemas dapat mengganggu kinerja fungsi-fungsi kognitif seseorang, seperti dalam berkonsentrasi, mengingat, pembentukan konsep dan pemecahan masalah. Pada tingkat kronis dan akut, gejala kecemasan dapat berbentuk gangguan fisik (somatik), seperti: gangguan pada saluran pencernaan, sering buang air, sakit kepala, gangguan jantung, sesak di dada,

gemeteran bahkan pingsan.

Beberapa penelitian yang berkaitan dengan kecemasan mengungkapkan bahwa orang-orang yang menderita kecemasan kronis lebih mudah gagal dalam pendidikan atau lapangan sekalipun memiliki skor tinggi pada kecerdasan lainnya. Disamping itu pada 126 studi lain mengenai kecemasan dengan kinerja akademis terhadap lebih dari 36.000 ditemukan bahwa semakin mudah cemas seseorang maka semakin buruk kinerja seseorang tersebut. (Goleman dalam Agustina, 2007). Sedangkan menurut Rachmad (1988) dijelaskan bahwa siswa yang memiliki kecemasan rendah, akan berprestasi lebih baik daripada siswa yang memiliki kecemasan yang lebih tinggi.

Freud (Atkinson, 1996) membedakan kecemasan obyektif dan kecemasan neurotis. Freud memandang kecemasan obyektif sebagai respon yang realistik terhadap bahaya eksternal, yang maknanya sama dengan rasa takut, sedangkan kecemasan neurotis timbul dari konflik tidak sadar, karena konflik itu tidak disadari, individu tidak mengetahui alasan kecemasannya. Jadi pada dasarnya kecemasan adalah suatu kondisi yang mengakibatkan seseorang merasa tidak nyaman dan serba salah sehingga tidak dapat melakukan aktifitasnya secara maksimal.

Aktifitas yang dilakukan secara tidak maksimal dan kurang persiapan akan menimbulkan perasaan cemas dan takut yang kian menjadi. Melihat kondisi tersebut maka siswa perlu dan wajib untuk mempersiapkan dirinya sebelum menghadapi ujian. Persiapan dalam menghadapi ujian tidak hanya sekedar persiapan secara materi soal saja, akan tetapi persiapan fisik dan psikis (mental) juga harus diperhatikan agar nantinya tidak banyak timbul permasalahan. Selain itu kesiapan

orang tua atau wali murid dalam memberikan dukungan dan motivasi kepada anak-anaknya juga dapat membantu kesiapan mental siswa, oleh karena itu harus ada kerjasama yang baik antara pihak sekolah dalam hal ini guru, orangtua atau wali siswa dan siswa itu sendiri.

Alternatif keikutsertaan bimbingan belajar merupakan salah satu persiapan yang bisa dilakukan oleh siswa dalam mengurangi rasa cemas. Menurut (Tri dalam Suharsih 2010) beratnya standart kelulusan yang ditetapkan pemerintah dan persaingan antar siswa, menjadi alasan siswa untuk mencari tambahan materi di luar sekolah. Menurutny paling tidak dengan mengikuti bimbingan belajar siswa dapat meningkatkan rasa percaya dirinya dan mengurangi kecemasan.

Penawaran program bimbingan belajar di era sekarang ini semakin banyak dilakukan. Tidak hanya bimbingan belajar formal saja, namun bimbingan belajar non formal pun ikut memberikan berbagai macam penawaran kepada siswa. Mulai dari tingkat play group, TK, SD, SMP, maupun SMA. Bahkan mahasiswa dan pekerja pun ikut menikmati jasa bimbingan belajar. Penawaran yang diberikan bimbingan belajar pun bermacam-macam, semua tergantung kebutuhan. Bimbingan belajar formal didirikan secara resmi atas nama suatu lembaga dan pengelolaanya di bawah lembaga tersebut. Sedangkan bimbingan belajar non formal (tanpa nama) adalah bimbingan belajar yang berdiri sendiri tanpa ada ikatan suatu lembaga. Baik bimbingan belajar formal maupun non formal selalu berusaha untuk memuaskan peserta didiknya dengan keunggulan dari program belajar yang dimilikinya.

Bimbingan belajar juga memiliki suatu pengelompokan kelas, yaitu kelas reguler (kelompok) dan kelas privat. Pengelompokan kelas tersebut dipilih sesuai

dengan kebutuhan siswa itu sendiri. Kedua kelompok kelas tersebut memiliki kelebihan dan kekurangan masing-masing. Namun tujuan bimbingan belajar dibentuk adalah untuk membantu siswa dalam menyelesaikan permasalahan yang dihadapinya. Salah satunya adalah masalah kecemasan sebelum menghadapi ujian, khususnya ujian Nasional (UN).

Bimbingan belajar juga bisa dijadikan sebagai sarana untuk memperdalam ilmu yang diberikan pihak sekolah kepada siswa. Kematangan dalam pemahaman ilmu perlu dibentuk supaya siswa paham betul dan mengerti akan isi dari materi pelajaran. Apalagi jika siswa akan menghadapi ujian, seperti Ujian Nasional. Siswa dituntut harus menguasai semua materi pelajaran dari awal sampai akhir. Oleh sebab itu siswa perlu mendapat bimbingan lebih dan perlu diadakan pengulangan materi-materi yang diajarkan oleh guru di sekolah supaya siswa dapat paham betul akan bahan yang akan diujikan nantinya. Penyampaian materi yang diajarkan guru kepada siswa tidak cukup hanya pada jam pelajaran saja. Lebih-lebih hanya dalam waktu kurang lebih satu atau dua jam. Alternatif keikutsertaan bimbingan belajar sebagai rujukan untuk membantu dalam memahami isi materi pelajaran. Siswa bisa memilih mana bimbingan belajar yang diinginkan. Apakah bimbingan belajar kelas privat ataukah bimbingan belajar kelas reguler (kelompok). Pengelompokan kelas tersebut pada dasarnya memiliki kelebihan dan kekurangan masing-masing. Kelebihan siswa yang mengikuti kelas reguler (kelompok) adalah siswa bisa memiliki motivasi berprestasi dan daya saing yang cukup besar dengan temannya di dalam kelas, dikarenakan di dalam kelas tersebut terdapat lebih dari satu orang murid yang mengikuti bimbingan. Akan tetapi situasi tersebut kurang optimal apabila siswa ingin

memperdalam materi yang belum dipahami. Banyaknya siswa di dalam kelas tidak memungkinkan seorang guru untuk membantu satu persatu muridnya secara optimal. Berbeda dengan kelas privat, di sini siswa lebih bisa berkonsentrasi dan lebih bisa fokus untuk mempelajari isi materi yang akan diujikan dalam Ujian Nasional. Kelas privat terdiri dari satu orang guru dan satu orang murid sehingga siswa lebih bisa mempersiapkan dirinya dalam menghadapi Ujian Nasional. Kesiapan siswa dalam menghadapi Ujian Nasional pun cenderung lebih optimal dan hal tersebut dapat meminimalkan rasa cemas yang ada di dalam diri siswa, sehingga tingkat kecemasan siswa dalam menghadapi Ujian Nasional (UN) bisa diturunkan.

Sehubungan dengan hal tersebut di atas, maka peneliti mengajukan rumusan masalah “Apakah ada pengaruh bimbingan belajar terhadap kecemasan siswa dalam menghadapi Ujian Nasional?”. Dengan rumusan masalah tersebut maka peneliti tertarik untuk mengetahui lebih lanjut dengan mengadakan penelitian dengan judul **“Pengaruh Bimbingan Belajar terhadap Kecemasan Siswa dalam Menghadapi Ujian Nasional”**.

B. Tujuan Penelitian

Adapun tujuan dari penelitian ini adalah :

1. Untuk mengetahui adanya pengaruh bimbingan belajar terhadap kecemasan siswa dalam menghadapi Ujian Nasional.
2. Untuk mengetahui tingkat kecemasan siswa dalam menghadapi Ujian Nasional.

C. Manfaat Penelitian

Manfaat yang ingin dicapai dalam penelitian ini adalah :

1. Bagi partisipan baik yang mengikuti maupun yang tidak mengikuti, diharapkan hasil penelitian dapat memberikan sumbangan informasi mengenai dampak kecemasan dalam menghadapi Ujian Nasional yang sering dialami oleh para siswa, sehingga siswa diharapkan akan mempersiapkan secara optimal seluruh kemampuan yang dimiliki untuk menghadapi Ujian Nasional agar tidak mengalami kecemasan dan dapat menyelesaikan Ujian Nasional sesuai standart yang ditentukan pemerintah.
2. Bagi kepala sekolah dan guru, diharapkan penelitian ini dapat memberikan informasi mengenai pentingnya tambahan belajar bagi siswa di luar jam sekolah, agar supaya siswa mampu mendapatkan ilmu tambahan secara maksimal dan matang sehingga siswa dapat siap dalam menjalani segala ujian, khususnya Ujian Nasional.
3. Bagi pengelola bimbingan belajar, diharapkan penelitian ini dapat digunakan sebagai acuan pengambilan keputusan dalam menentukan kebijakan kegiatan belajar mengajar.
4. Bagi orang tua diharapkan hasil penelitian ini dapat memberikan informasi mengenai pengaruh dari bimbingan belajar terhadap kecemasan siswa dalam menghadapi Ujian Nasional, sehingga orang tua dapat memberikan perhatian dan pendidikan yang maksimal agar anak mampu menghadapi Ujian Nasional dengan keyakinan yang tinggi.

5. Bagi ilmu pengetahuan khususnya bidang psikologi pendidikan hasil-hasil penelitian ini akan memberikan gambaran dan informasi serta menambah khasanah penelitian khususnya yang berkaitan dengan kecemasan siswa dalam menghadapi Ujian Nasional.
6. Bagi Peneliti Lain, penelitian ini diharapkan dapat memberikan masukan bagi ilmuwan psikologi khususnya psikologi pendidikan, yang nantinya penelitian ini dapat dijadikan masukan bagi peneliti-peneliti lain yang ingin meneliti jenis bidang yang sama.