

TINGKAT KECEMASAN SISWA KELAS IX SMP PGRI 2 DENPASAR PADA MARET 2015 DALAM MENGHADAPI UJIAN NASIONAL 2012

Cokorda Istri Dewi Larasati Apsari Susila¹, I Wayan Westa²

¹Program Studi Pendidikan Dokter Fakultas Kedokteran Universitas Udayana

²Bagian Ilmu Kedokteran Jiwa Fakultas Kedokteran Universitas Udayana

(cok.wilarasati@gmail.com)

ABSTRAK

Ujian nasional digunakan sebagai standarisasi dari pemerintah untuk menguji kelayakan seseorang siswa untuk dapat melanjutkan pendidikan ke jenjang yang lebih tinggi dan sebagai pemerataan pendidikan secara nasional. Ujian nasional sering dijadikan beban oleh para siswa. Kecemasan ini mengganggu psikologis mereka yang akan mengganggu aktifitas mereka sebagai suatu yang bersifat ancaman. Ketenangan dalam melakukan ujian nasional mutlak diperlukan bagi siswa SMP PGRI 2 Denpasar sehingga deteksi dini tingkat kecemasan siswa perlu dilakukan.. Penelitian ini merupakan penelitian deskriptif kuantitatif dengan rancangan deskriptif *cross sectional* yang dilakukan pada tanggal 22 Maret 2015 di SMP PGRI 2 Denpasar. Sampel ini diambil dengan teknik *stratified random sampling* dan didapatkan 90 sampel yang memenuhi kriteria inklusi eksklusi. Data dikumpulkan dengan menggunakan TMAS (*Taylor Manifest Axientas Scale*). Hasil penelitian ditemukan 57,1 % perempuan memiliki kecemasan ringan, 55,1% kecemasan sedang, dan 80 % kecemasan berat. Pada laki-laki ditemukan 42,9 % kecemasan ringan, 44,9 % kecemasan sedang, 20% kecemasan berat. Siswa yang mengikuti bimbingan belajar ditemukan 42,9 % memiliki kecemasan ringan, 44,9% kecemasan sedang, 46,7% kecemasan berat. Jadi dapat dikatakan perempuan memiliki kecenderungan mengalami kecemasan dibandingkan laki-laki dan siswa yang mengikuti bimbingan belajar cenderung memiliki tingkat kecemasan rendah. Disimpulkan bahwa perlu dilakukan penelitian guna mencari solusi atas tingkat kecemasan yang ditemukan pada siswa.

Kata kunci: *Kecemasan, Siswa SMP, Ujian Nasional.*

ANXIETY LEVEL AMONG STUDENT IN CLASS IX JUNIOR HIGH SCHOOL AT PGRI 2 MARCH 2015 DEALING IN NATIONAL EXAM

ABSTRACT

National exam is used as a standardization of the government to test a feasibility of student to be able to continue their education to a higher level and as a national educational equity. National exam is often used as a load by the students. This disturbing their psychological anxiety that would interfere with their activities as a threat nature. Tranquility in the conduct of national examinations is absolutely necessary for the students of junior high school PGRI 2 so that early detection of anxiety levels of students needs to be done. This research is quantitative descriptive cross sectional descriptive design was conducted on March 22, 2015 in Junior high school PGRI 2. These samples were taken with stratified random sampling technique and obtained 90 samples that met the inclusion criteria of exclusion. Data was collected using TMAS (Taylor Manifest Axientas Scale). The results found 57.1% of women have a mild anxiety, 55.1% moderate and 80% anxiety severe anxiety. And men found mild anxiety 42.9%, 44.9 % anxiety moderate, 20% severe anxiety. Students who follow the guidance of learning found 42.9% had mild anxiety, anxiety was 44.9%, 46.7% severe anxiety. So it can be said women have a tendency to experience anxiety than men and students who follow the guidance of learning tend to have lower levels of anxiety. Conclusion, research must be done in order to find a solution to anxiety levels were found in student.

Keyword : *Anxiety, Junior High School, National Exam.*

PENDAHULUAN

Ujian nasional atau yang dikenal dengan UN adalah sistem evaluasi standar pendidikan dasar yang mencegah secara nasional dan persamaan mutu pendidikan antar daerah yang dilakukan oleh Pusat Penilaian Pendidikan Depdiknas di Indonesia. *Undang-Undang Republik Indonesia no 20 tahun 2003* menyatakan bahwa dalam rangka pengendalian mutu pendidikan secara nasional dilakukan evaluasi sebagai bentuk akuntabilitas penyelenggara pendidikan kepada pihak-pihak yang berkepentingan.⁵

Ujian Nasional digunakan sebagai standarisasi dari pemerintah untuk menguji kelayakan seseorang siswa untuk dapat melanjutkan pendidikan ke jenjang yang lebih tinggi dan sebagai pemerataan pendidikan secara nasional. Ujian Nasional juga digunakan sebagai pembandingan tingkat pendidikan Indonesia dan negara lain.⁴

Ujian nasional seringkali dianggap beban oleh para siswa. Siswa menyiapkan diri baik fisik maupun non fisik agar mereka terhindar dari kegagalan dalam ujian nasional. Kegagalan dalam ujian nasional berdampak siswa akan merasa memikul beban moral seperti rasa malu, canggung, minder, dan menghindari pergaulan yang pada akhirnya mereka akan kehilangan rasa percaya diri. Perasaan takut gagal tersebut dapat menjadi beban yang menyebabkan para siswa memiliki kecemasan dalam menghadapi Ujian Nasional.⁶

Kecemasan ini akan mempengaruhi kondisi psikologis mereka yang akan mengganggu aktivitas mereka sebagai reaksi terhadap adanya sesuatu yang bersifat mengancam. Ketenangan dalam melakukan ujian nasional mutlak diperlukan bagi siswa SMP PGRI 2 Denpasar sehingga deteksi dini tingkat kecemasan siswa perlu dilakukan.³

SMP PGRI 2 merupakan salah satu SMP PGRI yang beralamat di Jalan Meduri 45 Kecamatan Sumerta Denpasar Timur. Sekolah ini merupakan salah satu sekolah PGRI di wilayah Denpasar yang memiliki akreditasi A. Berdasarkan data yang diperoleh pada tahun 2011/2012 dikatakan siswa-siswi sekolah ini memiliki tingkat kelulusan 100%. Siswa kelas IX dituntut memiliki persiapan diri yang baik dalam faktor materi pelajaran maupun ketenangan diri dalam menghadapi ujian nasional, sehingga siswa terhindar dari kecemasan yang berlebihan dan mengakibatkan kegagalan dalam ujian nasional.⁶

Berdasarkan fenomena diatas maka peneliti tertarik untuk mengetahui secara mendalam tentang kecemasan siswa kelas IX SMP PGRI 2 Denpasar dalam menghadapi Ujian Nasional. Peneliti melakukan penelitian dengan judul "Tingkat Kecemasan Siswa Kelas IX SMP PGRI 2 Denpasar dalam Menghadapi Ujian Nasional Tahun 2015."

METODE

Penelitian ini merupakan penelitian deskriptif cross sectional. Penelitian ini menggambarkan tingkat

kecemasan siswa kelas IX SMP PGRI 2 Denpasar dalam menghadapi ujian nasional, dimana subjek penelitian adalah siswa SMP PGRI 2 Denpasar yang dilakukan suatu waktu.

Penelitian dilakukan tanggal 22 Maret 2015 di SMP PGRI 2 Denpasar. Populasi dari penelitian ini adalah seluruh siswa kelas IX SMP PGRI 2 Denpasar. Sampel diambil dengan cara *stratified random sampling*. Sampel diambil dari kelas IX-B dan IX-E dengan semua kelas memiliki kesempatan yang sama untuk dipilih. Siswa dengan kriteria inklusi, adalah siswa yang terdaftar pada kelas IX SMP PGRI 2 Denpasar, hadir dan bersedia ikut dalam penelitian. Kriteria eksklusi adalah siswa yang tidak hadir dan tidak bersedia ikut dalam penelitian.

Instrumen yang digunakan dalam penelitian ini adalah Tes Taylor Manifest Axientas Scale (Tes TMAS). TMAS adalah alat ukur kecemasan yang dikembangkan oleh Janet A. Taylor yang terdiri dari 50 item. Jawabannya yang diberikan oleh subjek berbentuk dikotomi yaitu "iya" dan "tidak". Dalam penilaian jika subjek menjawab sesuai kunci, mendapat nilai "1", jika jawaban salah mendapat nilai "0". Semakin tinggi nilai yang diperoleh subjek, maka akan semakin tinggi kecemasan. Sebaliknya semakin rendah skor yang diperoleh subjek berarti semakin rendah kecemasan yang dialami oleh subjek. Skor yang kemudian digolongkan sebagai berikut: 1) $x = 16,67$; kecemasan ringan, 2) $16,67 < x < 33,33$; kecemasan sedang, 3) $x > 33,33$; kecemasan berat.²

Untuk memperoleh data penelitian subjek diminta untuk mengisi Angket Persepsi dan Angket kecemasan TMAS. Mereka bisa mengisi langsung di tempat.

HASIL

Tabel 1. Karakteristik responden

Karakteristik Responden	Frekuensi	Persentase (%)
Jenis Kelamin		
Laki-laki	39	43,3
Perempuan	51	56,7
Umur		
14	32	35,6
15	56	62,2
16	2	2,2
Bimbingan belajar		
Ya	42	46,7
Tidak	48	53,3

Karakteristik responden

Setelah dilakukan pengambilan data, jumlah sampel yang memenuhi syarat inklusi dan eksklusi berjumlah 90 siswa dengan jumlah kelas IX-B sebanyak 45 siswa dan siswa kelas IX-E sebanyak 45 siswa. Dari Tabel 1, keseluruhan siswa didapatkan responden

berjenis kelamin laki-laki sebanyak 39 siswa dan berjenis kelamin wanita sebanyak 51 siswa. Dari keseluruhan responden berjenis kelamin laki-laki sebanyak 43,3% dan berjenis kelamin wanita sebanyak 56,7 %. Seluruh responden berumur sekitar 14-15 tahun, dengan frekuensi terbanyak pada usia 15 sebanyak 62,2 % diikuti dengan responden berusia 14 sebanyak 35,6 sedangkan pada usia 16 sebanyak 2,2%.

Berdasarkan data yang diperoleh sekitar 53 % siswa yang tidak mengikuti bimbingan belajar, dan sekitar 46,7 % yang mengikuti bimbingan belajar yaitu sekitar 42 siswa.

Tabel 2. Tingkat kecemasan

Tingkat kecemasan	Frekuensi	Persentase (%)
Kecemasan ringan	7	7,8
Kecemasan sedang	78	86,7
Kecemasan berat	5	5,6

Prevalensi Kecemasan Pada Siswa Kelas IX Menjelang Ujian Nasional berdasarkan subskala.

Berdasarkan distribusi data yang diperoleh (Tabel 2), hampir sebagian besar siswa kelas IX SMP PGRI 2 Denpasar mengalami kecemasan sedang yaitu sebanyak 78 siswa atau 86,7 %, dan kecemasan ringan 7,8 % serta kecemasan berat 5,6 %.

Distribusi tingkat kecemasan berdasarkan karakteristik responden

Tingkat kecemasan berdasarkan karakteristik responden dianalisis dengan cara bivariat cross tabulasi. Berdasarkan hasil analisis, perempuan cenderung mengalami kecemasan dibanding laki-laki. Dan siswa yang tidak mengikuti bimbingan belajar cenderung memiliki kecemasan lebih tinggi dibandingkan siswa yang mengikuti bimbingan belajar.

Tabel 3. Tingkat kecemasan berdasarkan karakteristik

Karakteristik responden	Tingkat kecemasan						Total	
	Kecemasan ringan		Kecemasan sedang		Kecemasan berat		Jumlah	%
	Jumlah	%	Jumlah	%	Jumlah	%		
Jenis Kelamin								
Laki-laki	3	42,9	35	44,9	1	20,0	39	100
Perempuan	4	57,1	43	55,1	4	80,0	51	100
Bimbingan belajar								
Ya	3	42,9	35	44,9	42	46,7	42	100
Tidak	4	57,1	43	55,1	48	53,3	48	100

PEMBAHASAN

Data yang terkumpul berdasarkan jenis kelamin responden, diketahui kecemasan rendah cenderung lebih di dominasi oleh kaum pria yaitu dengan persentase 42,9 % pada kecemasan ringan, 44,9% pada kecemasan sedang, dan 20 % pada kecemasan berat; sedangkan pada wanita 57,1% pada kecemasan ringan, 55,1% pada kecemasan sedang dan 80% pada kecemasan berat. Hal senada juga diungkapkan oleh Myers bahwa perempuan lebih cemas akan ketidakmampuannya dibandingkan kaum laki-laki. Laki-laki lebih aktif, eksporatif sedangkan perempuan lebih sensitif. Penelitian juga menunjukkan bahwa laki-laki lebih rileks dibandingkan perempuan.⁷

Sekitar 78 siswa dari 90 siswa mengalami kecemasan sedang, dengan persentase 86,7 % dan kecemasan ringan mengikuti dengan persentase 7,8% dan kecemasan berat 5,6 %.

Aktifitas yang dilakukan kurang maksimal dan kurang persiapan akan menimbulkan perasaan cemas dan takut yang kian menjadi. Melihat kondisi tersebut maka siswa perlu dan wajib untuk mempersiapkan diri sebelum menghadapi ujian. Alternatif keikutsertaan bimbingan belajar merupakan salah satu persiapan yang bisa dilakukan siswa untuk mengurangi kecemasan. Beratnya standar kelulusan yang ditetapkan pemerintah dan persaingan antar siswa menjadi alasan untuk mencari tambahan materi di luar sekolah. Selain itu persiapan yang matang dapat meningkatkan kepercayaan diri seseorang.⁶

Berdasarkan penelitian Lies, 2013 dikatakan terdapat hubungan bermakna antara kepercayaan diri dan dengan kecemasan menghadapi ujian nasional. Dikatakan semakin tinggi kepercayaan diri maka semakin rendah kecemasan menghadapi ujian nasional. Penelitian yang sama juga di katakana oleh juwita, 2011; dikatakan seseorang yang memiliki kepercayaan diri tinggi memiliki kemampuan mengontrol diri dalam situasi yang berpotensi menimbulkan kecemasan, dan memiliki ketenangan dalam mengerjakan sesuatu.⁶

Dari keseluruhan siswa sekitar 42 siswa mengikuti bimbingan belajar, dan 48 siswa tidak mengikuti bimbingan belajar yaitu sekitar 53,3 %⁵

Pada data ditemukan siswa yang tidak mengikuti bimbingan belajar cenderung memiliki persentase kecemasan lebih tinggi dibandingkan dengan yang mengikuti bimbingan belajar. Sekitar 57,1 % siswa yang tidak mengikuti bimbingan belajar memiliki kecemasan ringan, 55,1 % memiliki kecemasan sedang dan 20% kecemasan berat. Sedangkan yang mengikuti bimbingan belajar memiliki persentase kecemasan ringan 42,9 %, kecemasan sedang 44,9 % dan 80 % kecemasan berat. Namun masih belum dapat mengontrol variabel lain yang memungkinkan untuk mempengaruhi kecemasan, seperti kepribadian pencemas.

Dalam penelitian ini, siswa yang berpartisipasi didominasi oleh responden yang berusia 15 tahun yaitu dengan persentase 62 %. Meskipun usia 15 mendominasi, baik usia 14, 15 dan 16 memiliki tingkat kecemasan yang hampir merata. Karena mereka dalam rentang yang sama yaitu *middle adolescence*/remaja pertengahan. Dimana pada fase itu sama-sama masih dalam peralihan dari fase anak-anak menuju masa dewasa.¹

SIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian pada siswa SMP PGRI 2 Denpasar, dapat disimpulkan siswa yang perempuan memiliki kecenderungan memiliki kecemasan lebih tinggi menjelang Ujian Nasional dibandingkan laki-laki. Siswa yang mengikuti bimbingan belajar cenderung memiliki kecemasan lebih kecil dibandingkan dengan yang tidak mengikuti bimbingan belajar. Kesimpulan: perlu dilakukan penelitian lanjutan guna mengatasi kecemasan dikalangan siswa SMP menjelang ujian nasional.

Daftar Pustaka

1. Komala sari, Gantina, coping skills untuk mengatasi kecemasan menghadapi ujian nasional pada siswa Sekolah Menengah Atas Negeri di DKI Jakarta.2011. Jakarta
2. Amir, Nyah. Pengembangan Alat Ukur Kecemasan Olahraga.2012.Jurnal Penelitian dan Evaluasi Pendidikan
3. Solikhah, Umi. Pengaruh Therapeutic Peer Play Terhadap Kecemasan Dan Kemandirian Anak Usia Sekolah Selama Hospitalisasi di Rumah Sakit Wilayah Banyumas.2011.Depok.Thesis
4. Suryanto dkk. Pengaruh Relaksasi Otot Dalam Menurunkan Skor Kecemasan T-TMAS Mahasiswa Menjeang Ujian Program di Akademi Keperawatan Notokusumo Yogyakarta.2009.Yogyakarta
5. Mililarina,Amila.Pengaruh Bimbingan Belajar Terhadap Kecemasan Siswa Dalam Menghadapi Ujian Nasional.2010.Surakarta

6. Nur, Lies Triati.Hubungan Antara Kestabilan Emosi dan Kepercayaan Diri Dengan Kecemasan Menghadapi Ujian Nasional.2013.Surakarta
7. Agustiar dkk. Kecemasan Menghadapi Ujian Nasional Dan Motivasi Belajar Pada Siswa Kelas XII SMA Negeri "X" Jakarta Selatan.2010.Jakarta