

ABSTRAK

Dwita Sekar Sari. Faktor-faktor Penyebab Kecemasan Siswa Menghadapi Ujian Nasional di SMA Negeri 113 Jakarta Timur, Skripsi, Jakarta: Jurusan Bimbingan dan Konseling Fakultas Ilmu Pendidikan Universitas Negeri Jakarta, 2011.

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui Faktor-faktor penyebab kecemasan siswa kelas XII SMA Negeri 113 Jakarta Timur dalam menghadapi Ujian Nasional. Penelitian ini adalah penelitian kuantitatif dengan metode deskriptif dengan menggunakan teknik survei. Populasi dalam penelitian ini seluruh siswa kelas XII SMAN 103 Jakarta dengan teknik sampel yang digunakan adalah *accidental sampling* dengan jumlah sampel sebanyak 80 responden.

Instrumen yang digunakan dalam penelitian ini adalah kuesioner dalam bentuk rating scale yang berisi 62 butir pernyataan instrumen persepsi dan 20 butir pernyataan instrumen *A-Trait* yang dikembangkan dari Spielberger dan diadaptasi oleh Thomas Akuino. Hasil uji coba validitas instrumen faktor kecemasan diperoleh 30 butir pernyataan valid dan 43 item pernyataan tidak valid. Uji validitas instrumen dilakukan dengan menggunakan rumus product Moment. Uji reabilitas instrumen persepsi didapat 0.75 dan 0.80 untuk instrumen *A-trait* yang artinya reliabel dan layak digunakan

Hasil penelitian keseluruhan faktor-faktor penyebab kecemasan siswa menghadapi Ujian Nasional kelas XII di SMA Negeri 113 Jakarta Timur terdapat 49 siswa atau sebesar 61,25% mempersepsi negatif mengenai UN, dan 36 siswa atau sebanyak 45% *A-Trait* pada kategori tinggi.

Implikasi dari hasil penelitian ini akan membuat siswa mudah cemas dalam menghadapi UN, maka kesiapan siswa menghadapi UN menjadi terganggu. Untuk mengatasi hal ini maka diperlukan penanganan oleh guru pembimbing dengan mengadakan kegiatan seperti : konseling kelompok, bimbingan kelompok, pemberian motivasi kepada siswa.

BAB I PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Kualitas pendidikan di Indonesia sangat memprihatinkan. Ini dibuktikan antara lain dengan data UNESCO (2000) tentang peringkat Indeks Pengembangan Manusia (*Human Development Index*), yaitu komposisi dari peringkat pencapaian pendidikan, kesehatan, dan penghasilan per kepala yang menunjukkan, bahwa indeks pengembangan manusia Indonesia makin menurun.

Menurut survei *Political and Economic Risk Consultant* (PERC), kualitas pendidikan di Indonesia berada pada urutan ke-12 dari 12 negara di Asia. Posisi Indonesia berada di bawah Vietnam. Data yang dilaporkan *The World Economic Forum Swedia*, Indonesia memiliki daya saing yang rendah, yaitu hanya menduduki urutan ke-37 dari 57 negara yang disurvei di dunia. Dan masih menurut survei dari lembaga yang sama Indonesia hanya berpredikat sebagai *follower* bukan sebagai pemimpin teknologi dari 53 negara di dunia.

Data Balitbang menunjukkan dari 146.052 SD di Indonesia ternyata hanya delapan sekolah saja yang mendapat pengakuan dunia dalam kategori *The Primary Years Program* (PYP). Dari 20.918 SMP di Indonesia ternyata juga hanya delapan sekolah yang mendapat

pengakuan dunia dalam kategori *The Middle Years Program* (MYP) dan dari 8.036 SMA ternyata hanya tujuh sekolah saja yang mendapat pengakuan dunia dalam kategori *The Diploma Program* (DP). Maka dari itu untuk meningkatkan mutu pendidikan di Indonesia, pemerintah mengadakan Ujian Nasional (UN).

Ujian Nasional merupakan salah satu kegiatan dari pelaksanaan kurikulum yang dilaksanakan pada tiap-tiap akhir tahun pelajaran yang diikuti oleh seluruh siswa yang duduk di kelas XII (duabelas) dalam rangka menyelesaikan salah satu jenjang pendidikan untuk memasuki jenjang pendidikan yang lebih tinggi. Dasar dan landasan hukum dari kegiatan Ujian Nasional didasari atas: Keputusan Badan Standar Nasional Pendidikan Nomor 1512/BSNP/XII /2008 tentang Prosedur Operasi Standar (POS) Ujian Nasional SMA Tahun Pelajaran 2008/2009, Undang-Undang Nomor 20 Tahun 2003 tentang Sistem Pendidikan Nasional. Peraturan Menteri Pendidikan Nasional Nomor 75 2009 pasal 1 Tentang Ujian Nasional Untuk SMA Tahun Pelajaran 2009/2010.

Maksud dan tujuan diadakannya Ujian Nasional adalah : (a) merintis tercapainya standar nasional bagi mutu pendidikan dasar dan menengah (b) menyederhanakan prosedur penerimaan siswa baru pada sekolah yang lebih tinggi (c) mempercepat peningkatan pemerataan mutu pendidikan

Dasar dan Menengah (d) tercapainya tujuan kurikuler (e) mendorong agar proses belajar mengajar dilaksanakan berdasarkan kurikulum, buku dan alat peraga praktek yang telah ditentukan (f) mengetahui sejauh mana hasil yang telah dicapai selama satu tahun pelajaran dan meningkatkan mutu standarisasi pendidikan (Peraturan Mendiknas No. 39 th 2007, pasal 2 dan 3). Maka dari itu dengan diadakannya Ujian Nasional diharapkan mutu pendidikan secara nasional dapat tercapai dengan baik dan sempurna.

Menghadapi Ujian Nasional (UN) merupakan saat yang merisaukan banyak pihak. Pada saat itu, hasil belajar siswa selama 3 tahun ditentukan kelulusannya. Dengan menggunakan instrumen soal yang mengukur penguasaan konsep, siswa harus mencapai nilai minimal pada setiap mata pelajaran untuk memastikan lulus dengan aman. Ujian Nasional boleh dikatakan sebagai saat yang paling menegangkan bukan saja bagi siswa, tetapi juga bagi Guru, sekolah dan orang tua.

Sesungguhnya Ujian Nasional bukan saja ujian bagi kemampuan penguasaan materi pelajaran bagi siswa, tetapi bagi Guru juga merupakan ujian bagi proses pembelajaran yang diciptakan bagi siswa. Bagi sekolah, Ujian Nasional merupakan ujian bagi kebijakan, strategi dan pendekatan yang diterapkan dalam pembinaan siswa. Dipandang beratnya ujian Nasional bagi siswa, dengan alasan nilai standar Ujian

Nasional yang tinggi mencapai nilai rata-rata 5,50 untuk seluruh mata pelajaran yang diujikan. Dengan nilai 4,00 untuk paling banyak dua mata pelajaran dan minimal 4,25 untuk mata pelajaran lainnya (www.kemendiknas.go.id)

Undang-Undang

Republik Indonesia No. 20 Th 2003 bahwa penentuan standar yang terus meningkat diharapkan akan mendorong peningkatan mutu pendidikan. Penentuan standar pendidikan yang dimaksud adalah adalah penentuan nilai batas (*cut off score*). Seseorang dikatakan sudah lulus bila telah melewati nilai batas tersebut berupa nilai batas antara peserta didik yang sudah menguasai kompetensi tertentu dengan peserta didik yang belum menguasai kompetensi tertentu. Bila itu terjadi pada ujian nasional atau sekolah maka nilai batas berfungsi untuk memisahkan antara peserta didik yang lulus dan tidak lulus disebut batas kelulusan, kegiatan penentuan batas kelulusan disebut *standard setting*.

Pandangan subjektif siswa terhadap Ujian Nasional sebagai keadaan bahaya yang mengancam, dapat membuat siswa mengalami kecemasan. Dimana siswa mempersepsikan Ujian Nasional sebagai momok yang mengerikan. Menurut Spielberg (1979), kecemasan, merupakan suatu keadaan yang relatif namun sekaligus juga pola abadi tingkah laku, yang menggambarkan suatu keadaan emosional yang merupakan kombinasi yang unik dari pikiran-pikiran dan perasaan-perasaan yang tidak

menyenangkan diikuti perubahan-perubahan fisiologis yang berhubungan dengan pengaktifan susunan saraf otonom (Spielberger, 1979). Seorang individu dikatakan cemas jika sumber stress (*stressor*) yang merupakan faktor eksternal dianggap sebagai sebuah ancaman bagi individu tersebut (Spielberger, 1979).

Bagian individu memandang Ujian Nasional dipengaruhi oleh persepsi individu-individu tersebut terhadap sumber stres (*stressor*), dalam hal ini adalah Ujian Nasional. Apabila Ujian Nasional dinilai secara subjektif oleh individu sebagai suatu hal (stimuli) yang mengancam maka akan membentuk kecemasan. Kecemasan siswa dalam menghadapi Ujian Nasional dipengaruhi oleh persepsi atau penilaian terhadap Ujian Nasional dan *A-Trait* sebagai kecenderungan kepribadian individu.

Jika kecemasan yang mereka rasakan berada pada intensitas yang wajar (level rendah) maka akan berdampak positif yaitu dapat memotivasi mereka untuk lebih giat belajar, tetapi apabila intensitasnya sangat kuat (level tinggi) dan bersifat negatif justru malah akan menimbulkan kerugian bahkan mengganggu keadaan fisik dan psikis individu yang bersangkutan. Misalnya membuat mereka stress dan malas belajar, bahkan tidak mau sekolah karena mereka bosan dijejali oleh soal-soal latihan Ujian Nasional oleh guru mereka secara terus menerus.

Kecemasan merupakan proses psikis yang sifatnya tidak tampak ke permukaan maka untuk menentukan apakah mereka mengalami kecemasan atau tidak, kita perlu melihat simptom atau gejala-gejalanya apa saja yang timbul, beserta faktor-faktor apa saja yang menyebabkan kecemasan tersebut. Faktor kecemasan ini bisa disebabkan oleh kondisi dan situasi tes saat itu meskipun materi pelajaran yang akan diujikan telah dikuasai.

Menurut Spielberger (1979), yang dimaksud dengan kecemasan tes adalah kecemasan yang timbul ketika individu menghadapi situasi yang mengandung penilaian. Pernyataan Spielberger juga dikuatkan oleh penelitian yang dilakukan Johnson populasi kecemasan terhadap tes diantara murid-murid SD berkisar antara 10-30% dan 15% untuk kasus kecemasan terhadap tes.

Beidel et al (1994) mengatakan kepercayaan diri yang kurang terhadap kemampuan kognitifnya juga menimbulkan kecemasan. Kecemasan ini juga akan semakin meningkat melihat banyaknya para siswa dan siswi yang tidak lulus dalam ujian nasional. Dilihat dari tingkat kelulusan Ujian Nasional (UN) siswa SMA dan MA tahun 2010 secara nasional mengalami penurunan sebesar 4 % bila dibanding tahun 2009 lalu, yakni dari 93,74 % menjadi 89,88 %.

Berbagai upaya sudah dilakukan oleh berbagai pihak seperti ; pemerintah, sekolah,

orang tua dan siswa sendiri dalam memantapkan kesiapan menghadapi UN, sehingga siswa tak perlu merasakan kecemasan yang berlebihan. Pemerintah sudah mengupayakan dengan mengambil jalan keluar bagi siswa yang tidak lulus Ujian Nasional utama dapat mengulang di Ujian Nasional yang ke dua, dinyatakan dalam UU republik Indonesia no 20 Th 2003.

Beberapa Sekolah menambahkan jam belajar reguler bagi mata pelajaran yang di-UN-kan dengan mengambil jam pelajaran praktik, memberikan les tambahan pada sore hari dan hari sabtu, bimbingan tes, kerja sama dengan bimbingan belajar, dan lain-lain. Bahkan, orang tua menambahkan lagi dengan les privat di rumah, dukungan psikologis kepada anak dan materil, sementara siswa menambah jam belajar kelompok dan internet serta tak lupa mereka berdoa kepada YME. Semuanya demi meningkatkan keyakinan dan kepercayaan diri menghadapi Ujian.

SMAN 113 Jakarta Timur yang berada di Jl. Albaido I Monumen Pancasila Sakti, Lubang Buaya merupakan sekolah yang memiliki kompetensi yang baik dalam bidang akademik dan non akademik. Metode pembelajaran yang diajarkan pun cukup bervariasi sehingga membuat siswa dan siswi dapat menyerap materi dengan mudah. Walaupun pihak sekolah sudah mengatasinya dengan mengadakan bimbel di

sekolah, berdoa bersama dan upaya lain yang memungkinkan. Tetapi masih saja membuat para siswa merasa cemas dan khawatir dengan Ujian Nasional. Guru pembimbing di SMAN 113 Jakarta Timur sering sekali menangani siswa kelas XII yang cemas terhadap Ujian Nasional, terlebih lagi bila dikaitkan dengan hasil Ujian Nasional tahun 2010. Dimana kelulusan tahun 2010 dari 400 siswa yang ada di SMAN 113 Jakarta Timur, terdapat 16 siswa dari jurusan IPA yang tidak lulus dan 8 siswa dari jurusan IPS.

Siswa yang tidak lulus tersebut kemudian mengikuti ujian ulang dengan hasil keseluruhan siswa yang tidak lulus tersebut dinyatakan lulus. Karakteristik SMAN di wilayah Jakarta Timur hampir rata-rata tergolong baik dan ada 39 SMAN yang ada di wilayah Jakarta Timur, ini bisa dilihat dari tiga sekolah sudah RSBI (Rintisan Sekolah Berstandar Internasional), dan tiga sekolah pula yang sudah mendapatkan ISO yaitu SMAN 71 Jakarta Timur, SMAN 99 Jakarta Timur, SMAN 42 Jakarta Timur.

Berbicara tentang kelulusan Ujian Nasional, wilayah Jakarta Timur mengalami penurunan presentase kelulusan pada tahun ini dan mendapatkan peringkat kedua diseluruh wilayah DKI Jakarta. Siswa yang lulus pada tahun ini 93,326% dibandingkan dengan presentase kelulusan tahun lalu sebesar 97%, berarti penurunan kelulusan pada tahun ini sebesar 6,674%. Hanya empat

sekolah di Jakarta Timur yang mendapatkan kelulusan sebesar 100%, yaitu SMAN 62 Jakarta Timur, SMAN 48 Jakarta Timur, SMAN 71 Jakarta Timur, dan SMAN 14 Jakarta Timur. Keseluruhan peserta Ujian Nasional tingkat SMAN di Jakarta Timur sebanyak 17660 siswa, dengan rincian 7163 peserta untuk IPA, 10451 peserta untuk IPS, 46 peserta untuk Bahasa.

Maka dari itu penelitian ini penting karena melihat fenomena yang terjadi di atas menunjukkan bahwa dibutuhkan upaya pencegahan sedari awal dengan dengan cara kita mengetahui apa yang menjadi faktor-faktor yang mempengaruhi kecemasan pada diri siswa agar ia dapat menghadapi Ujian Nasional dengan baik dan mendapatkan hasil yang memuaskan. Hal ini penting mengingat kualitas pendidikan di Indonesia yang masih rendah. Maka peneliti tertarik untuk melakukan penelitian survei yang bertujuan untuk mengetahui gambaran apakah faktor-faktor yang menyebabkan kecemasan pada siswa dalam menghadapi Ujian Nasional.

B. Identifikasi Masalah

Berdasarkan uraian latar belakang diatas, maka muncul beberapa masalah yang dapat di identifikasikan sebagai berikut :

1. Seberapa besar kecemasan siswa SMA dalam menghadapi Ujian Nasional
2. Faktor-faktor kecemasan apa sajakah yang menyebabkan

siswa SMA dalam menghadapi Ujian Nasional?

C. Pembatasan Masalah

Berdasarkan identifikasi masalah yang ada, maka penulis membatasi permasalahan tentang faktor-faktor penyebab kecemasan siswa SMAN 113 dalam menghadapi Ujian Nasional di Jakarta Timur.

D. Perumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang, identifikasi dan pembatasan masalah yang dikaji dalam penelitian ini dapat dirumuskan sebagai berikut :
Apa saja faktor-faktor penyebab kecemasan siswa SMAN 113 Jakarta Timur dalam menghadapi Ujian Nasional?

E. Kegunaan Penelitian

Setelah penelitian ini selesai maka akan bermanfaat untuk :

1. Manfaat Teoritis

Penelitian ini diharapkan bermanfaat untuk membantu siswa dalam mengatasi kecemasannya, dengan melihat sisi faktor-faktor kecemasan siswa dalam menghadapi ujian nasional.

2. Manfaat Praktis

a. Pada sekolah

Gambaran mengenai faktor-faktor penyebab kecemasan yang dialami siswa dapat membantu sekolah untuk merancang penanganan bagi siswa

yang mengalami kecemasan.

b. Orangtua

Gambaran tentang factor-faktor kecemasan siswa dalam menghadapi Ujian Nasional, dapat digunakan sebagai dasar orangtua dalam memberikan dukungan psikis yang akan berdampak positif terhadap siswa.

c. Guru BK

Mengetahui penyebab faktor kecemasan siswa saat menghadapi Ujian Nasional, dapat dijadikan dasar pengembangan program BK dalam persiapan siswa untuk menghadapi Ujian Nasional.

d. Mahasiswa

Dapat menjadi wacana yang baik untuk mahasiswa, agar dapat dimanfaatkan sebagai bahan kajian untuk melakukan penelitian selanjutnya.

merupakan kombinasi yang unik dari pikiran-pikiran dan perasaan-perasaan yang tidak menyenangkan diikuti perubahan-perubahan fisiologis yang berhubungan dengan pengaktifan susunan saraf otonom (Spielberger, 1972).

Gerard Corey mengatakan bahwa kecemasan adalah suatu keadaan tegang yang memaksa kita untuk berbuat sesuatu. Kecemasan ini menurutnya berkembang dari konflik antara sistem Id, Ego dan Super Ego. Fungsinya adalah mengingatkan adanya bahaya yang datang (Corey, 1995).

Sama dengan Benjamin B. Wolman (1994) bahwa kecemasan merupakan keadaan yang menegangkan bahwa akan ada yang hal buruk yang akan terjadi. Sedangkan keadaan yang menegangkan menurut Irwin L. Kutaz & Louis B. Schlesinger and Associates (1981) adalah ketakutan, tekanan atau kegelisahan yang berakar dari antisipasi akan bahaya, sumber dari sesuatu hal yang secara luas tidak diketahui atau tidak dikenali. Sama halnya dalam buku Psikologi Abnormal, Kecemasan adalah suatu keadaan aprehensi atau keadaan khawatir yang mengeluhkan bahwa sesuatu yang buruk akan terjadi (Nevid S jeffery, dkk. 2005).

Menurut Elizabet Harlouck (1991) Rasa cemas adalah keadaan mental yang tidak berkenan dengan sakit yang mengancam atau yang dibayangkan serta perasaan yang tidak berdaya karena merasa menemui gejala buntu

BAB II KAJIAN TEORITIK DAN KERANGKA BERPIKIR

A. Hakikat Kecemasan

1. Pengertian Kecemasan

Menurut Spielberger , kecemasan, merupakan suatu keadaan yang relatif namun sekaligus juga pola abadi tingkah laku, yang menggambarkan suatu keadaan emosional yang

dan disertai dengan ketidakmampuan menemukan pemecahan masalah yang dihadapi. Sedangkan Basowitz et al (1995) mendefinisikan kecemasan sebagai "pengalaman sadar dan pelaporan dari intensi takut dan firasat, dikonseptualisasikan sebagai berasal internal dan tidak terkait dengan ancaman dari luar.

Dengan demikian berdasarkan paparan beberapa ahli tentang kecemasan maka penulis menyimpulkan kecemasan adalah suatu keadaan yang bersifat emosional menggambarkan rasa takut, khawatir dan tidak aman yang menimbulkan tekanan rendah atau tinggi karena merasa tidak mampu menemukan pemecahan masalah yang dihadapi saat itu, dengan intensitas yang selalu berubah tiap waktu.

2. Jenis-jenis Kecemasan Dapat Dibagi Menjadi Dua Kategori :

- a. *Anxiety State* (Kecemasan Sesaat)
Kecemasan sesaat (*A-State*) dapat di artikan sebagai emosi sesaat yang tidak tetap atau kondisi dari organism manusia yang bervariasi dalam intensitas dan perubahannya sepanjang waktu. Kondisi seperti ini diartikan secara subjektif, secara sadar di rasakan perasaan tegang dan ketakutan, dan kegiatan susunan saraf otonom. Tingkat *A-State* dapat meningkat dalam keadaan yang di rasa mengancam individu, terlepas dari tujuan yang membahayakan. Intensitas *A-*

State dapat menurun dalam situasi yang tidak menekan, atau dalam keadaan dimana bahaya yang ada di rasa tidak mengancam.

- b. *Anxiety Trait* (Kecemasan Dasar)

Kecemasan dasar (*A-Trait*) menunjukkan secara relatif perbedaan individu dalam kecenderungan kecemasan, untuk membedakanya dalam merasakan dorongan dari situasi yang membahayakan dan mengancam, dan dalam kecenderungan untuk merespon ancaman dengan reaksi *A-State*. *A-Trait* dapat juga di anggap sebagai refleksi pengalaman individu di masa lalau, dan dalam kemungkinan juga keadaan yang dapat dialami individu di masa yang akan datang. Orang-orang yang memiliki kecenderungan *A-trait* yang tinggi merasakan situasi yang sangat mengancam dibandingkan orang-orang yang rendah dalam *A-Trait* dan untuk merespon situasi yang mengancam dengan evaluasi *A-State* dari intensitas yang lebih besar (Spielberger, 1972).

3. Proses Kecemasan

Dalam teori *state-trait* atau kecemasan dasar sesaat, Spielberger menyajikan suatu kerangka untuk mengklasifikasikan variabel-variabel utama yang patut dipertimbangkan dalam suatu penelitian di bidang kecemasan dan kemungkinan-kemungkinan hubungan antar variabel tersebut (Spielberger, 1972). Bagian digambarkan dalam bagan ini, dimana terjadinya kecemasan dapat dilihat dari faktor eksternal

sebagai stressor (penyebab stres).

Faktor internal seperti pikiran, perasaan serta faktor trait. Dari ketiga faktor tersebut diproses dalam *cognitive appraisal* seseorang, yang pada akhirnya dapat menimbulkan *defence mechanism, anxiety state*, dan tidak cemas sama sekali yang akan dimunculkan dalam bentuk perilaku. Di dalam *cognitive appraisal* terdapat persepsi, Banyak ahli memaparkan mengenai pengertian persepsi, diantaranya Bimo Walgito, menjelaskan bahwa persepsi merupakan proses pengorganisasian, penginterpretasian terhadap stimulus yang diterima oleh organisme atau individu sehingga merupakan sesuatu yang berarti dan merupakan aktivitas yang integrated dalam diri individu (Walgito, 2002).

Jalaludin Rakhmat, menjelaskan bahwa persepsi adalah pengalaman tentang objek, peristiwa atau hubungan-hubungan yang diperoleh dengan menyimpulkan informasi dan menafsirkan pesan. Persepsi adalah memberikan makna pada stimuli inderawi (*sensory stimuli*) (Rakhmat, 2002). Secara lebih lengkap Gould mengungkapkan persepsi sebagai:

“Perception is the subsequent selection, organization and interpretation of sensory input. It is the process of obtaining information about both external and internal environment, which results, via integration utilizing memory, in the conscious experience,

recognition and interpretation of object” (Gould, 2003).

Menurut Gould, persepsi adalah proses seleksi, organisasi dan interpretasi dari masukan saraf sensorik. Ini adalah proses mendapatkan informasi dari lingkungan eksternal dan internal yang hasilnya melalui integrasi menyatukan memori, dalam pengalaman sadar, pengenalan dan interpretasi objek (Gould, 2003). Senada dengan pendapat Gould, Kotler, menjelaskan persepsi sebagai proses bagaimana seseorang menyeleksi, mengatur, menginterpretasikan masukan-masukan informasi untuk menciptakan gambaran keseluruhan yang berarti (Kotler, 2002).

Dari definisi persepsi di atas, dapat ditarik kesimpulan bahwa persepsi merupakan suatu proses bagaimana seseorang menyeleksi, mengatur, dan menginterpretasikan masukan-masukan informasi dan pengalaman-pengalaman yang ada baik eksternal maupun internal dan kemudian menafsirkannya untuk menciptakan keseluruhan gambaran yang berarti. Proses pembentukan persepsi merupakan suatu proses yang didahului oleh penginderaan. Penginderaan adalah suatu proses diterimanya stimulus oleh individu dengan alat penerima yaitu alat indera. Pada awalnya, objek menimbulkan stimulus, dan stimulus mengenai alat indera atau reseptor. Dalam proses persepsi perlu adanya perhatian sebagai langkah

persiapan dalam persepsi itu. Individu dikenai berbagai macam stimulus yang ditimbulkan oleh keadaan sekitarnya.

Stimulus mana yang akan dipersepsi atau mendapatkan respons dari individu tergantung pada perhatian individu yang bersangkutan.

Disinilah berperannya proses seleksi dimana hanya stimulus tertentu yang akan diteruskan ke otak. Agar stimulus dapat dipersepsi, maka stimulus harus cukup kuat. Stimulus harus melampaui ambang stimulus, yaitu kekuatan stimulus yang minimal tapi dapat menimbulkan kesadaran sehingga dapat dipersepsi oleh individu.

Kejelasan stimulus akan berpengaruh dalam ketepatan persepsi. Bila stimulus berwujud benda-benda yang bukan manusia, maka ketepatan persepsi terletak pada individu yang mengadakan persepsi. Karena benda-benda yang dipersepsi tersebut tidak ada usaha untuk mempengaruhi yang mempersepsi. Proses stimulus mengenai alat indera merupakan proses kealaman atau proses fisik. Stimulus yang telah terdeteksi tersebut diteruskan oleh syaraf ke otak sebagai pusat susunan syaraf. Proses ini disebut proses fisiologis (Walgito, 2002).

Kemudian terjadilah proses di otak sebagai pusat kesadaran sehingga individu menyadari apa yang dilihat, atau apa yang didengar, atau apa yang diraba. Proses yang terjadi dalam otak inilah yang disebut sebagai proses psikologis. Stimulus yang telah terdeteksi ini

akan mengalami proses pengorganisasian. Pada proses ini kita menggunakan fungsi kognitif yang disebut skema.

Skema (*schema*), yakni kerangka mental yang berpusat pada tema-tema spesifik yang dapat membantu kita mengorganisasi informasi sosial (Baron, 2004). Skema ini akan mempengaruhi kita dalam proses pengorganisasian stimulus yang diterima indera. Skema ini didasarkan pada pengalaman masa lalu kita (skema merefleksikan pengetahuan yang di dapat dari pengalaman kita di dunia sosial).

Akyas Azhari menguraikan proses pengorganisasian dalam persepsi meliputi:

- a. Konstansi, maksudnya adalah bahwa benda yang dipandang dari sudut yang berbeda, jarak yang berbeda dan penerangan yang berbeda, akan tetapi dipersepsikan sebagai mempunyai bentuk, warna, dan ukuran yang sama.
- b. Wujud latar, yakni objek-objek yang kita amati di sekitar kita akan selalu muncul dengan wujud (*figure*) sedangkan hal-hal lainnya hanya sebagai latar.
- c. Pengelompokan, hal-hal tertentu cenderung kita kelompok-kelompokan dalam persepsi kita. Bagaimana kita mengelompokan akan dapat menentukan bagaimana hal-hal tersebut, terutama antara lain berkenaan dengan hal-hal sebagai berikut:

1. Kesamaan (*similarity*), berkenaan dengan unsur penglihatan mengenai warna, bentuk, permukaan yang sama akan dilihat sebagai suatu kelompok.
1. Kedekatan (*proximity*), unsur penglihatan yang saling berdekatan satu sama lain cenderung dilihat secara kelompok.
2. Simetri (*simetry*), berkenaan dengan unsur penglihatan yang membentuk hal yang teratur, sederhana dan seimbang, cenderung akan dilihat dalam pengelompokan.
3. Kontinuitas, berkenaan unsur penglihatan yang berisi garis lengkung dan gerak yang bersambung cenderung akan dilihat dalam pengelompokan.
4. *Closure object*, berkenaan dengan objek yang terlihat belum lengkap, maka kita cenderung untuk mengisi kekurangannya sehingga menjadi lengkap.

Informasi yang telah terorganisasi bersama faktor-faktor internal individu akan melalui proses interpretasi yang merupakan proses akhir dalam pembentukan persepsi. Interpretasi berlangsung ketika yang bersangkutan memberi tafsiran atau makna terhadap informasi tersebut secara menyeluruh.

Para psikolog Gestalt menyatakan bahwa setiap bagian dari dunia di sekitar kita diinterpretasikan dan dipahami hanya dalam relasinya dengan

bagian-bagian atau stimuli lain. Robert A. Baron dan Donn Byrne, Interpretasi dipengaruhi berbagai faktor, seperti pengalaman masa lalu, sistem nilai yang dianut, motivasi, kepribadian dan kecerdasan (Baron, 2004). Interpretasi juga bergantung pada kemampuan seseorang untuk mengadakan pengkategorian informasi yang diterima, yaitu proses mereduksi informasi yang kompleks menjadi sederhana (Sobur, 2003).

Interpretasi adalah hasil penafsiran dari pengorganisasian yang merupakan proses penyatuan antara stimulus yang diterima indera dengan melibatkan faktor-faktor internal seperti pengalaman masa lalu, sistem nilai yang dianut, kecerdasan, wawasan, serta harapan individu yang bersangkutan menjadi sebuah informasi yang lebih sederhana namun bermakna. Maka dari itu Individu merasakan cemas ketika ada ancaman dari luar (eksternal) berupa stressor, dan dari dalam diri yaitu (internal) setelah terbentuknya persepsi.

State anxiety (kecemasan sesaat) memiliki intensitas yang bervariasi (Spielberger, 1979). Pada tingkat rendah sampai menengah, dapat digambarkan melalui keadaan *nervous*, tegang dan ketakutan pada apa yang akan terjadi. Dari tingkat sedang sampai tinggi direfleksikan dalam keadaan gelisah, sukar bernafas, gemetar, telapak tangan berkeringat, otot menjadi tegang. Sedangkan pada tingkat yang tinggi dapat

digambarkan melalui upaya mengatasi rasa takut dan kadang disertai tingkah laku panik. Pada penurunan keadaan cemas, dapat ditandai melalui penurunan detak jantung, tekanan darah kecepatan bernafas dan tegangan otot. Penurunan *anxiety state* dapat dilakukan melalui tiga cara, yaitu: (1) Menghindari sumber bahaya, (2) Menghadapi sumber bahaya dan (3) memodifikasi situasi bahaya/mengancam melalui pertahanan diri (*defense mechanism*) (Spielberger, 1979).

Anxiety trait, orang dengan kecemasan trait yang tinggi (*A-trait*) cenderung melihat suatu keadaan lebih berbahaya daripada orang-orang dengan kecemasan trait yang rendah, dan persepsi mereka akan sebuah ancaman lebih sering terjadi dalam kecemasan state (*A-state*). Orang yang memiliki *A-trait* tinggi cenderung melihat situasi sebagai ancaman, sehingga mereka sangat rentan terhadap stres. Individu yg memiliki *A-trait* tinggi juga lebih mungkin mengalami kecemasan neurotik yang muncul ketika seseorang merasa tertekan atau ingatan masa lalu dari situasi berbahaya akan endapan reaksi *A-state* (Spielberger, 1979).
Spielberger, mengatakan pada umumnya orang yang mempunyai kecemasan *A-trait* tinggi lebih rawan tersingkir oleh orang lain karena mereka mempunyai perasaan rendah diri dan kurang percaya diri dalam diri mereka.

4. Faktor-faktor Kecemasan Dalam Menghadapi Ujian Nasional

Kecemasan siswa terhadap ujian nasional di sebabkan oleh adanya penilaian subjektif seseorang terhadap suatu objek yang mengancam (Stimuli) dan *A-Trait*. Di dalam penilaian subjektif seseorang terdapat persepsi yang merupakan suatu proses kognitif yang di pengaruhi oleh pengalaman, pengetahuan individu (Mar'at, 1991). Di dalam persepsi terdapat seleksi, organisasi, dan interpretasi yang akan mempengaruhi penilaian subjektif seseorang terhadap objek (Ujian Nasional).

Bangkitnya kecemasan dapat dilihat melalui proses atau urutan peristiwa yang saling berkesinambungan, proses ini diawali dengan adanya rangsangan yang bersifat eksternal dan internal yang dipersepsi merupakan suatu proses kognitif, yang mempengaruhi penilaian subyektif seseorang terhadap stimuli (rangsangan) dinilai secara kognitif oleh individu (*appraisal stimuli*) sebagai bahaya yang mengancam.

Menurut Spielberger terdapat dua faktor yang mempengaruhi kecemasan yaitu faktor eksternal yang meliputi stressor dan faktor internal meliputi, pikiran, perasaan dan kecenderungan kepribadian (*A-Trait*). Persepsi dalam hal ini adalah pemahaman terdapat faktor eksternal (UN). Dalam hal ini persepsi adalah penilaian terhadap faktor eksternal dan internal

a. Persepsi terhadap ujian nasional

Pada saat individu menilai suatu stimulus sebagai potensi yang mengancam, maka individu akan melihat situasi tersebut sebagai situasi yang berbahaya. Proses individu menilai secara kognitif inilah yang disebut persepsi. Dimana persepsi adalah proses seleksi, organisasi, dan penginterpretasian terhadap stimulus yang ada (Gould, 2003). Persepsi merupakan proses integral yang melibatkan keseluruhan aspek dalam individu yang meliputi pikiran, perasaan, pengalaman masa lalu, dll (Walgito, 2002). Persepsi dapat diartikan sebagai proses kognitif untuk memberikan makna terhadap objek yang dipersepsikan yang dipengaruhi oleh bagaimana individu tersebut berfikir dan merasa.

Dari penjelasan di atas, dapat diketahui bahwa peran stimulus sangat penting dalam pembentukan persepsi. Stimulus dalam penelitian ini merupakan faktor eksternal. Ketika individu mempersepsikan UN sebagai potensi yang mengancam maka UN dapat dianggap sebagai *stressor*. *Stressor* merupakan sumber ancaman dari lingkungan eksternal yang pada akhirnya mempengaruhi persepsi seseorang (Spielberger, 1979). Persepsi terhadap *stressor* akan berbeda pada setiap individu, individu yang menganggap *stressor* sebagai ancaman akan mudah menjadi cemas, sebaliknya individu yang menganggap *stressor* bukan

sebagai ancaman maka individu tersebut tidak akan merasa cemas. Sumber stres dalam pembahasan penelitian ini adalah Ujian Nasional. Kebanyakan siswa mempersepsikan Ujian sebagai ancaman/sumber bahaya. Hal ini disebabkan karena Ujian Nasional dijadikan sebagai satu-satunya patokan untuk lulus dan untuk melanjutkan pendidikan ke jenjang yang lebih tinggi (Spielberger, 1979). Kebijakan Pemerintah mengenai standar nilai kelulusan yang selalu meningkat setiap tahunnya yang tahun ini mencapai 5,50 untuk 4 mata pelajaran (Matematika, Bahasa Indonesia, Bahasa Inggris dan IPA/IPS) menambah ketegangan siswa karena terlalu khawatir tidak dapat melampaui standar kelulusan yang telah ditentukan oleh pemerintah. Selain itu mekanisme penanganan kegagalan UN seperti adanya ujian ulang atau program kesetaraan paket C, yang diberlakukan pemerintah untuk memberikan kesempatan kepada siswa untuk dapat lulus dari jenjang pendidikan SMA, hal ini bukan berarti dapat menyelesaikan masalah kecemasan, siswa yang dinyatakan sudah tidak lulus pasti akan mengalami trauma atau pengalaman buruk terhadap kegagalan.

Mekanisme tes dapat pula memicu timbulnya kecemasan, diantaranya adalah *tekanan waktu* pengerjaan soal membuat siswa mudah panik sehingga siswa gagal mengingat hal – hal yang

mereka sudah kuasai, tingkat kesulitan soal yang sangat tinggi, dan instruksi tes yang terlalu panjang dan sulit dipahami juga membawa kecemasan tersendiri bagi para siswa (Diana, 2006).

Stressor lain yang dapat menyebabkan siswa menjadi cemas dalam menghadapi Ujian Nasional adalah sikap orang tua dan guru yang menuntut anak mendapatkan nilai yang terbaik, pengharapan orang tua yang tinggi terhadap nilai ujian anaknya membuat anak tersebut cemas sehingga Anak yang cemas cenderung merasa tertekan dan khawatir bila tidak dapat mengerjakan dengan ujian dengan baik (Schaefer, 1981).

Dari penjelasan diatas dapat disimpulkan bahwa persepsi terhadap ujian nasional dapat mencakup persepsi terhadap waktu tes, prosedur pengisian tes, pengaturan tempat duduk, pengawasan, kesulitan tes, standar kelulusan yang semakin meningkat, dan mekanisme penanganan ketidaklulusan seperti adanya ujian ulang atau program paket C. Selain itu, tuntutan orang tua juga dapat menjadi stimulus yang membentuk persepsi, orang tua lebih menuntut anaknya untuk dapat lulus dengan nilai yang memuaskan .

Selain itu, ujian nasional yang dipersepsikan sebagai ancaman oleh individu dipengaruhi juga oleh faktor internal dalam diri individu. Bagaimana individu berfikir dan merasa akan mempengaruhi persepsinya terhadap stimulus/ faktor eksternal. Faktor internal

merupakan faktor dalam diri individu yang bekerja untuk mengantisipasi situasi yang merugikan. Rangsangan internal yang dapat mempengaruhi pembentukan persepsi meliputi pikiran , perasaan, kebutuhan biologi ketika pikiran dan perasaan memaknai stimulus sebagai bahaya yang mengancam maka individu tersebut akan mudah menjadi cemas .

Pikiran yang menjadi faktor internal penyebab kecemasan adalah Pemikiran-pemikiran yang berkaitan dengan bahaya yang mengancam. Pikiran akan mempengaruhi bagaimana individu mempresepsikan sumber ancaman. Pemikiran merupakan memori yang distimulasikan oleh sebuah situasi dan kemampuan seseorang meniru keahlian dan pengalaman masa lampau dengan situasi yang sama dapat memberikan dampak yang lebih terhadap penilaian seseorang (Spielberger, 1979). Lebih lanjut, Spielberger , *et.al* menjelaskan bahwa pikiran negatif pada penyebab orang cemas dapat berupa pikiran negatif tentang diri dan lingkungannya (Gufron, 2010).

Pemikiran ketika seseorang cemas juga berorientasi pada masa depan dan sering kali memprediksikan malapetaka atau memprediksikan hal-hal yang buruk. Pemikiran tentang kecemasan juga sering meliputi menganggap diri tidak mempunyai kemampuan untuk mengatasi masalah, sering berpikir hal-hal yang buruk, dan

memikirkan bahaya secara berlebihan (Greenberger, 2008).

Faktor internal dalam kaitannya dengan ujian nasional menurut Mandler dan Sarason terdiri dari dua komponen yaitu *worry and emosionalitas*. *worry* merupakan pikiran yang berkaitan dengan pemikiran siswa tentang konsekuensi akan kegagalan lulus Ujian Nasional (Spielberger, 1979). Dari penjelasan ini, dapat dikaitkan bahwa siswa yang memiliki kecemasan akan memprediksikan hal-hal yang buruk bila nanti dia gagal dalam UN. Pemikiran negatif terhadap diri sendiri juga dapat menyebabkan kecemasan seperti ketidakpercayaan akan kemampuan diri yaitu ketidakpercayaan siswa untuk mengerjakan soal UN (Greenberger, 2008). Selain itu, pemikiran lain yang dapat mempengaruhi kecemasan siswa adalah pemikiran mengenai kemungkinan akan gagal yang disebabkan oleh kinerja siswa yang buruk. Contohnya, siswa yang sering mendapat nilai ulangan rendah dan peringkat rendah di kelas akan lebih cemas dalam menghadapi UN (Woolfolk, 1998).

Perasaan dapat menjadi faktor internal karena ketika seseorang mempersepsikan stimulus sebagai bahaya yang mengancam, secara tidak langsung orang tersebut akan membawa serta perasaannya. Perasaan tersebut merupakan emosi yang tidak menyenangkan akibat adanya sumber bahaya, yang disertai dengan perasaan tegang,

ketakutan, gelisah, khawatir (Spielberger, 1979).

Mandler dan Sarason menggambarkan perasaan sebagai bentuk dari *Emosionalitas* yaitu merupakan perasaan tidak menyenangkan akibat datangnya Ujian Nasional (Spielberger, 1979). Siswa yang memiliki kecemasan tinggi juga akan selalu memiliki perasaan tegang/nervous, biasanya perasaan tersebut ditunjukkan dengan kata-kata "saya tegang", (Woolfolk, 1998) perasaan lain yang dapat menyebabkan kecemasan pada siswa adalah Perasaan negatif terhadap kemungkinan kegagalan serta konsekuensinya seperti, tidak adanya harapan mendapat sesuatu sesuai yang diharapkan, menyerah terhadap situasi yang ada, dan merasa khawatir berlebihan tentang kemungkinan apa yang dilakukan (Gufon, 2010)

Selain pikiran dan perasaan Spielberger juga menyebutkan bahwa kebutuhan biologis juga dapat menyebabkan kecemasan pada individu. Kebutuhan biologi berkaitan dengan manusia yang pada dasarnya selalu ingin keadaan tubuhnya homeostatis. Homeostatis adalah kemampuan seseorang untuk menjaga lingkungan internal tetap konstan. Homeostatis berkaitan dengan fungsi Vital dari tubuh seperti pernapasan, sirkulasi darah dan temperatur tubuh. Psikolog Walter B Canon menjelaskan meneliti hubungan antara mekanisme homeostatis dengan reaksi terhadap *stressor*. Dia mencatat perubahan kelenjar adrenalin,

sistem saraf simpatik dengan sampel manusia dan hewan untuk memverifikasi sumber stres. Dia menghubungkan perubahan didalam proses biologi internal untuk mengaktifkan mekanisme homeostatis. Canon percaya bahwa fungsi penting dari homeostatis adalah untuk menetralkan atau meniadakan efek-efek yang mengganggu dari rangsangan bahaya, sehingga keseimbangan lingkungan internal dapat tercipta kembali (Spielberger, 1979).

Perubahan tubuh yang terjadi ketika "*Hypothalamus Pitruari Adrenal axis*" diaktifkan oleh sumber stress membuat hewan atau seseorang siap untuk merespon "*fight or flight*". Jantung meningkatkan aktifitasnya, menyediakan lebih banyak darah untuk otak dan otot, pembuluh darah menutup untuk menutup luka di kulit yang menyebabkan pendarahan berkurang; pernapasan lebih cepat dan lebih dalam, menyediakan lebih banyak oksigen, air liur dan kelenjar tubuh mengering meningkatkan volume udara yang melewati paru-paru dan peningkatan pernapasan yang mendinginkan tubuh (Spielberger, 1979).

Kebutuhan biologi sangat berkaitan dengan bagaimana sistem saraf secara otomatis menerima stimulus eksternal yang membahayakan, manusia yang membutuhkan keadaan konstan dalam tubuhnya, akan secara otomatis merubah keadaan biologi dalam tubuhnya agar seimbang kembali. Faktor kebutuhan biologis menjadi sulit untuk

diukur karena berkaitan dengan pengaktifan syaraf-syaraf dan kelenjar-kelenjar dalam tubuh pada saat tubuh menerima bahaya. Hal ini sangat bersifat klinis dan tidak menjadi ranah penelitian sosial khususnya penelitian bimbingan dan konseling. Untuk itu faktor kebutuhan biologis tidak peneliti pergunakan dalam kisi-kisi instrumen pada penelitian ini.

Persepsi terhadap ujian nasional dapat diartikan sebagai pengintepretasikan atau pemaknaan terhadap stimulus dalam hal ini stimulus yang dimaksud adalah ujian nasional. Obyek stimulus yang dipersepsikan dala hal ini mencakup mekanisme tes meliputi waktu tes, prosedur pengisian tes, pengaturan tempat duduk, pengawasan dan kesulitan tes dan kebijakan pemerintah mengenai standar kelulusan dan mekanisme ketidaklulusan. Ketika stimulus tersebut diolah didalam otak, kemudian diintepretasikan sebagai bahaya yang mengancam maka timbulah kecemasan. Proses pembentukan persepsi terhadap ujian nasional sebagai bahaya yang mengancam dipengaruhi juga dengan pemikiran dan perasaan individu. Pemikiran tersebut mencakup pemikiran mengenai konsekuensi kegagalan, pemikiran ketidakyakinan akan kemampuan diri, pemikiran akan kemungkinan gagal. Sedangkan perasaan dapat mencakup perasaan mudah menyerah dan khawatir, khawatir tidak dapat mencapai standar nilai yang tinggi atau khawatir jika soal-soal yang

keluar sulit bahkan khawatir jika tidak lulus akan di cap jelek oleh keluarga, teman atau lingkungan sekitar.

b. Kecenderungan individu (A-trait)

A-Trait dapat dianggap sebagai refleksi perbedaan individu dalam frekuensi dan intensitas dimana *A-State* telah ditunjukkan diwaktu yang lalu, dan dalam kemungkinan seperti keadaan yang dapat dialami di masa yang akan datang. Orang-orang yang tinggi dalam *A-Trait*-nya cenderung merasakan lebih banyak situasi yang membahayakan atau mengancam dibandingkan orang-orang yang rendah dalam *A-Trait* dan untuk merespon situasi yang mengancam dengan evaluasi *A-State* dari intensitas yang lebih besar (Spielberger, 1979).

A-Trait adalah disposisi untuk menjadi cemas dalam menghadapi berbagai macam situasi (gambaran kepribadian). *A-Trait* bersifat bawaan dan berhubungan dengan ciri-ciri kepribadian individu dalam menghadapi cemas. Atkinson dalam buku spielberger menjelaskan bahwa ketakutan akan kegagalan merupakan karakteristik terbesar pada orang yang memiliki *A-Trait* (Spielberger, 1972). Ciri kepribadian lain dari *A-Trait* juga diungkapkan oleh Levit dalam buku spielberger yang menjelaskan bahwa umumnya orang yang tinggi dalam *A-Trait* lebih rawan dievaluasi oleh orang lain karena mereka memiliki penghargaan diri yang rendah dan juga kurang percaya diri (Spielberger, 1972).

Senada dengan Spielberger, Pintrich dan Schunk menjelaskan bahwa kecemasan yang tinggi terhadap ujian akan menyebabkan siswa kehilangan kepercayaan diri (Salvin, 2009).

Selain itu, Mandler dan Sarason juga menjelaskan bahwa siswa yang memiliki kecemasan tes yang tinggi cenderung untuk menunjukkan unjuk kerja/performa yang buruk sehingga siswa sulit untuk menyelesaikan tugas, terutama tugas yang memiliki resiko kegagalan seperti, ujian nasional. Performa yang buruk dapat terlihat pada orang yang tinggi dalam *A-Trait* dikarenakan siswa tersebut memiliki perasaan dan pemikiran negatif tentang dirinya (Spielberger, 1979).

A-Trait merupakan kecenderungan individu untuk merasakan cemas di berbagai situasi. Dari paparan di atas, karakteristik *A-Trait* dapat digambarkan dengan individu yang selalu merasa terancam, kurang percaya diri, penghargaan diri rendah dan unjuk kerja rendah.

Dalam penelitian ini, peneliti juga menyadur instrument dari Spielberger mengenai *A-Trait*, yang di dalamnya terdapat beberapa perasaan yang menggambarkan karakteristik *A-Trait*, seperti tenang, aman, tegang, tertekan, tentram, kesal, tidak beruntung, puas, takut, nyaman, percaya diri, gugup, gelisah, tidak dapat memutuskan sesuatu, santai, tercukupi, khawatir, bingung, mantap, dan senang (Spielberegr, 1983).

B. Ujian Nasional

1. Pengertian Ujian Nasional

Ujian Nasional biasa disingkat UN adalah sistem evaluasi standar pendidikan dasar dan menengah secara nasional dan persamaan mutu tingkat pendidikan antar daerah yang dilakukan oleh Pusat Penilaian Pendidikan. Menurut Keputusan Menteri Pendidikan Nasional No. 153/U/2003 tentang Ujian Nasional Tahun Pelajaran 2003/2004 disebutkan bahwa tujuan Ujian Nasional (UN) adalah untuk mengukur pencapaian hasil belajar peserta didik melalui pemberian tes pada siswa sekolah lanjutan tingkat pertama dan sekolah lanjutan tingkat atas.

Menurut Peraturan Menteri Pendidikan Nasional nomor 75 (2009; pasal 1), Ujian nasional yang selanjutnya disebut UN adalah kegiatan pengukuran dan penilaian kompetensi peserta didik secara nasional pada jenjang pendidikan dasar dan menengah (Permendiknas, 2009). Peraturan Mendiknas No. 39 Th 2007 pasal 2 mengatakan tentang Ujian Nasional adalah mendorong tercapainya target wajib belajar pendidikan dasar yang bermutu (Permen, 2009).

Pada pelaksanaan Ujian Nasional tahun ajaran 2009/2010 akan dilaksanakan dua kali ujian, yaitu ujian utama dan ujian susulan. Ujian Susulan ialah Ujian Nasional yang diselenggarakan bagi peserta didik yang tidak dapat

mengikuti Ujian Nasional Utama karena alasan tertentu disertai bukti yang sah. (PerMen.No.75.2009.psl 1). Sistem evaluasi standar pendidikan seperti UN yang dilakukan oleh pusat penilaian pendidikan, bertujuan untuk mengukur sejauh mana tingkat pencapaian hasil belajar siswa dengan cara pemberian tes. Pemberian tes tersebut diperuntukan oleh siswa sekolah lanjutan tingkat pertama dan siswa sekolah lanjutan tingkat atas. Pelaksanaan UN dilaksanakan dua kali. Ujian utama dan ujian susulan untuk siswa yang tidak lulus.

Ujian Nasional sebagai dasar dari penilaian kompetensi pendidikan juga bertujuan untuk :

- a. Mengukur Pencapaian hasil belajar peserta didik.
- b. Mengukur mutu pendidikan tingkat sekolah kota, propinsi, dan nasional.
- c. Untuk memperoleh informasi tentang mutu hasil pendidikan.
- d. Mendorong tercapainya tujuan kurikulum yang disempurnakan (KBK).
- e. Sebagai alat pengendali mutu pendidikan.
- f. Mendorong peningkatan mutu pendidikan.
- g. Sebagai dasar dalam menentukan kelulusan peserta didik.
- h. Untuk dasar meningkatkan mutu pembelajaran bagi tahun yang akan datang.
- i. Sebagai persyaratan dalam melanjutkan pendidikan ke jenjang pendidikan yang lebih tinggi.

- j. Untuk mengukur keberhasilan program belajar peserta didik

Dalam Ujian Nasional tidak seluruh mata pelajaran yang akan di ujikan. Hanya pada mata pelajaran tertentu yaitu pelajaran ilmu pengetahuan dan teknologi seperti (Permendiknas No 75 2009):

a. SMA

- 1) Program IPA : Bahasa Indonesia, Bahasa Inggris, Matematika, Fisika, Biologi, dan Kimia.
- 2) Program IPS : Bahasa Indonesia, Bahasa Inggris, Matematika, Geografi, Sosiologi, dan Ekonomi.
- 3) Program Bahasa : Bahasa Indonesia, Bahasa Inggris, Matematika, Bahasa Asing yang diambil, Sejarah Budaya/ Antropologi, dan Sastra Indonesia.

b. SMK

Bahasa Indonesia, Bahasa Inggris, Matematika, dan Teori Kejuruan.

c. MA

Bahasa Indonesia, Bahasa Inggris, Matematika, Tafsir, Hadist, dan Fikih.

2. Standar Nilai Ujian Nasional

Penentuan standar yang terus meningkat diharapkan akan mendorong peningkatan mutu pendidikan. Penentuan standar pendidikan yang dimaksud adalah penentuan nilai batas (*cut off score*). Seseorang dikatakan sudah lulus bila telah melewati nilai

batas tersebut berupa nilai batas antara peserta didik yang sudah menguasai kompetensi tertentu dengan peserta didik yang belum menguasai kompetensi tertentu. Bila itu terjadi pada ujian nasional atau sekolah maka nilai batas berfungsi untuk memisahkan antara peserta didik yang lulus dan tidak lulus disebut batas kelulusan, kegiatan penentuan batas kelulusan disebut standard setting (Kepmendiknas, 2008).

Adapun kriteria kelulusan peserta Ujian Nasional adalah jika Peserta Ujian Nasional memenuhi standar kelulusan Ujian Nasional sebagai berikut: memiliki nilai rata-rata minimal 5,50 untuk seluruh mata pelajaran yang diujikan, dengan nilai minimal 4,00 untuk paling banyak dua mata pelajaran dan minimal 4,25 untuk mata pelajaran lain (Kepmendiknas, 2008). Batasan nilai kelulusan UN dari tahun ke tahun (UU No 20 Th 2003):

- a. Tahun Pelajaran 2005/2006 = 4,26.
- b. Tahun Pelajaran 2006/2007 = 5,00.
- c. Tahun Pelajaran 2007/2008 = 5,25.
- d. Tahun Pelajaran 2008/2009 = 5,25.
- e. Tahun Pelajaran 2009/2010 = 5,50.

Melihat standar kelulusan selama lima tahun diatas, membuktikan bahwa setiap tahun pemerintah menaikkan standar nilai Ujian Nasional. Kenaikan tersebut bertujuan untuk meningkatkan mutu pendidikan yang sudah ada.

3. Mekanisme Program Standar Kelulusan

Pemerintah menetapkan kebijakan pada siswa yang tidak lulus Ujian Nasional untuk mengikuti Ujian Ulang dan Paket C. Peserta Ujian Nasional yang tidak lulus Ujian Nasional utama termasuk susulannya pada tahun pelajaran 2009/2010 dapat mengikuti Ujian Nasional ulangan pada seluruh atau sebagian mata pelajaran dengan nilai dibawah 5,50 yang dipilih. Nilai yang digunakan adalah nilai tertinggi. Jika pada ujian ulang utama siswa tetap tidak lulus maka siswa dapat mengikuti ujian pada tahun berikutnya dengan syarat :

- a. Harus mendaftar pada sekolah/madrasah asal atau sekolah/ madrasah penyelenggara UN.
- b. Menempuh seluruh mata pelajaran yang diujikan atau hanya mata pelajaran yang nilainya belum memenuhi syarat kelulusan sesuai dengan Permendiknas Nomor 75 Tahun 2009.

Siswa juga dapat mengikuti program kejar paket C yang diselenggarakan oleh pemerintah untuk mendapat ijazah yang setara dengan Sekolah Menengah Atas (SMA) sesuai dengan peraturan pemerintah nomer 76 tahun 2009 tentang ujian nasional program paket C (Permen, 2009).

C. Siswa

Siswa adalah setiap orang yang menerima pengaruh dari

seseorang atau sekelompok orang yang menjalankan pendidikan. Siswa juga merupakan unsur penting dalam kegiatan interaksi edukatif karena sebagai pokok persoalan dalam semua aktifitas pembelajaran (Djamarah, 2000). Siswa yang dimaksud disini adalah remaja yang mempunyai rentangan usia 15-18 tahun, dimana siswa pada saat itu mengenyam pendidikan Sekolah Menengah Atas (Hurlock, 1991).

Menurut Papalia periode remaja adalah periode yang sudah mulai menggantungkan pengalaman yang diperoleh sebelumnya dengan tantangan saat ini dan memikirkan keadaan di masa datang (Hurlock, 1991). Santrock mengatakan masa remaja disebut juga masa pemantapan identitas diri atau masa-masa *storm* dan *stress* atau masa *up* dan *down* (Hurlock, 1991). Remaja juga mempunyai reputasi berani mengambil resiko paling tinggi dibandingkan periode lainnya. Pada masa remaja juga dapat terjadi ketidakstabilan perasaan dan emosi. Mengingat usia siswa dan siswi ini termasuk kedalam usia remaja dimana remaja atau adolesen adalah usia yang menakutkan atau mengkhawatirkan. Bila periode ini remaja tidak memiliki kemantapan dalam dirinya maka akan menimbulkan kecemasan di dalam dirinya.

Pada periode masa remaja perempuan dan laki-laki memiliki kondisi khusus yang berbeda, baik dari segi fisik, biologis maupun dari segi psikologisnya. Hal ini dapat menjadikan tingkat kecemasan yang berbeda. Bila berkaitan dengan prospek masa depan kaum

laki-laki biasanya lebih agresif sedangkan perempuan cenderung menerima apa adanya. Berkaitan dengan kecemasan pada remaja laki-laki dan perempuan, Myers, mengatakan bahwa perempuan lebih cemas akan ketidakmampuannya dibanding dengan laki-laki.

D. Penelitian yang Relevan

Menurut penelitian yang dilakukan oleh Johnson, populasi kecemasan terhadap tes diantara murid-murid SD berkisar antara 10 %- 30 % dan 15 % untuk kasus kecemasan terhadap tes yang sangat tinggi. Beidel dkk (1994) menambahkan bahwa murid yang mempunyai kecemasan terhadap tes juga terkena stres psikologi, termasuk general anxiety yang tinggi dan semakin kurangnya kepercayaan diri terhadap kemampuan kognitifnya.

Kalau tidak diperhatikan 60 % dari murid yang terkena kecemasan terhadap tes berpotensi untuk menderita *anxiety* (King dkk, 1991). Oleh karena itu, kecemasan terhadap tes tidak hanya mempunyai hubungan yang kuat dengan tingkat prestasi, tetapi juga berhubungan dengan aspek kehidupan lainnya.

Fakta penelitian oleh Spielberger (1986) dalam Salvin 2009 : 311 menemukan bahwa siswa yang mengalami kegagalan akademik dengan akibat dikeluarkan dari sekolah dikarenakan lebih dari 20 % merasa cemas, hanya 6 % siswa yang tidak merasa cemas. Berdasarkan penelitian yang dilakukan oleh Oniex Diah Amarta tahun 2007 yang berjudul Studi Deskriptif tentang tingkat kecemasan dan Gaya Belajar siswa SMU kelas III dalam

menghadapi Ujian Nasional. Diperoleh dari analisis data dideskripsikan bahwa terdapat perbedaan tipis antara yang cenderung memiliki tingkat kecemasan tinggi sebanyak 27 siswa (47,37) dalam menghadapi Ujian Nasional.

E. Kerangka Berpikir

Menghadapi Ujian Nasional (UN) merupakan saat yang merisaukan banyak pihak. Pada saat itu, hasil belajar siswa selama 3 tahun ditentukan kelulusannya. Dengan menggunakan instrumen soal yang mengukur penguasaan konsep, siswa harus mencapai nilai minimal pada setiap mata pelajaran untuk memastikan lulus dengan aman. Ujian Nasional boleh dikatakan sebagai saat yang paling menegangkan bukan saja bagi siswa, tetapi juga bagi Guru, sekolah dan orang tua. Sesungguhnya Ujian Nasional bukan saja ujian bagi kemampuan penguasaan materi pelajaran bagi siswa, tetapi bagi Guru juga merupakan ujian bagi proses pembelajaran yang diciptakan bagi siswa.

Bagi sekolah, Ujian Nasional merupakan ujian bagi kebijakan, strategi dan pendekatan yang diterapkan dalam pembinaan siswa. Ujian Nasional dipandang berat oleh siswa, karna nilai standar Ujian Nasional yang tinggi mencapai nilai rata-rata 5,50 untuk seluruh mata pelajaran yang diujikan. Dengan nilai 4,00 untuk paling banyak dua mata pelajaran dan minimal 4,25 untuk mata pelajaran lainnya dan jika siswa tidak dapat mencapai nilai standar tersebut akan membuat siswa tidak lulus (Kepmen, 2008). Prediksi akan kegagalan dapat membuat para siswa mengalami kecemasan

dan Ujian Nasionalpun menjadi stresor bagi siswa.

Siswa memandang secara subjektif terhadap Ujian Nasional (*stressor*) yang merupakan faktor eksternal, dimana siswa mempersepsikan ujian nasional sebagai keadaan bahaya yang mengancam dikarenakan adanya kenaikan standar nilai Ujian Nasional setiap tahun. Bagaimana siswa memaknai Ujian Nasional akan dipengaruhi oleh faktor internal yaitu; pikiran, perasaan, dan kebutuhan biologi. Ketika pikiran dan perasaan memaknai/mengartikan stimulus Ujian Nasional (*stressor*) sebagai potensi yang bisa membahayakan atau mengancam dirinya maka akan muncul kecemasan sesaat yang menimbulkan reaksi seperti gugup, berkeringat, jantung berdegup kencang.

Faktor lain yang dapat mempengaruhi pemahaman penilaian terhadap Ujian Nasional adalah kecenderungan *A-trait* dimana siswa yang mempunyai *A-trait* yang tinggi rentan mengalami stres saat Ujian Nasional. Kemungkinan siswa juga mengalami kecemasan neurotik (Spielberger, 1979). Ini dibuktikan dalam penelitian yang dilakukan oleh Johnson (1979) kasus kecemasan terhadap stres sebesar 15% dari rentangan 10-30%, Beidel menambahkan bahwa murid yang mempunyai kecemasan terhadap tes juga terkena stres psikologi, termasuk general anxiety yang tinggi dan semakin kurangnya kepercayaan diri terhadap kemampuan kognitifnya. Kalau tidak diperhatikan 60 % dari murid yang terkena kecemasan terhadap tes berpotensi untuk menderita *anxiety*.

Kecemasan yang tidak dapat ditanggulangi dengan tindakan-tindakan efektif akan memunculkan egonya. Apabila ego tidak dapat menanggulangi kecemasan dengan cara-cara rasional, maka ia akan kembali dengan cara-cara yang tidak realistik dan melakukan tindakan mekanisme pertahanan diri seperti ; menyangkal, mendistorsikan kenyataan, dan biasanya akan melakukan upaya-upaya efektif untuk menanggulangi kecemasan yang dihadapinya (les privat, belajar secara berkesinambungan, atau melakukan hal-hal positif agar kecemasan yang dialaminya lenyap).

Masalahnya saat ini ialah pencitraan bahwa UN adalah sesuatu yang menakutkan. Ini tampak pada 22 Maret 2010 yang lalu salah satu Kompas.com memberitakan mengenai seorang ibu yang mengantar anaknya ikut UN karena semalaman anaknya muntah-muntah. Muntah muntah itu mengindikasikan bahwa stress pada anak itu sangat tinggi. Oleh karena itu, penting sekali untuk mendapatkan bukti empiris yang memaparkan bagaimana tingkat kecemasan siswa SMA kelas XII di SMAN 113 Jakarta Timur saat mengahdapi Ujian Nasional yang kemudian dapat dijadikan landasan untuk menangani kecemasan tersebut. Maka peneliti juga menyajikan bagan berikut yang menggambarkan secara keseluruhan tentang kecemasan.

BAB III METODOLOGI PENELITIAN

A. Tujuan Penelitian

Tujuan penelitian ini adalah mendapatkan gambaran empiris tentang faktor-faktor penyebab

kecemasan siswa dalam menghadapi Ujian Nasional di SMAN 113 Jakarta Timur.

B. Tempat dan Waktu Penelitian

- 1) Tempat Penelitian
Penelitian ini dilakukan di SMAN 113 Jakarta Timur.
- 2) Waktu Penelitian
Penelitian ini dilaksanakan pada bulan April 2010 sampai bulan Januari 2011

C. Metodologi Penelitian

Jenis penelitian ini adalah penelitian kuantitatif. Metode penelitian yang digunakan adalah deskriptif dengan kategori survei. Metode deskriptif adalah suatu metode dalam meneliti status sekelompok manusia, suatu objek, suatu set kondisi ataupun suatu kelas peristiwa pada masa sekarang.

Tujuan dari penelitian deskriptif adalah membuat deskripsi, gambaran atau lukisan secara sistematis, faktual dan akurat mengenai fakta-fakta, sifat-sifat serta hubungan antara fenomena yang diselidiki (Margono, 2004). Penelitian survey adalah penelitian yang mengambil sampel dari satu populasi dan menggunakan kuesioner sebagai alat pengumpulan data yang pokok (Riyanto, 2001).

D. Populasi dan Sampel

Margono mengatakan bahwa populasi adalah seluruh data yang menjadi perhatian dalam suatu ruang lingkup dan waktu dimana penelitian dilakukan (Margono, 2004). Populasi pada penelitian ini adalah seluruh siswa yang sedang menghadapi Ujian Nasional pada SMAN 113 Jakarta Timur. Dalam penelitian ini menggunakan *accidental sampling*. Menurut

Sugiyono *accidental sampling* adalah mengambil responden sebagai sampel berdasarkan kebetulan, yaitu siapa saja yang secara kebetulan bertemu dengan peneliti dapat digunakan sebagai sampel bila orang yang kebetulan ditemui cocok sebagai sumber data. Teknik ini biasanya dilakukan karena keterbatasan waktu, tenaga, dan dana sehingga tidak dapat mengambil sampel yang besar dan jauh (Sugiyono, 1997). Alasan peneliti menggunakan *accidental sampling* dalam penelitian ini karena waktu yang diberikan oleh pihak sekolah yang sangat sedikit, dimana pada saat pengambilan sampel di SMAN 113 Jakarta Timur sedang mengadakan Ulangan

Populasi siswa kelas XII dengan IPA 5 kelas berjumlah 200 siswa dan IPS 5 kelas berjumlah 193 siswa SMAN 113 Jakarta Timur sejumlah 393 orang. Sampel yang didapat adalah 53 siswa yang berada pada kelas XII jurusan IPA dan 27 siswa yang berada pada kelas XII jurusan IPS.

E. Teknik Pengumpulan Data

Teknik pengumpulan data yang digunakan dalam penelitian ini adalah melalui penyebaran kuesioner (angket) tertutup dengan menggunakan bentuk *Rating Scale* (skala bertingkat). Kuesioner (angket) adalah sejumlah pernyataan tertulis yang digunakan untuk memperoleh informasi dari subjek tentang hal-hal yang diketahui (Arikunto, 2002). Kuesioner tertutup adalah kuesioner yang telah disediakan jawabannya sehingga responden dapat memilihnya (Arikunto, 2002). *Rating Scale* (skala bertingkat) yaitu suatu ukuran subyektif yang dibuat bertingkat. Alasan yang mempergunakan kuesioner sebagai

instrumen penelitian ini diantaranya karena sifatnya yang praktis, hemat waktu, tenaga, dan biaya serta selain itu karena guna menghindari terjadinya penyimpangan dari pokok penelitian (Nasution, 2003). Menurut Arikunto kuesioner disusun secara tertutup sehingga responden hanya memiliki alternatif jawaban yang sesuai dengan yang telah disediakan (Arikunto, 2002).

Untuk Jawaban, peneliti mempergunakan model skala Likert dengan pernyataan positif dan negatif dan memodifikasi alternatif jawaban menjadi empat kategori dengan alasan menghindari kecenderungan responden dalam memilih jawaban yang ada ditengah karena dirasa aman dan paling mudah serta hampir tidak memerlukan pemikiran sehingga rentangannya menjadi 1-4.

Adapun bobot dari tiap-tiap pilihan jawaban adalah seperti dalam tabel berikut (Sugiyono, 2004). Rentangan penilaian dalam yang dipakai dalam kuesioner ini adalah :

(SS) Sangat Sesuai : Bila pernyataan tersebut sangat sesuai dengan diri anda dan selalu anda lakukan/alami dalam kehidupan sehari-hari.

(S) Sesuai : Bila pernyataan tersebut sesuai dengan diri anda dan sering anda lakukan/alami dalam kehidupan sehari-hari.

(TS) Tidak Sesuai : Bila pernyataan tersebut pernah anda lakukan/alami dalam hidup anda, tetapi hanya satu atau dua kali saja dalam kehidupan sehari-hari.

(STS) Sangat Tidak Sesuai : Bila pernyataan tersebut tidak pernah anda lakukan/alami dalam kehidupan sehari-hari.

Pengkategorian skor untuk persepsi digunakan pembobotan sebagai berikut :

- a. Untuk butir-butir pernyataan positif (*favourable*)
 - 1) 4 untuk kategori sangat sesuai.
 - 2) 3 untuk kategori sesuai.
 - 3) 2 untuk kategori tidak sesuai.
 - 4) 1 untuk kategori sangat tidak sesuai.
- b. Untuk butir-butir pernyataan negatif (*unfavourable*)
 - 1) 1 untuk kategori sangat tidak sesuai.
 - 2) 2 untuk kategori tidak sesuai.
 - 3) 3 untuk kategori sesuai.
 - 4) 4 untuk kategori sangat sesuai.

F. Definisi Konseptual

Variabel dalam penelitian ini adalah faktor-faktor kecemasan siswa. Ada dua dimensi, yang pertama persepsi terhadap Ujian Nasional, dan *A-trait*.

Persepsi merupakan suatu proses bagaimana seseorang menyeleksi, mengatur, dan menginterpretasikan masukan-masukan informasi dan pengalaman-pengalaman yang ada baik eksternal maupun internal dan kemudian menafsirkannya untuk menciptakan keseluruhan gambaran yang berarti.

A-Trait bersifat bawaan dan berhubungan dengan ciri-ciri kepribadian individu dalam menghadapi cemas. *A-Trait* juga dapat diartikan sebagai intensitas atau frekuensi seseorang untuk merasakan cemas pada berbagai situasi.

G. Definisi Operasional

Definisi operassional variabel adalah Faktor-faktor Kecemasan Siswa Dalam Mengahdapi Ujian Nasional dapat diperoleh

berdasarkan hasil pengukuran persepsi terhadap Ujian Nasional yang diukur melalui indikator, antara lain : Seleksi, Pengorganisasian, Penginterpretasian terhadap Ujian Nasional dengan Sub Indikator seperti ; Mekanisme tes, Kebijakan Pemerintah, Tuntutan lingkungan (Orangtua, Guru, Masyarakat) dan hasil pengukuran A-trait dengan instrumen dari Spielberger melalui indikator, *worry* dan *Emotionality*.

H. Uji Coba Instrumen Penelitian

Sebelum instrumen digunakan untuk mengumpulkan data, terlebih dahulu dilakukan uji coba terhadap responden uji coba dan hasil uji coba dianalisis untuk diketahui apakah instrumen tersebut layak digunakan sebagai instrumen penelitian.

1. Validitas

Ujicoba instrumen Faktor-Faktor kecemasan (Persepsi dan *A-trait*) diujicobakan kepada siswa kelas XII SMAN 125 Jakarta Utara dengan jumlah responden 125 siswa. Validitas menurut Arikunto digunakan untuk mengukur tingkat kesahihan instrumen. Arikunto menambahkan bahwa sebuah instrumen dikatakan valid apabila dapat mengungkap data dari variabel yang diteliti secara tepat. Suatu instrumen valid atau sah jika mempunyai validitas tinggi. Sebaliknya, instrumen yang kurang valid berarti memiliki validitas rendah (Arikunto, 2002).

Penelitian ini menggunakan validasi butir. Menyangkut validasi butir, Sebuah instrumen memiliki validitas tinggi apabila butir-butir yang membentuk instrumen

tersebut tidak menyimpang dari fungsi instrumen. Fungsi instrumen diujicobakan adalah turut mengukur dampak kecemasan siswa SMAN 113 Jakarta Timur dalam menghadapi Ujian Nasional, maka butir-butir yang membentuk instrumen tidak menyimpang dari indikator yang merupakan rincian dari variabel dampak kecemasan siswa.

Validitas suatu butir ditentukan oleh perbandingan antara r hitung dengan r tabel. Jika r hitung lebih besar dari r tabel, maka butir tersebut dinyatakan valid, sebaliknya jika r hitung lebih rendah atau sama dengan r tabel maka butir tersebut dinyatakan tidak valid. Untuk menguji validitas digunakan rumus *Product Moment* dari Pearson.

2. Hasil Ujicoba Validitas Instrumen

Hasil perhitungan butir angket dikonsultasikan kepada r tabel *Product Moment* pada taraf signifikansi 5% yaitu 0,76. Dari pelaksanaan ujicoba diperoleh data dari 82 butir pernyataan positif dan negatif mengenai faktor kecemasan siswa dalam menghadapi Ujian Nasional terdapat 50 yang dinyatakan valid dan 32 butir yang dinyatakan drop.

Adapun butir yang valid dari instrumen persepsi tersebut yaitu : 1, 2, 5, 6, 7, 9, 10, 11, 13, 14, 16, 17, 18, 19, 20, 21, 22, 23, 26, 27, 28, 29, 30, 32, 35, 37, 38, 39, 40, 41, 43, 44, 46, 49, 52, 54, 55, 57, 58, 61

Sedangkan butir pernyataan instrumen dari *A-trait* yaitu : 63, 64, 65, 66, 67,

68, 69, 70, 71, 72, 73, 74, 75, 76, 77, 78, 79, 80, 81, 82

Sementara butir tidak valid (drop) yaitu : 3, 4, 8, 12, 15, 24, 25, 31, 33, 34, 36, 42, 45, 47, 48, 50, 51, 53, 56, 59, 60, 62. Data hasil ujicoba validitas dapat dilihat dari lampiran.

Dengan demikian jumlah item yang digunakan pada instrumen alat ukur tentang persepsi terhadap Ujian Nasional sebanyak 30 dari 62 item dan instrumen *A-trait* sebanyak 20 item, maka dari itu jumlah total yang digunakan pada penelitian sebanyak 50 item, yang terdiri dari 30 item persepsi dan 20 item *A-trait*.

Sebaran butir valid, butir drop dan butir final yang digunakan dalam instrumen penelitian.

3. Reliabilitas

Menurut Arikunto Instrumen dikatakan reliabel jika digunakan untuk mengukur berkali-kali tetap menghasilkan data yang sama (konsisten) (Arikunto, 2002). Penelitian ini menggunakan rumus *Alpha Cronbach* yang merupakan teknik pengujian reliabilitas suatu tes atau kuesioner yang jawaban atau tanggapannya berupa pilihan (dapat terdiri dari dua pilihan atau lebih).

$$R_{11} = \left\{ \frac{k}{k-1} \right\} \left\{ \frac{1 - \sum \sigma_b^2}{\sigma_1^2} \right\}$$

Keterangan:

r_{11} = *Alpha Cronbach*
 k = Banyaknya butir pernyataan
 $\sum \sigma_b^2$ = Jumlah varian butir
 σ_1^2 = Varian dari skor

Hasil perhitungan selanjutnya diinterpretasikan dengan tabel interpretasi nilai reliabilitas.

Angka reliabilitas yang diperoleh pada uji coba sebesar 0,81. Menurut Anastasi dan Urbina (2007) suatu instrument dengan standar koefisien *Alpha Cronbach* 0,81 sudah dapat dikatakan reliable dan angka reliabilitas yang diperoleh pada hasil ujicoba pada instrument ini layak digunakan sebagai alat pengumpul data.

4. Hasil Ujicoba Reliabilitas Instrumen

Setelah dilakukan ujicoba validitas, butir pernyataan yang valid sejumlah 43 butir digunakan untuk menghitung reliabilitas instrumen. Angka reliabilitas instrumen. Angka reliabilitas yang diperoleh pada ujicoba sebesar 0,75 dengan demikian instrumen ini dikategorisasikan reliabilitasnya tinggi (antara 0,600-0,800). Sedangkan angka reliabilitas *A-trait* dalam bukunya Tes Anxiety Applied Research, Assesment, and Treatment inventori dikatakan bahwa *A-trait* mempunyai nilai reliabilitas yang tinggi sebesar 0,80. Oleh karena itu, instrumen tersebut layak untuk digunakan sebagai alat pengumpul data dalam penelitian ini. Proses perhitungan dengan Microsoft Excel. Data hasil uji reliabilitas dapat dilihat pada lampiran.

I. Teknik Analisa Data

Teknik analisis yang digunakan dalam penelitian ini adalah teknik deskriptif persentase karena penelitian ini

hendak memberikan gambaran faktor-faktor kecemasan siswa SMAN 113 Jakarta Timur dalam menghadapi Ujian Nasional melalui besaran jumlah persentase. Penyajian data dilakukan dengan mencari *mean* atau rerata dan ukuran sentral (simpangan baku dan varians).

Hasil penghitungan tersebut dideskripsikan pada tabel distribusi frekuensi dan divisualisasikan dalam bentuk histogram. Setelah diperoleh hasil penghitungan persentase jawaban dari variabel, maka langkah selanjutnya adalah menginterpretasi skor faktor kecemasan siswa SMAN 113 Jakarta Timur dalam menghadapi Ujian Nasional kedalam tiga kategori yaitu tinggi, sedang, dan rendah. Pengkategorian ini berdasarkan perhitungan skor median (Arikunto, 2002):

$$\text{Median: } \bar{x} = \frac{\sum x_i}{n}$$

Keterangan:

\bar{x} : mean

$\sum x_i$: jumlah total skor

n : jumlah sampel penelitian

Untuk menentukan kategorisasi persepsi terhadap ujian nasional secara positif dan negatif diperlukan median sebagai patokan dalam kategorisasi. Kategorisasi tersebut adalah (Arikunto, 2002):

Positif : $X > \text{median}$

Negatif : $X < \text{median}$

Untuk menentukan kategorisasi kecenderungan individu untuk merasakan kecemasan atau *Anxiety Trait* (A-

Trait) dengan kategori tinggi, sedang, rendah diperlukan persentil sebagai patokan dalam kategorisasi. Kategorisasi tersebut adalah (Spielberger, 1979):

Rendah : $X < \text{persentil } 25$

Sedang : $X \geq \text{persentil } 50$

Tinggi : $X > \text{persentil } 75$

Adapun rumus persentase yang digunakan berdasarkan Abimanyu (1976) untuk melihat besaran persentase keseluruhan adalah :

$$P = \frac{F_x}{N} \times 100\%$$

Keterangan:

P = Angka Persentase

F_x = Frekuensi yang sedang dicari persentasenya

N = Jumlah responden

BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

A. Deskripsi Data Faktor-faktor Penyebab Kecemasan pada Siswa SMAN 113 Jakarta Timur dalam Menghadapi Ujian Nasional.

1. Deskripsi Data Responden

Responden pada penelitian faktor-faktor penyebab kecemasan siswa kelas XII SMAN 113 Jakarta Timur dalam menghadapi Ujian Nasional berjumlah 80 siswa. Dengan 53 siswa jurusan IPA dan 27 siswa jurusan IPS, 29 siswa laki-laki dan 51 siswa perempuan.

2. Deskripsi Data Keseluruhan Faktor-faktor Penyebab Kecemasan Siswa

Penelitian ini dilaksanakan dengan pemberian angket pada siswa kelas XII SMAN 113 Jakarta Timur. Instrumen yang disebarkan pada penelitian ini

meliputi dua instrumen yaitu instrumen persepsi terhadap Ujian Nasional dengan jumlah item sebanyak 30 item dan *A-Trait* sebanyak 20 item menggunakan instrumen Spielberger. Berikut ini deskripsi Data keseluruhan faktor-faktor penyebab kecemasan siswa :

Pada data keseluruhan persepsi positif dan negatif terhadap ujian nasional terdapat 30 item pernyataan yang disebarkan dengan mean sebesar 76, median sebesar 76,5, varians 51, dan standar deviasi sebesar 7,2. Berdasarkan penghitungan diatas, diketahui bahwa secara keseluruhan terdapat 31 siswa atau 38,75% siswa memiliki persepsi positif terhadap Ujian Nasional, sedangkan sebanyak 49 siswa atau sebesar 61,25% siswa memiliki persepsi negatif terhadap Ujian Nasional.

Berdasarkan data diatas, dapat dikatakan bahwa faktor-faktor penyebab kecemasan pada dimensi persepsi terhadap Ujian Nasional terdapat 38,75 % atau sebanyak 31 siswa kelas XII SMAN 113 Jakarta memiliki persepsi positif terhadap UN, artinya siswa kelas XII SMAN 113 Jakarta memiliki persepsi positif terhadap Ujian Nasional yang meliputi mekanisme tes, kebijakan pemerintah, dan tuntutan lingkungan baik dari orang tua, guru, maupun masyarakat.

Terdapat 49 siswa atau sebesar 61,25% siswa kelas XII SMAN 113 Jakarta memiliki persepsi negatif terhadap UN. Hal tersebut bermakna bahwa

persepsi negatif terhadap UN lebih besar dibandingkan persepsi positif terhadap UN siswa kelas XII SMAN 113 Jakarta Timur. Siswa lebih mempersepsikan negatif Ujian Nasional yang meliputi mekanisme tes, kebijakan pemerintah, dan tuntutan lingkungan baik dari orang tua, guru, maupun masyarakat.

Berdasarkan keterangan dalam tabel dan grafik di atas, diketahui bahwa secara keseluruhan siswa kelas XII SMAN 113 Jakarta Timur memiliki *A-Trait* dengan kategori sedang, yaitu sebanyak 23 siswa atau 28,75%, sedangkan pada kategori tinggi memiliki jumlah yang lebih besar dibandingkan kategori lain yaitu sebanyak 36 siswa atau 45%. Siswa kelas XII SMAN 113 Jakarta Timur yang memiliki *A-Trait* dengan kategori rendah berjumlah 21 orang atau 26,25%.

Berdasarkan data di atas, dapat dikatakan bahwa terdapat 45 % siswa kelas XII SMAN 113 Jakarta Timur memiliki *A-Trait* dengan kategori tinggi, artinya kecenderungan untuk mengancam kecemasan memiliki intensitas atau frekuensi yang tinggi pada siswa kelas XII SMAN 113 Jakarta Timur dalam menghadapi Ujian Nasional. Sebesar 28,75% atau 23 siswa berada pada kategori sedang. Hal ini menunjukkan bahwa kecenderungan untuk mengancam kecemasan memiliki intensitas atau frekuensi yang sedang pada siswa kelas XII SMAN 113

Jakarta Timur dalam menghadapi Ujian Nasional.

Sebanyak 21 siswa atau 26,25% siswa kelas XII SMAN 113 Jakarta Timur berada pada kategori rendah. Hal tersebut bermakna kecenderungan untuk mengancam kecemasan memiliki intensitas atau frekuensi yang rendah pada siswa kelas XII SMAN 113 Jakarta Timur dalam menghadapi Ujian Nasional.

Berdasarkan hasil ini dapat dikatakan siswa kelas XII SMAN 113 Jakarta Timur memiliki kecenderungan kepribadian *A-trait* sedang cenderung tinggi. Hal ini membuat siswa menjadi cenderung melihat UN sebagai sesuatu yang mengancam atau membahayakan.

3. Data Faktor-faktor Penyebab Kecemasan Siswa Kelas XII SMAN 113 Jakarta dalam Menghadapi UN Berdasarkan Sub Indikator.

Penjelasan data berdasarkan sub indikator dilakukan untuk mengetahui gambaran secara empiris tentang Faktor-faktor Penyebab Kecemasan Siswa Kelas XII SMAN 113 Jakarta Timur dalam Menghadapi UN.

Berdasarkan data di atas, sub indikator kebijakan pemerintah menjadi faktor penyebab kecemasan tertinggi siswa kelas XII SMAN 113 Jakarta Timur dengan persentase sebesar 53,27 %. Hal tersebut mengandung arti bahwa Standar Kelulusan, konsekuensi kegagalan, kemampuan diri, Kemungkinan akan gagal dan

rasa khawatir mengikuti ujian ulang, gagal mengulang tahun depan, dan mengikuti paket C menjadi faktor-faktor penyebab kecemasan pada siswa kelas XII SMAN 113 Jakarta Timur dalam menghadapi UN.

Terdapat 26,33% siswa kelas XII SMAN 113 Jakarta mempersepsi faktor penyebab kecemasan yang bersumber dari mekanisme tes pada siswa kelas XII SMAN 113 Jakarta dalam menghadapi ujian nasional. Hal tersebut diindikasikan oleh waktu tes yang relatif singkat, prosedur pengisian tes, pengaturan tempat duduk, dan pengawasan pada saat Ujian Nasional dilaksanakan.

Selain kebijakan pemerintah dan mekanisme tes, sub indikator yang juga menjadi faktor penyebab kecemasan siswa dalam menghadapi UN adalah tuntutan lingkungan dengan persentase sebesar 20,40%. Data diatas menunjukkan bahwa tuntutan baik dari orangtua, guru dan masyarakat agar lulus UN, mendapatkan nilai yang baik, untuk menjaga citra positif diri sendiri dan keluarga menyebabkan kecemasan pada siswa dalam menghadapi UN.

4. Deskripsi Data Faktor-faktor Penyebab Kecemasan Siswa Kelas XII SMAN 113 Jakarta Timur dalam Menghadapi UN Berdasarkan Jurusan.

Penjelasan data berdasarkan Jurusan dilakukan untuk mengetahui gambaran secara empiris tentang Faktor-faktor

Penyebab Kecemasan Siswa Kelas XII SMAN 113 Jakarta Timur dalam Menghadapi UN Berdasarkan Jurusan baik IPA maupun IPS.

a. Data Faktor-faktor Penyebab Kecemasan Siswa Kelas XII SMAN 113 Jakarta Timur dalam Menghadapi UN Berdasarkan Jurusan IPA Persepsi positif dan negatif terhadap ujian nasional pada data berdasarkan jurusan terdapat 30 item pernyataan yang disebarkan dengan mean sebesar 77, median sebesar 76, varians 58, dan standar deviasi sebesar 7,6 dengan jumlah siswa pada jurusan IPA sebanyak 53 Siswa. Penghitungan di atas menunjukkan terdapat 25 siswa atau 47,17 % siswa memiliki persepsi positif Ujian Nasional, sedangkan sebanyak 28 siswa atau sebesar 52,83 % siswa memiliki persepsi negatif terhadap Ujian Nasional.

Berdasarkan data diatas, dapat dikatakan bahwa faktor-faktor penyebab kecemasan pada dimensi persepsi terhadap Ujian Nasional terdapat 47,17% atau sebanyak 25 siswa jurusan IPA memiliki persepsi positif terhadap UN, artinya siswa memiliki persepsi positif pada Ujian Nasional yang meliputi mekanisme tes, kebijakan pemerintah, dan tuntutan lingkungan baik dari orang tua, guru, maupun masyarakat.

Sebanyak 28 siswa atau sebesar 52,83% siswa memiliki persepsi negatif terhadap UN. Hal ini

menandakan bahwa persepsi negatif terhadap UN lebih besar dibandingkan persepsi positif terhadap UN siswa kelas XII jurusan IPA di SMAN 113 Jakarta Timur. Siswa lebih mempersepsikan negatif Ujian Nasional yang meliputi mekanisme tes, kebijakan pemerintah, dan tuntutan lingkungan baik dari orang tua, guru, maupun masyarakat.

Berdasarkan keterangan dalam tabel dan grafik di atas, diketahui bahwa secara keseluruhan siswa kelas XII SMAN 113 Jakarta Timur jurusan IPA memiliki *A-Trait* dengan kategori tinggi, yaitu sebanyak 24 siswa atau 45,28%, sedangkan pada kategori sedang yaitu sebanyak 11 siswa atau 20,75%. Siswa kelas XII SMAN 113 Jakarta Timur jurusan IPA yang memiliki *A-Trait* dengan kategori rendah berjumlah 18 orang atau 33,96%.

Data di atas menunjukkan bahwa sebesar 45,28% atau 24 siswa kelas XII SMAN 113 Jakarta Timur jurusan IPA memiliki *A-Trait* dengan kategori tinggi, artinya kecenderungan untuk menjadi siswa kelas XII SMAN 113 Jakarta Timur jurusan IPA memiliki intensitas atau frekuensi yang tinggi dalam menghadapi Ujian Nasional. Sebesar 20,75% atau 11 siswa berada pada kategori sedang, yang berarti bahwa kecenderungan mengalami kecemasan dirasakan memiliki intensitas atau frekuensi yang sedang pada siswa kelas XII SMAN 113 Jakarta Timur jurusan

IPA dalam menghadapi Ujian Nasional.

Sebanyak 18 siswa atau 33,96% siswa kelas XII SMAN 113 Jakarta Timur jurusan IPA berada pada kategori rendah. Hal tersebut bermakna kecenderungan untuk mengalami kecemasan dirasakan memiliki intensitas atau frekuensi yang rendah pada siswa kelas XII SMAN 113 Jakarta Timur jurusan IPA dalam menghadapi Ujian Nasional.

b. Deskripsi Data Faktor-faktor Penyebab Kecemasan Siswa Kelas XII SMAN 113 Jakarta Timur dalam Menghadapi UN Berdasarkan Jurusan IPS.

Pada penelitian ini, Jurusan IPS memiliki jumlah siswa sebanyak 27 siswa. Persepsi positif dan negatif terhadap ujian nasional pada data berdasarkan jurusan IPS, terdapat 30 item pernyataan yang disebarkan dengan median sebesar 75, varians 39, dan standar deviasi sebesar 6,2. Data di atas menunjukkan bahwa terdapat 11 siswa atau 40,74% siswa memiliki persepsi positif Ujian Nasional, sedangkan sebanyak 16 siswa atau sebesar 59,26 % siswa memiliki persepsi negatif terhadap Ujian Nasional.

Berdasarkan data diatas, dapat dikatakan bahwa faktor-faktor penyebab kecemasan pada dimensi persepsi terhadap Ujian Nasional terdapat 47,17% atau sebanyak 11 siswa memiliki persepsi

positif terhadap UN, artinya siswa kelas XII jurusan IPS di SMAN 113 Jakarta Timur memiliki persepsi positif pada Ujian Nasional yang meliputi mekanisme tes, kebijakan pemerintah, dan tuntutan lingkungan baik dari orang tua, guru, maupun masyarakat.

Sebanyak 16 siswa atau sebesar 59,26% siswa memiliki persepsi negatif terhadap UN. Hal ini menandakan bahwa persepsi negatif terhadap UN lebih besar dibandingkan persepsi positif terhadap UN siswa kelas XII jurusan IPS di SMAN 113 Jakarta Timur. Siswa lebih mempersepsikan negatif Ujian Nasional yang meliputi mekanisme tes, kebijakan pemerintah, dan tuntutan lingkungan baik dari orang tua, guru, maupun masyarakat.

Pada instrumen A-Trait terdapat 20 item pernyataan yang disebarkan. Berdasarkan keterangan dalam tabel dan grafik di atas, diketahui bahwa secara keseluruhan siswa kelas XII SMAN 113 Jakarta Timur jurusan IPS memiliki A-Trait dengan kategori tinggi, yaitu sebanyak 13 siswa atau 48,15%, sedangkan pada kategori sedang yaitu sebanyak 6 siswa atau 22,22%. Siswa kelas XII SMAN 113 Jakarta Timur jurusan IPS yang memiliki A-Trait dengan kategori rendah berjumlah 8 orang atau 29,63%.

Data di atas menunjukkan bahwa sebesar 48,15% atau 13 siswa kelas

XII SMAN 113 Jakarta Timur jurusan IPS memiliki A-Trait dengan kategori tinggi, artinya memiliki kecenderungan mengalami dengan intensitas atau frekuensi yang tinggi dalam menghadapi Ujian Nasional. Sebesar 22,22% atau 6 siswa berada pada kategori sedang. Hal tersebut menandakan bahwa kecenderungan untuk mengalami kecemasan dengan intensitas atau frekuensi yang sedang pada siswa kelas XII SMAN 113 Jakarta Timur jurusan IPS dalam menghadapi Ujian Nasional.

Sebanyak 8 siswa atau 29,63% siswa kelas XII SMAN 113 Jakarta Timur jurusan IPS berada pada kategori rendah. Hal tersebut mengindikasikan bahwa kecenderungan untuk mengalami kecemasan berada pada intensitas atau frekuensi yang rendah pada siswa kelas XII SMAN 113 Jakarta Timur jurusan IPA dalam menghadapi Ujian Nasional.

Data Perbandingan Faktor-faktor Penyebab Kecemasan Siswa Kelas XII SMAN 113 Jakarta dalam Menghadapi UN Jurusan IPA dan IPS.

Berdasarkan keterangan dalam tabel dan grafik di atas, diperoleh data bahwa persepsi positif siswa kelas XII jurusan IPA dalam menghadapi UN lebih tinggi dibandingkan dengan siswa kelas XII jurusan IPS, dengan jumlah persentase masing-masing sebesar 47,17% dan 40,74%. Data tersebut

menandakan bahwa siswa kelas XII jurusan IPA lebih mempersepsikan positif Ujian Nasional yang meliputi mekanisme tes, kebijakan pemerintah, dan tuntutan lingkungan baik dari orang tua, guru, maupun masyarakat dibandingkan dengan siswa kelas XII jurusan IPS SMAN 113 Jakarta Timur.

Pada data persepsi negatif, siswa kelas XII IPS memiliki persentase lebih tinggi dibandingkan dengan siswa kelas XII IPA. Hal itu menunjukkan bahwa siswa kelas XII IPS lebih mempersepsikan Ujian Nasional yang meliputi mekanisme tes, kebijakan pemerintah, dan tuntutan lingkungan baik dari orang tua, guru, maupun masyarakat dibandingkan dengan siswa kelas XII jurusan IPA SMAN 113 Jakarta Timur.

Data di atas menunjukkan bahwa pada kategori tinggi siswa kelas XII SMAN 113 Jakarta Timur jurusan IPS lebih tinggi dibandingkan dengan siswa kelas XII SMAN 113 Jakarta Timur jurusan IPA yaitu 45,28% dan 48,15%. Hal ini bermakna bahwa kecenderungan untuk mengalami kecemasan siswa kelas XII SMAN 113 Jakarta Timur jurusan IPS memiliki intensitas atau frekuensi yang tinggi dalam menghadapi Ujian Nasional dibandingkan dengan siswa kelas XII SMAN 113 Jakarta Timur jurusan IPA. Selain itu, pada kategori sedang siswa kelas

XII SMAN 113 Jakarta Timur jurusan IPA memiliki A-Trait lebih rendah daripada siswa kelas XII SMAN 113 Jakarta Timur jurusan IPS yaitu masing-masing sebesar 20,75% dan 22,22%. Hal tersebut menandakan bahwa kecenderungan untuk mengalami kecemasan memiliki intensitas atau frekuensi yang sedang pada siswa kelas XII SMAN 113 Jakarta Timur jurusan IPS dalam menghadapi Ujian Nasional dibandingkan dengan siswa kelas XII SMAN 113 Jakarta Timur jurusan IPA. Pada kategori rendah, Siswa kelas XII SMAN 113 Jakarta Timur jurusan IPS memiliki A-Trait lebih rendah dibandingkan siswa kelas XII SMAN 113 Jakarta Timur jurusan IPA, artinya kecenderungan untuk mengalami kecemasan memiliki intensitas atau frekuensi yang rendah pada siswa kelas XII SMAN 113 Jakarta Timur jurusan IPA dalam menghadapi Ujian Nasional dibandingkan jurusan IPS.

5. Deskripsi Data Faktor-faktor Penyebab Kecemasan Siswa Kelas XII SMAN 113 Jakarta Timur dalam Menghadapi UN Berdasarkan Jenis Kelamin.

Berdasarkan grafik diatas, didapatkan data sebesar 37,93% atau sebanyak 11 siswa laki-laki memiliki persepsi positif terhadap kecemasan dalam menghadapi ujian nasional sedangkan persepsi negatif pada siswa laki-laki memiliki persentase lebih besar dari persepsi positifnya yaitu

sebesar 62,06 atau sebanyak 18 siswa. pada data perempuan, persepsi positif dimiliki oleh 20 siswa perempuan kelas XII SMAN 113 Jakarta Timur atau sebesar 39,22% sedangkan sebanyak 31 siswa perempuan kelas XII SMAN 113 Jakarta Timur atau sebesar 60,78% memiliki persepsi negatif.

Sebesar 37,93% memiliki persepsi positif kecemasan siswa kelas XII SMAN 113 Jakarta Timur. Hal tersebut mengungkapkan bahwa siswa memiliki persepsi positif terhadap Ujian Nasional yang meliputi mekanisme tes, kebijakan pemerintah, dan tuntutan lingkungan baik dari orang tua, guru, maupun masyarakat sedangkan sebesar 62,06% siswa laki-laki memiliki persepsi negatif, artinya siswa mempersepsikan negatif faktor penyebab kecemasan dalam menghadapi Ujian Nasional yang meliputi mekanisme tes, kebijakan pemerintah, dan tuntutan lingkungan baik dari orang tua, guru, maupun masyarakat. Data tersebut juga memaparkan bahwa persentase persepsi positif dan negatif terhadap ujian nasional pada siswa laki-laki SMAN 113 Jakarta lebih tinggi dibandingkan persentase persepsi positif dan negatif pada siswa perempuan SMAN 113 Jakarta terhadap ujian nasional.

Berdasarkan keterangan dalam tabel dan grafik di atas, diketahui bahwa siswa laki-laki dan perempuan kelas XII SMAN 113 Jakarta Timur jurusan IPS memiliki *A-Trait* dengan kategori tinggi, yaitu masing-masing sebanyak 14 siswa laki-laki atau 48,28%, dan 22 siswa perempuan atau 41,51%, sedangkan pada kategori sedang terdapat sebanyak 7 siswa laki-laki atau 24,14% dan 16 siswa perempuan atau sebesar 30,19%. Siswa kelas XII SMAN 113 Jakarta Timur yang memiliki *A-Trait* dengan kategori rendah berjumlah 8 siswa laki-laki atau 27,58% dan 13 siswa atau 24,53%.

B. Pembahasan Hasil Penelitian

Berdasarkan hasil pengolahan data, secara keseluruhan siswa kelas XII SMAN 113 Jakarta Timur pada dimensi persepsi terhadap ujian faktor penyebab kecemasan siswa kelas XII SMAN 113 Jakarta memiliki persepsi negatif dan pada dimensi *A-Trait* berada pada kategori tinggi. Data tersebut diperoleh dari 80 responden. Faktor-faktor penyebab kecemasan siswa yang dimaksudkan dalam penelitian ini adalah seperti yang tertuang dalam teori Spielberger tentang faktor-faktor penyebab kecemasan siswa yang terdiri dari dimensi persepsi terhadap ujian dengan sub indikator mekanisme tes, kebijakan pemerintah, dan tuntutan lingkungan baik orangtua, guru,

maupun masyarakat dan dimensi *A-Trait* dengan menyebarkan instrumen baku Spielberger berjumlah 20 pernyataan yang diadaptasi dari skripsi UI Thomas Aquino.

Faktor-faktor penyebab kecemasan secara keseluruhan pada dimensi persepsi terhadap Ujian Nasional terdapat 38,75 % atau sebanyak 31 siswa kelas XII SMAN 113 Jakarta Timur memiliki persepsi positif terhadap UN, artinya siswa kelas XII SMAN 113 Jakarta Timur memiliki persepsi positif pada Ujian Nasional yang meliputi mekanisme tes, kebijakan pemerintah, dan tuntutan lingkungan baik dari orang tua, guru, maupun masyarakat. Sebesar 49 siswa atau sebesar 61,25% siswa kelas XII SMAN 113 Jakarta memiliki persepsi negatif terhadap UN. Hal tersebut bermakna bahwa persepsi negatif terhadap UN lebih besar dibandingkan persepsi positif terhadap UN siswa kelas XII SMAN 113 Jakarta Timur. Siswa lebih mempersepsikan negatif Ujian Nasional yang meliputi mekanisme tes, kebijakan pemerintah, dan tuntutan lingkungan baik dari orang tua, guru, maupun masyarakat.

Secara keseluruhan siswa kelas XII SMAN 113 Jakarta Timur memiliki *A-Trait* dengan kategori sedang, yaitu sebanyak 23 siswa atau 28,75%, sedangkan pada kategori tinggi memiliki jumlah yang lebih besar dibandingkan kategori lain yaitu sebanyak 36 siswa atau 45%. Siswa kelas XII SMAN 113 Jakarta Timur yang memiliki *A-Trait* dengan kategori rendah berjumlah 21 orang atau 26,25%. Terdapat 45 % siswa kelas XII

SMAN 113 Jakarta Timur memiliki *A-Trait* dengan kategori tinggi, artinya kecenderungan untuk mengalami kecemasan memiliki intensitas atau frekuensi yang tinggi pada siswa kelas XII SMAN 113 Jakarta Timur dalam menghadapi Ujian Nasional. Sebesar 28,75% atau 23 siswa berada pada kategori sedang. Hal ini menunjukkan bahwa kecenderungan untuk mengalami kecemasan memiliki intensitas atau frekuensi yang sedang cenderung tinggi pada siswa kelas XII SMAN 113 Jakarta Timur dalam menghadapi Ujian Nasional.

Data lain menunjukkan bahwa sebanyak 21 siswa atau 26,25% siswa kelas XII SMAN 113 Jakarta Timur berada pada kategori rendah. Hal tersebut bermakna kecenderungan untuk mengalami kecemasan dirasakan memiliki intensitas atau frekuensi yang rendah pada siswa kelas XII SMAN 113 Jakarta Timur dalam menghadapi Ujian Nasional.

A-trait yang merupakan kecenderungan kepribadian seseorang maka akan berpengaruh terhadap seseorang mempersepsikan suatu bahaya sebagai ancaman. Begitu juga yang dialami siswa kelas XII SMAN 113 Jakarta Timur yang memiliki *A-trait* dengan intensitas sedang cenderung tinggi sehingga siswa berpersepsi negatif terhadap Ujian Nasional.

Berdasarkan data sub indikator, sub indikator kebijakan pemerintah menjadi faktor penyebab kecemasan tertinggi siswa kelas XII SMAN 113 Jakarta Timur dengan persentase sebesar 53,27 %, artinya standar kelulusan, konsekuensi kegagalan, kemampuan diri,

Kemungkinan akan gagal dan rasa khawatir mengikuti ujian ulang, gagal mengulang tahun depan, dan mengikuti paket C dipersepsi sebagai faktor-faktor penyebab kecemasan pada siswa kelas XII SMAN 113 Jakarta Timur dalam menghadapi UN.

Hal ini senada dengan yang dikatakan oleh Atkinson dalam buku Spielberger menjelaskan bahwa ketakutan akan kegagalan merupakan karakteristik terbesar pada orang yang memiliki *A-trait*. Ciri kepribadian lain dari *A-trait* adalah umumnya orang yang tinggi dalam *A-trait* lebih rawan di evaluasi oleh orang lain karena mereka memiliki penghargaan diri yang rendah dan juga kurang percaya diri.

Perbandingan data per jurusan menunjukkan bahwa persepsi positif siswa kelas XII jurusan IPA dalam menghadapi UN lebih tinggi dibandingkan dengan siswa kelas XII jurusan IPS, dengan jumlah persentase masing-masing sebesar 47,17% dan 40,74%. Data tersebut menandakan bahwa siswa kelas XII jurusan IPA lebih mempersepsikan positif Ujian Nasional yang meliputi mekanisme tes, kebijakan pemerintah, dan tuntutan lingkungan baik dari orang tua, guru, maupun masyarakat dibandingkan dengan siswa kelas XII jurusan IPS SMAN 113 Jakarta Timur sedangkan pada data persepsi negatif, siswa kelas XII IPS memiliki persentase lebih tinggi dibandingkan dengan siswa kelas XII IPA. Hal itu menunjukkan bahwa siswa kelas XII IPS lebih mempersepsikan negatif Ujian Nasional yang

meliputi mekanisme tes, kebijakan pemerintah, dan tuntutan lingkungan baik dari orang tua, guru, maupun masyarakat dibandingkan dengan siswa kelas XII jurusan IPA SMAN 113 Jakarta Timur.

Perbandingan data A-Trait per jurusan juga menunjukkan bahwa pada kategori tinggi dan sedang, siswa kelas XII SMAN 113 Jakarta Timur jurusan IPS lebih tinggi dibandingkan dengan siswa kelas XII SMAN 113 Jakarta Timur jurusan IPA. Hal tersebut menunjukkan bahwa kecenderungan untuk mengalami kecemasan pada siswa kelas XII SMAN 113 Jakarta Timur jurusan IPS memiliki intensitas atau frekuensi yang tinggi dalam menghadapi Ujian Nasional dibandingkan dengan siswa kelas XII SMAN 113 Jakarta Timur jurusan IPA sedangkan pada kategori rendah, siswa kelas XII SMAN 113 Jakarta Timur jurusan IPS memiliki A-Trait lebih rendah dibandingkan siswa kelas XII SMAN 113 Jakarta Timur jurusan IPA, artinya kecenderungan untuk memiliki kecemasan lebih memiliki intensitas atau frekuensi yang rendah pada siswa kelas XII SMAN 113 Jakarta Timur jurusan IPA dalam menghadapi Ujian Nasional dibandingkan jurusan IPS.

Intensitas kecenderungan A-trait yang tinggi dan persepsi negatif siswa jurusan IPS yang lebih tinggi daripada siswa jurusan IPA. Dapat dilihat dari kesenjangan guru yang memperlakukan siswa jurusan IPS adalah kelas yang sukar sehingga guru lebih memfokuskan pada kelas IPA. Dari segi siswa jurusan IPS sendiri pun lebih santai dalam hal

belajar, namun pada saat waktu ujian sudah dekat siswa baru merasa kurang persiapan sehingga siswa memiliki kecenderungan untuk cemas lebih tinggi dibandingkan siswa jurusan IPA yang sudah lebih siap dalam menghadapi Ujian Nasional.

Pada data faktor penyebab kecemasan berdasarkan jenis kelamin, sebesar 37,93% siswa laki-laki memiliki persepsi positif terhadap kecemasan dalam menghadapi ujian nasional sedangkan persepsi negatif pada siswa laki-laki memiliki persentase lebih besar dari persepsi positifnya yaitu sebesar 62,06%. Pada data perempuan, persepsi positif dimiliki oleh 20 siswa perempuan kelas XII SMAN 113 Jakarta Timur atau sebesar 39,22% sedangkan sebanyak 31 siswa perempuan kelas XII SMAN 113 Jakarta Timur atau sebesar 60,78% memiliki persepsi negatif dan Sebesar 37,93% memiliki persepsi positif kecemasan siswa kelas XII SMAN 113 Jakarta Timur. Hal tersebut

mengungkapkan bahwa siswa laki-laki mempersepsi negatif Ujian Nasional yang meliputi mekanisme tes, kebijakan pemerintah, dan tuntutan lingkungan baik dari orang tua, guru, maupun masyarakat. Data tersebut juga memaparkan bahwa persentase persepsi positif dan negatif terhadap ujian nasional pada siswa laki-laki SMAN 113 Jakarta lebih tinggi dibandingkan persentase persepsi positif dan negatif pada siswa perempuan SMAN 113 Jakarta terhadap ujian nasional

Pada periode remaja perempuan dan laki-laki memiliki

kondisi khusus yang berbeda, baik dari segi fisik, biologis maupun dari segi psikologisnya. Hal ini dapat menjadikan tingkat kecemasan yang berbeda. Bila berkaitan dengan kecemasan yang berbeda. Bila berkaitan dengan prospek masa depan kaum laki-laki biasanya lebih agresif sedangkan perempuan cenderung menerima apa adanya. Berkaitan dengan kecemasan pada remaja laki-laki dan perempuan, Myers mengatakan bahwa perempuan lebih cemas akan ketidakmampuannya dibanding dengan laki-laki. Terbukti dari hasil penelitian terhadap siswa kelas XII SMAN 113 Jakarta Timur dimana siswa laki-laki lebih berpersepsi negatif dan memiliki *A-trait* yang tinggi terhadap Ujian Nasional dibandingkan dengan siswa perempuan yang sudah lebih siap menghadapi Ujian Nasional.

Peran aktif guru, orangtua, dan masyarakat dalam membimbing siswa dalam mempersepsikan dan mempersiapkan ujian nasional sangat penting dan diharapkan dapat meminimalisir faktor penyebab kecemasan yang terdapat pada siswa kelas XII SMAN 113 Jakarta Timur. Pada pembahasan dalam bab-bab sebelumnya telah disampaikan bahwa upaya-upaya sebaiknya dilakukan oleh berbagai pihak. Pemerintah sudah mengupayakan dengan mengambil jalan keluar bagi siswa yang tidak lulus Ujian Nasional utama dapat mengulang di Ujian Nasional yang kedua.

Pihak sekolah berupaya menambahkan jam belajar

reguler bagi mata pelajaran yang di-UN-kan dengan mengambil jam pelajaran praktik, memberikan les tambahan pada sore hari dan hari sabtu, bimbingan tes, kerja sama dengan bimbingan belajar, dan lain-lain sedangkan orang tua semestinya memberi dukungan dan motivasi kepada siswa demi meningkatkan keyakinan dan kepercayaan diri menghadapi Ujian.

C. Keterbatasan Penelitian

Peneliti menyadari bahwa penelitian yang telah dilakukan memiliki keterbatasan, adapun keterbatasan tersebut yaitu:

1. Penelitian ini tidak dapat digunakan untuk menggeneralisasikan faktor penyebab kecemasan pada sekolah lain
2. Untuk menggambarkan Faktor-faktor Penyebab Kecemasan Siswa Dalam Menghadapi Ujian Nasional lebih baik menggunakan teknik sampling yang bisa mewakili penelitian ini, karena teknik sampling yang dipakai dalam penelitian ini masih belum mewakili.

BAB V KESIMPULAN, IMPLIKASI, DAN SARAN

A. Kesimpulan

Penelitian ini bertujuan untuk memperoleh data dan memberikan gambaran secara empiris tentang faktor-faktor penyebab kecemasan siswa dalam menghadapi Ujian

Nasional di SMAN 113 Jakarta Timur.

Siswa kelas XIII SMAN 113 Jakarta Timur yang memiliki *A-trait* dengan intensitas sedang cenderung tinggi sehingga siswa berpersepsi negatif terhadap Ujian Nasional. *A-trait* yang merupakan kecenderungan kepribadian seseorang maka akan berpengaruh terhadap seseorang mempersepsikan suatu bahaya sebagai ancaman.

Sub indikator Kebijakan Pemerintah menjadi faktor penyebab kecemasan tertinggi siswa kelas XII SMAN 113 Jakarta Timur. Hal ini senada dengan yang dikatakan oleh Atkinson dalam buku Spielberger menjelaskan bahwa ketakutan akan kegagalan merupakan karakteristik terbesar pada orang yang memiliki *A-trait*. Ciri kepribadian lain dari *A-trait* adalah umumnya orang yang tinggi dalam *A-trait* lebih rawan di evaluasi oleh orang lain karena mereka memiliki penghargaan diri yang rendah dan juga kurang percaya diri.

Intensitas kecenderungan *A-trait* yang tinggi dan persepsi negatif siswa jurusan IPS yang lebih tinggi daripada siswa jurusan IPA. Dapat dilihat dari kesenjangan guru yang memperlakukan siswa jurusan IPS sebagai kelas yang sukar sehingga guru lebih memfokuskan pada kelas IPA. Dari segi siswa, siswa jurusan IPS sendiri pun lebih santai dalam hal belajar, namun pada saat waktu ujian sudah dekat siswa baru merasa kurang persiapan sehingga siswa memiliki kecenderungan untuk cemas lebih tinggi dibandingkan siswa jurusan IPA yang sudah

lebih siap dalam menghadapi Ujian Nasional.

Pada periode remaja perempuan dan laki-laki memiliki kondisi khusus yang berbeda, baik dari segi fisik, biologis maupun dari segi psikologisnya. Hal ini dapat menjadikan tingkat kecemasan yang berbeda. Bila berkaitan dengan prospek masa depan kaum laki-laki biasanya lebih agresif sedangkan perempuan cenderung menerima apa adanya. Berkaitan dengan kecemasan pada remaja laki-laki dan perempuan, Myers mengatakan bahwa perempuan lebih cemas akan ketidakmampuannya dibanding dengan laki-laki. Terbukti dari hasil penelitian terhadap siswa kelas XII SMAN 113 Jakarta Timur dimana siswa laki-laki lebih berpersepsi negatif dan memiliki *A-trait* yang tinggi terhadap Ujian Nasional dibandingkan dengan siswa perempuan yang sudah lebih siap menghadapi Ujian Nasional.

B. Implikasi

Melalui hasil penelitian ini, ada beberapa hal yang dapat dipelajari tentang gambaran faktor-faktor penyebab kecemasan siswa kelas XII SMAN 113 Jakarta Timur dalam menghadapi ujian nasional. Persepsi negatif dan *A-trait* siswa yang sedang cenderung tinggi terhadap Ujian Nasional akan membuat siswa kelas XII SMAN 113 Jakarta Timur mudah cemas dalam menghadapi Ujian Nasional, maka kesiapan siswa dalam menghadapi Ujian Nasional menjadi terganggu. Kebijakan pemerintah yang memiliki persentase negatif tinggi juga berperan terhadap

penyebab kecemasan siswa, hal tersebut mengandung arti bahwa standar kelulusan, konsekuensi kegagalan, kemampuan diri, kemungkinan akan gagal dan rasa khawatir mengikuti ujian ulang, gagal mengulang tahun depan, dan mengikuti paket C menjadi faktor-faktor penyebab kecemasan pada siswa kelas XII SMAN 113 Jakarta Timur dalam menghadapi Ujian Nasional.

Maka sangatlah penting bagi pihak-pihak yang terkait seperti, guru, orangtua agar terus melakukan berbagai upaya pencegahan bagi siswa sehingga siswa tidak mengalami kecemasan saat menghadapi Ujian Nasional. Hal ini diperlukan agar siswa mempunyai kesiapan yang cukup untuk menghadapi Ujian Nasional.

C. Saran

Saran-saran yang dapat menjadi pertimbangan berdasarkan hasil penelitian ini adalah:

1. Bagi jurusan Bimbingan dan Konseling, penelitian ini dapat dijadikan data dan informasi dasar dalam meningkatkan kompetensi ketrampilan mahasiswa berkaitan dengan konseli terutama pada isu faktor-faktor yang menyebabkan kecemasan pada Ujian Nasional.
2. Bagi guru, berdasarkan hasil penelitian ini peneliti menyarankan agar guru terus melakukan berbagai upaya pencegahan agar siswa tidak mengalami kecemasan saat menghadapi ujian nasional. Langkah tersebut dapat dilakukan dengan melibatkan siswa lebih aktif dalam KBM.
3. Bagi Orangtua, diharapkan dapat membimbing siswa di rumah. Hal ini dapat dilakukan meluangkan waktu lebih banyak untuk lebih dekat dengan siswa saat membimbing.
4. Bagi Guru Bimbingan dan Konseling, peneliti menyarankan agar meningkatkan program layanan bimbingan konseling kepada siswa kelas XII SMAN 113 Jakarta. Hal tersebut dapat dilakukan dengan mengintensifkan konseling kelompok atau bimbingan kelompok di kelas serta bersama pihak sekolah menyelenggarakan kegiatan seperti *Training Motivation*.
5. Bagi pihak penyelenggara sekolah, peneliti menyarankan agar pihak sekolah membuat berbagai kegiatan yang diprogramkan sebagai program sekolah seperti pelatihan motivasi bagi siswa kelas XII dalam menghadapi ujian nasional.
6. Bagi mahasiswa Bimbingan dan Konseling, diharapkan hasil penelitian ini dapat dijadikan bahan informasi dalam mempelajari persoalan di sekolah.

DAFTAR PUSTAKA

- Anastasi dan Urbina. 2007. *Tes Psikologi edisi ketujuh*. Jakarta: PT Indeks
- Anita E. Woolfolk. 1998. *Educational Psychology seventh edition*. USA : Allyn and Bacon.
- Dennis Greenberger dan Christine A Padesky. 2008. *Manajemen Pikiran Metode Ampuh Menata Pikiran untuk mengatasi depresi, kemarahan, kecemasan dan perasaan merusak lainnya*, Jakarta : Erlangga
- Diana Sanders & Frank Wills. *Counseling for Anxiety Problems*. 2003. London: SAGE publications Ltd.
- Djakiah Darajat. 1988. *Kesehatan Mental cet. Ke-14*. Jakarta: BPK Gunung Mulia.
- Elizabeth Hurlock. 1991. *Perkembangan Anak jilid 1*. Jakarta: Erlangga.
- Gerard corey, 1995. *Theory and Practice of Psychotherapy terjemahan Mulyato*. Semarang. IKIP Semarang Press.
- Irwin L. Kutash & Louis B. Schlesinger. 1981. *Handbook on Stress and Anxiety*. San Fransisco. Jossey-Buss Publishers.
- Keputusan Menteri Pendidikan Nasional No 006 Tahun 2008 tentang *Pedoman Penerimaan Calon Mahasiswa Baru pada Perguruan Tinggi Negeri dan Peraturan Dirjen Dikti Kemendiknas No18/DIKTI/Kep/2008 Tanggal 28 Maret 2008 tentang Seleksi Nasional Masuk Perguruan Tinggi Negeri (SNMPTN)*
- Kompas. 2010. *Ujian Nasional masih menjadi momok yang menakutkan*.
- Margono S, 2007. *Metodologi Penelitian Pendidikan*. PT. Rineka citra jakarta
- M. Nur Gufron dan Rini Risnawati S. 2010. *Teori – Teori Psikologi*, Jogja: Ar-Ruzz Media Group,
- Ormrod, J.E. 2006. *Educational Psychology: Developing Learnes*. New York: Pearson Education inc.
- Peraturan Bersama Kepala Dinas Pendidikan Provinsi DKI Jakarta dan Kepala Kantor Wilayah Kementerian Agama Provinsi DKI Jakarta. *Petunjuk Teknis Pelaksanaan Ujian Akhir Sekolah Berstandar Nasional, Ujian Nasional dan Ujian Sekolah atau madrasah thn pelajaran 2009/2010*. Dinas Pendidikan Provinsi DKI Jakarta. 2010.
- Peraturan Menteri No.75 tahun 2009.
- Primusanto. 2000. *Hubungan Antara Tipe kepribadian Mahasiswa Dengan Tingkat Kecemasannya*. Dalam Proses Pembuatan Skripsi. Universitas Indonesia

- Rita L Atkinson, 1993. *Pengantar Psikologi Edisi kedelapan jilid dua* alih bahasa : Nurjaman Tufic .Jakarta: Erlangga
- Spielberger, Charles. D. 1966. *Anxiety and Behavioral*. New York: Academic Press,Inc.
- Spielberger.1972. *Anxiety Current Trends in Theory and Research, vol. 1*, New York.
- Spielberger, Charles. D. 1979. *Understanding Stress and Anxiety*. New York
- Sukmadinata, N.S, 2003. *Landasan Psikologi Proses Pendidikan*. Bandung : PT Remaja Rosdakarya
- Usman, Moh. Uzer. 2004. *Menjadi Guru Profesional cet.ke-16*. Bandung: PT. Remaja Rosdakarya.
- Wolman, B.B.& Srickler, G. 1994. *Anxiety and related disorders a handbooks*. New York : John Wiley & Sons, Inc.
- Zeidner, M. 1998. *Test Anxiety: The State of The Art*. New York: Kluwer Academic Publishers.