

BAB IV

HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

Pada bab ini, Peneliti akan memaparkan hasil penelitian dan menguraikan pembahasan yang didasarkan pada data yang diperoleh melalui kegiatan penyebaran angket tentang tingkat kecemasan siswa menghadapi ujian nasional di SMA Negeri 14 Jakarta Timur.

A. Deskripsi Data

Bab ini menjelaskan hasil penelitian yang dilakukan terhadap 73 orang responden yang merupakan sampel dari 273 siswa kelas XII. Responden merupakan siswa kelas XII SMA Negeri 14 Jakarta Timur. Penelitian ini bersifat deskriptif yang bertujuan untuk memperoleh gambaran mengenai Tingkat Kecemasan Siswa dalam Menghadapi Ujian Nasional di SMA Negeri 14 Jakarta Timur.

1. Deskripsi Data Responden

Terdapat 273 siswa kelas XII yang terdiri dari 7 kelas, berdasarkan teknik *cluster* maka terdapat 2 kelas yang terpilih yaitu XII IPA = 37 siswa dan XII IPS = 36 siswa sehingga jumlah sampel 73 siswa kelas XII.

Berikut data responden yang merupakan sampel dari penelitian ini :

Tabel 4.1
Data Responden SMA Negeri 14 Jakarta Timur

No.	Kelas	Jumlah
1.	XII IPA 1	37
2.	XII IPS 1	36
Jumlah Total		73

B. Hasil Analisis Data

Data yang diperoleh merupakan hasil penyebaran angket yang diperoleh dari 73 siswa kelas XII IPA dan IPS SMA Negeri 14 Jakarta Timur. Hasil pengumpulan data akan dideskripsikan sebagai berikut :

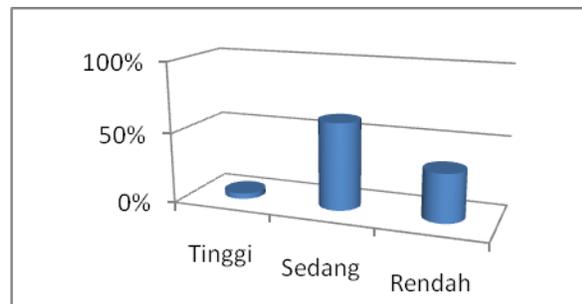
1. Analisis Data Secara Keseluruhan

Penelitian ini dilakukan melalui pemberian angket pada siswa kelas XII IPA dan IPS SMA Negeri 14 Jakarta Timur. Berdasarkan data secara keseluruhan menunjukkan bahwa terdapat 76 item pernyataan positif dan negatif yang disebarkan dengan mean sebesar 190, varians 1444 dan standar deviasi sebesar 38. Berdasarkan perhitungan di atas, diketahui bahwa secara keseluruhan responden memiliki tingkat kecemasan dengan kategori **tinggi** yaitu sebanyak 3 siswa atau 4%, sedangkan pada kategori **sedang** sebanyak 45 siswa atau 62%, dan yang memiliki tingkat kecemasan yang berada pada kategori **rendah** sebanyak 25 siswa atau 34%. Dapat dilihat pada tabel 4.2:

Tabel 4.2
Data kecemasan siswa menghadapi ujian nasional
Berdasarkan kategorisasi secara keseluruhan

kategorisasi	Rentang Skor	Frekuensi	Persentase
Tinggi	$228 \leq X$	3	4%
Sedang	$152 \leq x < 228$	45	62%
Rendah	$x < 152$	25	34%
Jumlah		73	100%

Berdasarkan tabel diatas dinyatakan, terdapat kecemasan pada siswa untuk mengikuti ujian nasional dengan kategori sedang. Hal ini dapat terjadi karena adanya faktor internal dan eksternal dalam diri siswa. Faktor internal mengacu pada diri sendiri meliputi pikiran dan perasaannya tentang ujian nasional dan faktor eksternalnya di dapat dari luar diri siswa contohnya, bahwa ujian nasional dijadikan sebagai satu-satunya patokan untuk lulus dan untuk melanjutkan pendidikan ke jenjang yang lebih tinggi. Agar dapat lebih menggambarkan data maka dapat dilihat melalui grafik berikut ini :



Grafik 4.2
Data Kecemasan Siswa Menghadapi Ujian Nasional
Secara Keseluruhan

2. Analisis Data Berdasarkan Aspek

Pemaparan data per aspek dilakukan untuk mengetahui gambaran tentang aspek tingkat kecemasan siswa kelas XII IPA dan IPS dalam menghadapi ujian nasional SMA Negeri 14 Jakarta Timur.

Berdasarkan data persentase yang di dapat kecemasan siswa menghadapi ujian nasional pada posisi **tinggi** terdapat pada aspek **afektif** sebesar 49%, kemudian **kedua** aspek **kognitif** sebesar 47% dan kecemasan

yang ketiga atau **terendah** adalah pada aspek **behavioral** dengan persentase sebesar 4%. Melihat rentang persentasenya antara tiga aspek kecemasan bahwa aspek kognitif dan afektif tidak begitu jauh nilai persentasenya maka dapat dikatakan bahwa aspek kognitif dan afektif lebih mempengaruhi kecemasan siswa dalam menghadapi ujian nasional pada siswa kelas XII IPA dan IPS. Dapat dilihat pada tabel 4.3 sebagai berikut :

Tabel 4.3
Data Kecemasan Siswa Berdasarkan
Aspek Kognitif, Afektif, dan Behavioral

No	Aspek	Jumlah Skor Total	Persentase
1	Kognitif	5477	47%
2	Afektif	5756	49%
3	Behavioral	518	4%
	Jumlah	11751	100%

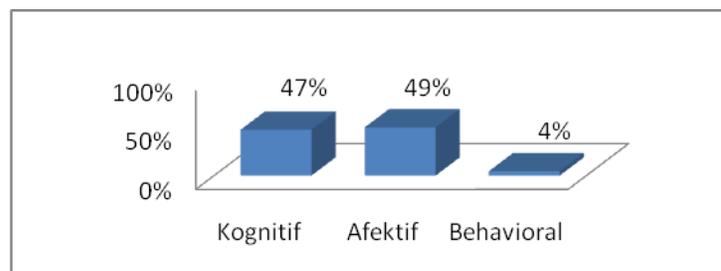
Berdasarkan tabel di atas, dilihat salah satu aspek terbesar yang dapat mempengaruhi siswa cemas dalam menghadapi ujian nasional adalah aspek afektif. Aspek afektif berdasarkan teori yang juga termasuk di dalamnya *emosionalitas* yang dijelaskan oleh Spilberger(1979) yaitu potensi yang mengalami reaksi kecemasan setiap kali stimulus atau situasi yang dipandang sebagai ancaman, sehingga hal ini membangkitkan aspek afektifnya secara *emosionalitas* dan munculnya sebuah *state anxiety*. Begitu pula halnya pada siswa kelas XII IPA dan IPS di SMA Negeri 14 Jakarta Timur aspek afektif mempunyai pengaruh yang cukup tinggi dalam tingkat

kecemasan siswa dalam menghadapi ujian nasional pada tahun ajaran 2010/2011.

Selain itu diikuti pula aspek kognitif yang dapat menyebabkan timbulnya kecemasan dalam ujian nasional. Aspek kognitif menurut Sarason (Zeidner,1998) dianggap sebagai reaksi kognitif negatif dari seseorang ketika dihadapkan pada situasi tes, yang artinya bahwa adanya pikiran-pikiran yang kurang relevan yang melekat pada pikiran siswa yang akan mempengaruhi kecemasan sesaat untuk menghadapi tes atau ujian nasional. Salah satu pemikiran siswa yang buruk mengenai ujian, misalnya “Saya membayangkan kalau hidup saya akan hancur jika gagal dalam ujian nasional”. Dengan adanya pemikiran seperti itu pada siswa kelas XII IPA dan IPS di SMA Negeri 14 Jakarta Timur berarti adanya kecemasan secara kognitif untuk menghadapi ujian nasional.

Sedangkan pada aspek behavioral merupakan perolehan terendah artinya bahwa aspek behavioral ini mengacu pada sifat menghindar dan menunda pada hal akademik, seperti menunda belajar dan mengikuti bimbingan belajar adalah suatu kesia-sian, sedangkan ujian nasional harus tetap dilalui oleh setiap siswa yang berada di kelas XII IPA dan IPS, oleh karena itu walaupun adanya penundaan dan penghindaran dalam ujian nasional itu merupakan suatu cara melindungi diri sendiri dalam mengurangi ketegangan dan stress sebelum ujian berlangsung.

Dengan demikian berdasarkan data penelitian , maka dapat dikatakan bahwa aspek afektif adalah reaksi kecemasan paling tinggi persentasenya yang juga dipengaruhi oleh aspek kognitif. Siswa mengalami kecemasan pada aspek afektif karena adanya perasaan-perasaan khawatir yang terdapat dalam diri siwa, sehingga perasaan negatif akan muncul mengenai ujian/tes seperti, ketakutan akan apa yang terjadi nanti ketika ujian nasional berlangsung. Ketakutan ini mungkin terjadi saat mengerjakan soal ujian nasional yaitu ketakutan akan kehabisan waktu untuk mengerjakan soal-soal UN dan akan mempengaruhi sistem kognitif sehingga siswa akan berfikir negatif atau positif tentang masa depannya. Agar dapat lebih menggambarkan data maka dapat dilihat melalui grafik sebagai berikut :



Grafik 4.3
Data Kecemasan Siswa Berdasarkan
Aspek Kognitif, Afektif, dan Behavioral

3. Analisis Data Berdasarkan Indikator

Indikator pada kecemasan siswa terbagi menjadi enam yaitu *worry*, *self-preoccuation*, reaksi fisiologis, *emosionaliti*, *procrastination* (penundaan), *avoidance* (menghindar).

Dengan demikian pemaparan data per-indikator dilakukan untuk mengetahui gambaran tiap Indikator tingkat kecemasan siswa kelas XII IPA dan IPS dalam menghadapi Ujian Nasional SMA Negeri 14 Jakarta Timur.

3.1 Indikator keseluruhan

Untuk menggambarkan hasil penelitian berdasarkan indikator dan berdasarkan aspek di dalamnya di dapatkan data kecemasan siswa kelas XII IPA dan IPS tertinggi dengan jumlah persentase 35% adalah indikator *self-preoccupation* dan *emosionaliti*, kecemasan urutan kedua adalah indikator reaksi fisiologis dengan persentase 14% dan urutan ketiga adalah indikator *worry* persentase 12% dan kecemasan terendah adalah *proccrastination* (penundaan) persentase 3% dan *avoidance* (menghindar) dengan persentase 2% hal ini karena tidak dapat menghindari ujian nasional jika ingin menyelesaikan jenjang tingkat menengah. Dapat dilihat pada tabel 4.4 sebagai berikut :

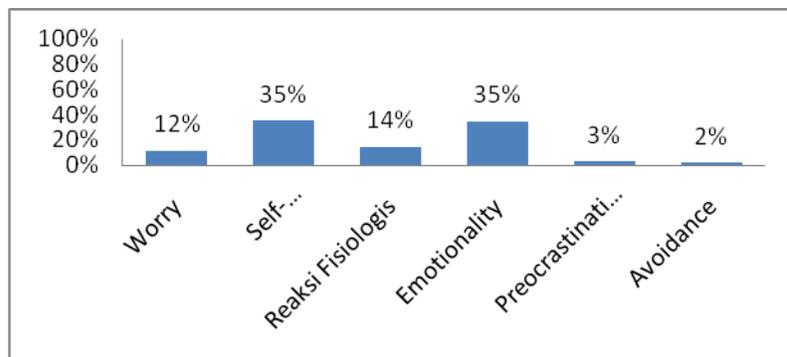
Tabel 4.4
Data Kecemasan Siswa Berdasarkan Indikator

Aspek	No	Indikator	Jumlah Skor Total	Persentase
Kognitif	1	Worry	1369	12%
	2	Self-Preoccupation	4108	35%
Afektif	3	Reaksi Fisiologis	1676	14%
	4	Emotionality	4080	35%
Behavioral	5	Procrastination	321	3%
	6	Avoidance	197	2%
		Jumlah	11751	100

Berdasarkan hasil data tabel diatas, maka dapat dikatakan bahwa indikator *self-preoccupation* yang terletak pada aspek kognitif dan *emosionalitas* yang terletak pada aspek afektif adalah indikator kecemasan paling tinggi persentasenya yang juga dipengaruhi oleh reaksi fisiologis dan *worry*, akan tetapi cukup kecil kemungkinan terjadinya *procrastination* (penundaan) dan *avoidance* (menghindar) karena hal ini sebagai suatu bentuk perilaku negatif untuk mengikuti ujian nasional apabila menunda atau menghindar.

Oleh karena itu, pada siswa kelas XII IPA dan IPS SMA Negeri 14 Jakarta Timur peneliti menemukan terjadinya kecemasan menghadapi ujian nasional terletak pada *self-preoccupation* dan *emosionalitas*. Hal ini terjadi karena siswa sibuk memikirkan kinerjanya untuk menghadapi ujian nasional, seperti belajar dengan giat sehingga memicu hadirnya emosionalnya dalam menghadapi ujian. Pernyataan ini diperkuat dengan adanya hasil penemuan

penelitian Hill 1980 (<http://tysar.wordpress.com>) yang melibatkan 10.000 ribu siswa sekolah dasar dan menengah di Amerika menunjukkan bahwa sebagian besar siswa yang mengikuti tes gagal menunjukkan kemampuan mereka yang sebenarnya disebabkan oleh situasi dan suasana tes yang membuat mereka cemas. Sebaliknya, para siswa ini memperlihatkan hasil yang lebih baik jika berada pada kondisi yang lebih optimal, dalam arti unsur-unsur yang membuat siswa berada dibawah tekanan dikurangi atau dihilangkan sama sekali. Ini menunjukkan bahwa sebenarnya para siswa tersebut menguasai materi yang diujikan tapi gagal memperlihatkan kemampuan mereka yang sebenarnya karena kecemasan yang melanda mereka saat menghadapi tes. Agar dapat lebih menggambarkan maka dapat dilihat pada grafik berikut ini :



Grafik 4.4
Data Kecemasan Siswa Berdasarkan Indikator

Peneliti juga mencoba menjelaskan secara deskriptif per-indikator dari yang tertinggi hingga terendah penjelasannya sebagai berikut :

a) Indikator *Self-preoccupation*

Berdasarkan data yang didapat bahwa indikator *self-preoccupation* dari keseluruhan indikator termasuk dalam kategorisasi **tinggi** dengan persentase 35%. Indikator *self-preoccupation* menurut Sarason (Zeidner,1998) merupakan kecenderungan untuk menjadi sibuk dan terfokus pada diri sendiri ketika dihadapkan pada situasi ancaman evaluasi/penilaian artinya, bahwa siswa kelas XII IPA dan IPS SMA Negeri 14 Jakarta Timur lebih memikirkan diri sendiri akan persiapan untuk mengikuti ujian nasional sehingga stimulus muncul mengenai pikiran-pikiran negatif tentang diri sendiri seperti, “jika akan kesulitan dalam menjawab soal-soal ujian” dalam mengikuti ujian nasional.

b. Indikator *Emosionalita*

Berdasarkan data yang didapat pada indikator *emosionalita* termasuk dalam persentase **tinggi** dengan angka persentase 35% setingkat dengan indikator *self-preoccupation*. Indikator *emosionalita* menurut Zeidner (1998) dan Spielberger (1979) yaitu merupakan potensi yang mengalami reaksi kecemasan setiap kali sebuah stimulus atau suatu yang dipandang sebagai ancaman dan membangkitkan sebuah *state anxiety* pada suatu keadaan

yang tidak menyenangkan, yang artinya bahwa ujian nasional dipandang sebagai stimulus yang kurang menyenangkan pada sebagian siswa kelas XII IPA dan IPS yang akan mengikuti ujian nasional sehingga menggugah adanya suatu kekhawatiran yang muncul dari indikator *emosional*.

Pernyataan ini juga didukung oleh penelitian sebelumnya yaitu menurut Suryanto (1994) bahwa kecemasan mengikuti tes/ujian adalah suatu intensitas dari penghayatan yang subjektif dari adanya perasaan tegang, terancam dan was-was yang dialami seseorang, dan perasaan ini disertai dengan adanya peningkatan aktivitas susunan saraf otonom. Intensitas dan lamanya suatu kecemasan tes, tergantung pada besar stres dan interpretasi individu tentang suatu suasana yang dianggapnya mengancam.

c. Indikator Reaksi Fisiologis

Berdasarkan data yang didapat pada indikator reaksi fisiologis secara keseluruhan termasuk dalam persentase **urutan kedua** dengan persentase 14%. Pemunculan dan perubahan reaksi fisiologis diawali dengan adanya stimulus kognitif seperti yang dikatan Sieber et al. (<http://gudanginfo.info>) kecemasan dianggap sebagai salah satu faktor penghambat dalam belajar yang dapat mengganggu kinerja fungsi-fungsi kognitif seseorang, seperti dalam berkonsentrasi, mengingat, pembentukan konsep dan pemecahan masalah. Pada tingkat kronis dan akut, gejala kecemasan dapat berbentuk gangguan fisik atau reaksi fisiologis. Berdasarkan penelitian data yang

didapatkan bahwa pada siswa kelas XII di SMA Negeri 14 Jakarta Timur ada yang merasakan kecemasan fisiologis namun tidak terlalu mencolok dalam mengikuti ujian nasional.

d) Indikator *Worry*

Berdasarkan data yang didapat bahwa indikator *worry* dengan jumlah persentase 12% yang terletak pada urutan ketiga pada keseluruhan indikator. Pernyataan ini di dukung oleh penjelasan teori Sharma dan Sud (Schwarzer, Van Der Ploeg & Spielberger) komponen *worry* adalah gejala yang menentukan kinerja seseorang dalam mengerjakan tes atau suatu indikator yang berpengaruh yang dapat mengakibatkan penurunan kinerja dalam situasi penilaian sehingga terjadi kecemasan pada saat menjelang tes/ujian. Reaksi kecemasan *worry* dapat terjadi kemungkinan adanya bahwa siswa lebih memberikan perhatiannya pada implikasi dan akan konsekuensi kegagalannya jika tidak lulus ujian contohnya, jika siswa gagal dalam UN tidak dapat melanjutkan keperguruan tinggi.

e) Indikator *Proccrastination* (Penundaan)

Berdasarkan data yang didapat pada indikator *proccrastination* secara keseluruhan indikator termasuk dalam persentase **rendah** dengan persentase 3%. *Proccrastination* berdasarkan teori menurut Zeidner (1998) menjelaskan bahwa segi behavioral dalam kecemasan tes merupakan

perilaku yang timbul ketika siswa dihadapkan oleh suatu tes/ujian. *Proccrastination* atau disebut dengan penundaan, penundaan yang dimaksud adalah penundaan pada akademiknya seperti, siswa pada saat menjelang ujian/tes menunda-nunda untuk belajarnya. Hal ini kemungkinan karena adanya tugas-tugas mata pelajaran lain sehingga materi-materi UN menjadi tertunda.

Berdasarkan data penelitian bahwa kecemasan siswa menghadapi ujian nasional dari indikator *proccrastination* pada siswa kelas XII IPA dan IPS di SMA Negeri 14 Jakarta Timur dalam menghadapi ujian nasional ada namun tidak terlalu terlihat jelas untuk indikator penundaan dalam hal akademik.

f) Indikator *Avoidance* (Menghindar)

Berdasarkan data yang didapat pada indikator *avoidance* atau disebut dengan menghindar berdasarkan keseluruhan indikator termasuk juga dalam persentase **rendah** dengan angka persentase 2%. Indikator *avoidance* secara teori menurut Zeidner (1998) adalah sebuah perilaku menghindar merupakan suatu perangkat “melindungi diri sendiri” dalam mengurangi ketegangan atau stress sebelum ujian berlangsung, perilaku menghindar adalah suatu gejala negatif dalam dalam menghadapi ujian/tes.

Untuk siswa tingkat menengah yang telah mencapai tingkat XII harus mengikuti ujian nasional jika ingin melanjutkan pada jenjang berikutnya,

dengan demikian berdasarkan data penelitian di SMA Negeri 14 Jakarta Timur pada kelas XII IPA dan IPS pada indikator *avoidance*, penghindaran dalam situasi menjelang ujian nasional hanya terbatas pada akademiknya saja tidak terlalu terlihat jelas.

4. Analisa Data Berdasarkan Sub-Indikator

Untuk mengetahui gambaran data per sub-indikator secara keseluruhan pada kecemasan siswa menghadapi ujian nasional kelas XII IPA dan IPS di SMA Negeri 14 Jakarta Timur, maka analisa data sub-indikator diperlukan.

Kecemasan siswa menghadapi ujian nasional secara keseluruhan terdapat tiga puluh enam sub-indikator yaitu terdiri dari pemikiran bahwa situasi yang dinilai akan menyulitkan, memberikan perhatian pada implikasi dan konsekuensi kegagalan, berfikir akan mendapat hasil tes yang tidak memuaskan, ketidak pastian tentang kemampuan mengatasi konsekuensi tes, dikuasai oleh ketakutan akan kegagalan, menyalahkan diri sendiri, mengkritik diri, penilaian melemahkan diri, kurang puas terhadap diri sendiri, keraguan terhadap kompetensi akademik diri, ragu terhadap kemampuan diri untuk mengatasi situasi yang menantang, pikiran merendahkan diri, memiliki keyakinan pesimis terhadap diri sendiri, keraguan diri dalam situasi ujian/penilaian, melebih-lebihkan hasil perilaku negatif, perfeksionis, keyakinan bahwa diri tidak akan berdaya, merasa terasing dalam situasi

penilaian/ujian, gangguan lambung, rasa mual, berkeringat, tangan dingin dan lembab, buang air kecil, mulut kering, tangan atau tubuh gemetar. Tegang, kecemasan tentang masa depan yang tidak menyenangkan, gugup, khawatir, merasa tenang, merasa kesal, ketakutan akan apa yang terjadi, santai, bingung, marah dan sedih.

Pemaparan data sub-indikator dilakukan untuk mengetahui gambaran per persentase tiap sub-indikator tingkat kecemasan siswa kelas XII IPA dan IPS dalam menghadapi Ujian Nasional di SMA Negeri 14 Jakarta Timur.

Berdasarkan hasil penelitian terlihat bahwa perbedaan persentase pada masing-masing kecemasan siswa dalam menghadapi ujian nasional per sub-indikator menunjukkan hasil yang tidak jauh berbeda. Persentase kecemasan siswa menghadapi ujian nasional **tinggi** dengan persentase 4% berdasarkan keseluruhan sub-indikator di kelas XII IPA dan IPS terletak pada sub-indikator kecemasan tentang masa depan yang tidak menyenangkan, merasa kesal, ketakutan akan apa yang terjadi, dan sedih. Kecemasan ini memiliki persentase tertinggi kemungkinan dipengaruhi oleh rasa kekhawatiran, ketakutan terhadap diri setiap siswa dalam menghadapi ujian nasional pada ajaran 2010/2011.

Kecemasan urutan kedua dengan persentase 3% adalah sub-indikator pemikiran bahwa situasi yang di nilai akan menyulitkan, memberikan perhatian pada implikasi dan konsekuensi kegagalan, berfikir akan mendapatkan hasil yang tidak memuaskan, ketidak pastian tentang

kemampuan mengatasi konsekuensi tes, mengkritik diri, kurang puas terhadap diri sendiri, keraguan terhadap kompetensi akademik diri, ragu terhadap kemampuan diri untuk mengatasi situasi yang menantang, memiliki keyakinan pesimis terhadap diri sendiri, melebih-lebihkan hasil perilaku negatif, perfeksionis, keyakinan bahwa diri tidak akan berdaya, tegang, gugup, khawatir, binggung dan marah. Reaksi ini dapat menyebabkan perilaku cemas mengingat bahwa adanya faktor kecemasan baik secara eksternal yaitu adanya stressor yang merupakan sumber ancaman dari lingkungan eksternal yang pada akhirnya mempengaruhi penilaian kognitif (Spielberger, 1979) hal ini di sebabkan karena ujian nasional dijadikan sebagai satu-satunya patokan untuk lulus dan untuk melanjutkan pendidikan ke jenjang yang lebih tinggi, sedangkan faktor internal menurut Spilberger (1979) ketika perasaan seseorang berfikir mengenai bahaya yang mengancam, secara tidak langsung orang tersebut akan membawa perasaannya dan perasaan tersebut merupakan emosi yang tidak menyenangkan akibat adanya sumber bahaya.

Kecemasan ketiga atau terendah adalah dengan persentase 2% yaitu sub-indikator kecemasan dikuasai oleh ketakutan akan kegagalan, menyalahkan diri sendiri, penilaian melemahkan diri, pikiran merendahkan diri, keraguan diri dalam situasi ujian/penilaian, merasa terasing dalam situasi penilaian/ujian, merasa tenang, santai dan juga terdapat pada kecemasan siswa menghadapi ujian nasional dengan gejala reaksi fisiologis yaitu

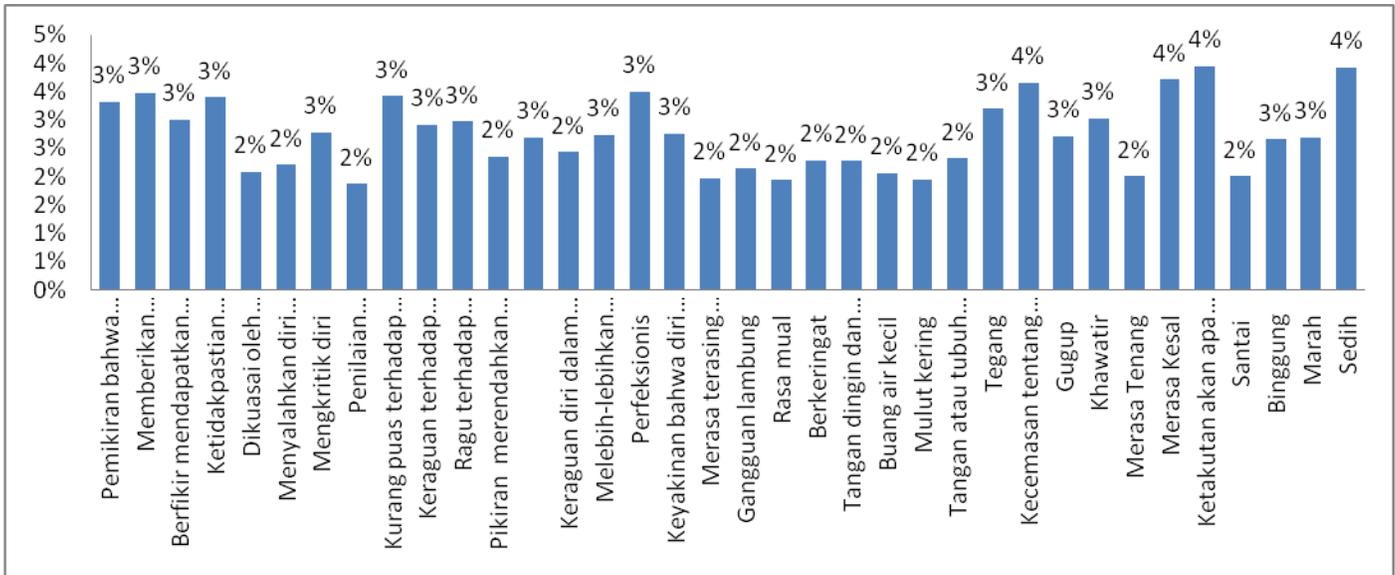
gangguan lambung, rasa mual, berkeringat, tangan dingin dan lembab, buang air kecil, mulut kering, dan tangan atau tubuh gemetar. Kondisi-kondisi tersebut cukup mempengaruhi kecemasan siswa dalam menghadapi ujian nasional. Pada penelitian ini, siswa kelas XII IPA dan IPS SMA Negeri 14 Jakarta Timur menganggap bahwa kondisi tersebut mempengaruhi timbulnya kecemasan siswa menghadapi ujian nasional. Hal tersebut jika siswa mampu mengkondisikan dirinya tentang ujian nasional dan stimulus-stimulus yang masuk, kemungkinan untuk menghadapi ujian nasional akan dapat di ikuti dengan baik.

Untuk menggambarkan data penelitian berdasarkan sub-indikator keseluruhan maka dapat dilihat melalui penyajian tabel dan grafik sebagai berikut:

Tabel 4.5
Data kecemasan Siswa Berdasarkan Sub-Indikator

No.	Data Sub Indikator	Jumlah Skor Total	Persentase	Indikator
1	Pemikiran bahwa situasi yang dinilai akan menyulitkan	372	3%	Worry
2	Memberikan perhatian pada implikasi dan konsekuensi kegagalan	390	3%	
3	Berfikir mendapatkan hasil tes yang tidak memuaskan	226	3%	
4	Ketidakpastian tentang kemampuan mengatasi konsekuensi tes	381	3%	
5	Dikuasai oleh ketakutan akan kegagalan	233	2%	
6	Menyalahkan diri sendiri	247	2%	
7	Mengkritik diri	311	3%	
8	Penilaian melemahkan diri	209	2%	

9	Kurang puas terhadap diri sendiri	383	3%	Self-preoccupation
10	Keraguan terhadap kompetensi akademik diri	327	3%	
11	Ragu terhadap kemampuan diri untuk mengatasi situasi yang menantang	333	3%	
12	Pikiran merendahkan diri	264	2%	
13	Memiliki keyakinan pesimis terhadap diri sendiri	301	3%	
14	Keraguan diri dalam situasi ujian	272	2%	
15	Melebih-lebihkan hasil perilaku negatif	118	2%	
16	Perfeksionis	393	3%	
17	Keyakinan bahwa diri tidak berdaya	309	3%	
18	Merasa terasing dalam situasi penilaian	220	2%	
19	Gangguan lambung	240	2%	Reaksi Fisiologis
20	Rasa mual	217	2%	
21	Berkeringat	256	2%	
22	Tangan dingin dan lembab	255	2%	
23	Buang air kecil	230	2%	
24	Mulut kering	218	2%	
25	Tangan atau tubuh gemetar	260	2%	
26	Tegang	358	3%	Emosionalitas
27	Kecemasan tentang masa depan yang tidak menyenangkan	410	4%	
28	Gugup	304	3%	
29	Khawatir	339	3%	
30	Merasa Tenang	378	2%	
31	Merasa Kesal	416	4%	
32	Ketakutan akan apa yang terjadi	442	4%	
33	Santai	392	2%	
34	Binggung	298	3%	
35	Marah	302	3%	
36	Sedih	441	4%	



Tabel 4.5
Data kecemasan Siswa Berdasarkan Sub-Indikator

5. Analisa Data Berdasarkan Kelas

Untuk mengetahui gambaran data berdasarkan kelas IPA dan IPS pada tingkat kecemasan siswa menghadapi ujian nasional di SMA Negeri 14 Jakarta Timur, maka analisa data berdasarkan kelas diperlukan. Siswa kelas XII yang mengisi angket berjumlah 73 orang yaitu 37 siswa kelas XII IPA dan 36 siswa kelas XII IPS.

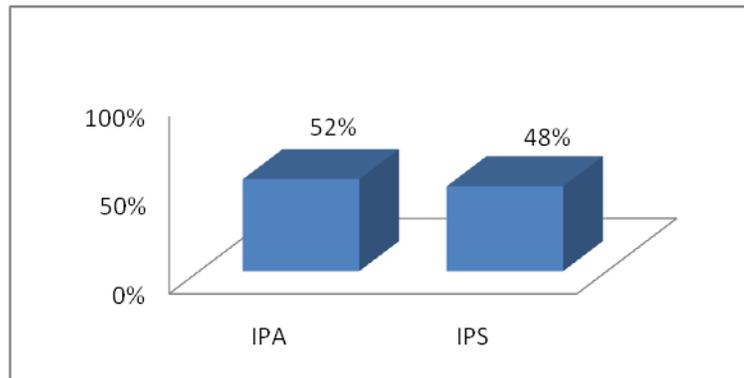
Berdasarkan hasil penelitian terlihat bahwa kelas XII IPA dengan persentase 52% yang artinya lebih tinggi kecemasannya dalam menghadapi

ujian nasional tahun ajaran 2010-2011 dari pada kelas XII IPS dengan persentase 48%. Dapat dilihat pada tabel sebagai berikut :

Tabel 4.6
Data kecemasan Siswa Berdasarkan Kelas

No	Kelas	Jumlah Skor Total	Persentase
1	IPA	6108	52%
2	IPS	5643	48%
	Jumlah	11751	100%

Berdasarkan tabel di atas, pada kelas XII IPA lebih tinggi persentasenya karena siswa diajarkan untuk lebih pandai memecahkan masalah dalam pelajaran-pelajaran yang dipelajarinya, demikian juga pada kelas IPS yaitu pada pemecahan masalah bidang sosial dengan demikian hal ini dapat menjadi penyebab terjadinya kecemasan yaitu pada mata pelajaran bidang masing-masing program yang cukup mempengaruhi siswa sebelum menghadapi ujian nasional, karena tidak semua mata pelajaran yang dipelajari dan diujikan untuk ujian nasional sehingga dapat juga mempengaruhi penguasaan mata pelajaran yang akan di ujikan, apabila ada siswa yang tidak menguasai pelajaran yang di ujikan maka, akan muncul reaksi cemas sebelum menghadapi ujian. Pada kelas IPA mata pelajaran yang akan diujikan yaitu bahasa indonesia, biologi, bahasa inggris, matematika, fisika dan kimia. Kelas IPS yaitu bahasa indonesia, sosiologi, bahasa inggris, matematika, geografi dan ekonomi. Agar dapat menggambarkan maka dapat dilihat berdasarkan garafik sebagai berikut :



Grafik 4.6
Data Kecemasan Siswa Berdasarkan Kelas

6. Analisa Data Berdasarkan Jenis Kelamin

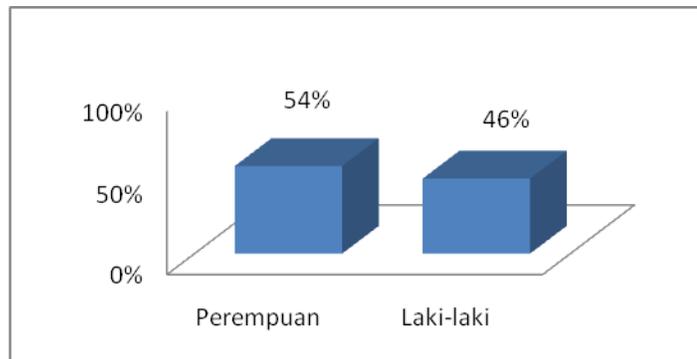
Untuk mengetahui gambaran data berdasarkan jenis kelamin pada tingkat kecemasan siswa kelas XII IPA dan IPS menghadapi ujian nasional di SMA Negeri 14 Jakarta Timur, maka analisa data berdasarkan jenis kelamin diperlukan. Dengan jumlah siswa kelas XII yang mengisi angket 73 orang sehingga, jumlah perempuan yaitu 39 orang dan laki-laki yaitu 34 orang.

Pada umumnya setiap individu yang akan mengikuti ujian pasti merasakan kecemasan begitu juga siswa dan siswi yang akan mengikuti ujian nasional. Berdasarkan hasil penelitian kecemasan yang terjadi berdasarkan jenis kelamin yaitu perempuan dengan persentase 54% yang artinya lebih tinggi kecemasannya dibandingkan laki-laki dengan persentase 46% dalam menghadapi ujian nasional tahun ajaran 2010-2011.

Tabel 4.7
Data Kecemasan Siswa Berdasarkan Jenis Kelamin

No	Jenis kelamin	Jumlah skor total	Persentase
1	Perempuan	6329	54%
2	Laki-laki	5422	46%
		11751	100%

Berdasarkan data tabel di atas, perempuan lebih tinggi cemasnya kemungkinan perempuan lebih mengandalkan perasaannya sehingga lebih cepat muncul rasa kekhawatiran, tegang, gugup, dan rasa malu jika tidak lulus ujian maka, rasa cemas sebelum menghadapi ujian akan muncul dan mempengaruhi. Sehingga hal ini akan mengganggu saat ujian nasional berlangsung. Agar dapat lebih menggambarkan maka dapat dilihat penyajian grafik sebagai berikut :



Grafik 4.7
Data Kecemasan Siswa Berdasarkan Jenis Kelamin

C. Pembahasan Hasil Penelitian

Hasil penelitian secara umum berdasarkan keseluruhan yang telah dipaparkan sebelumnya yaitu tingkat kecemasan siswa kelas XII IPA dan IPS menghadapi ujian nasional di SMA Negeri 14 Jakarta Timur didapatkan data persentase 62 % dengan kategorisasi tingkat **sedang**, yang artinya bahwa siswa mengalami tingkat kecemasan dalam menghadapi ujian nasional tahun ajaran 2010-2011. Dengan demikian bahwa ada kecemasan pada siswa untuk mengikuti ujian nasional. Hal ini dapat terjadi karena adanya faktor internal dan eksternal dalam diri siswa. Faktor internal mengacu pada diri sendiri meliputi pikiran dan perasaannya tentang ujian nasional dan faktor eksternalnya di dapat dari luar diri siswa contohnya, bahwa ujian nasional dijadikan sebagai satu-satunya patokan untuk lulus dan untuk melanjutkan pendidikan ke jenjang yang lebih tinggi.

Berdasarkan hasil penelitian tiga aspek yang telah dipaparkan sebelumnya yaitu aspek kognitif, Afektif dan behavioral didapatkan data bahwa kecemasan siswa yang memiliki persentase tertinggi dalam ujian nasional pada siswa kelas XII IPA dan IPS yang mengalami kecemasan dalam ujian nasional akan memunculkan reaksi cemas pada **aspek afektif** dan di ikuti aspek **kognitif**. Dengan demikian, aspek afektif dan kognitif merupakan bentuk reaksi cemas yang sangat mempengaruhi siswa dalam menghadapi ujian nasional.

Hal ini dapat terjadi karena adanya kekhawatiran para siswa tentang ujian nasional, berdasarkan fenomena di SMA Negeri 14 Jakarta Timur sebelumnya siswa khawatir tentang kesulitan soal UN, sehingga memicu kecemasan mereka yang berakibat tidak hanya soal-soal yang sulit saja yang tidak dapat mereka jawab, tapi juga soal-soal yang mudah yang sebenarnya sudah mereka kuasai sehingga mereka pun berfikir akan kehabisan waktu pada saat mengerjakan soal-soal ujian. Dengan adanya pikiran seperti itu reaksi cemas pada aspek kognitif muncul secara bersamaan karena aspek kognitif lebih mengacu pada pikiran-pikiran seseorang ketika akan menghadapi tes/ujian. Pikiran yang negatif akan menjadi penghambat untuk mengikuti ujian/tes. Pernyataan ini juga didukung oleh Sieber et al. (<http://gudanginfo.info>) kecemasan dianggap sebagai salah satu faktor penghambat dalam belajar yang dapat mengganggu kinerja fungsi-fungsi kognitif seseorang, seperti dalam berkonsentrasi, mengingat, pembentukan konsep dan pemecahan masalah. Pada tingkat kronis dan akut, gejala kecemasan dapat berbentuk gangguan fisik.

Berdasarkan indikator yang berjumlah enam yaitu indikator *worry*, *self-preoccupation*, reaksi fisiologis, *emosionalitas*, *procrastination*, dan *avoidance*. Hasil penelitian menunjukkan bahwa terdapat dua reaksi yang terlihat jelas cukup menonjol dibanding reaksi yang lain dalam kecemasan siswa kelas XII IPA dan IPS menghadapi ujian nasional. Kecemasan pada *self-preoccupation* dan *emosionalitas* merupakan yang paling tinggi persentasenya dalam

menghadapi ujian nasional. Telah dijelaskan secara umum sebelumnya pada pembahasan kecemasan siswa menghadapi ujian nasional, agar pembahasan lebih tajam maka peneliti menguraikan kembali secara terperinci.

Indikator *self-preoccupation* dan *Emotionality* yang memiliki persentase tertinggi atau lebih berperan menyebabkan kecemasan siswa dalam ujian nasional pada siswa kelas XII IPA dan IPS di SMA Negeri 14 Jakarta Timur dengan persentase sebesar 35%.

Self-preoccupation ini menggambarkan bahwa adanya kecemasan dalam diri siswa sendiri untuk menghadapi ujian nasional. Menurut Sarason (Zeidner;1998) *self-preoccupation* merupakan kecenderungan untuk menjadi sibuk dan terfokus pada diri sendiri ketika dihadapkan pada ancaman evaluasi/penilaian. Artinya, kecemasan pada siswa yang dirasakan adalah kecemasan pada diri mereka sendiri untuk menghadapi ujian nasional. *Self-preoccupation* terdapat dalam aspek kognitifnya sehingga pikiran-pikiran yang mempengaruhi siswa dalam kecemasan, pikiran yang muncul pada saat cemas adalah pikiran negatif yang mengganggu tes/ujian, contohnya “saya dihinggapi pikiran akan gagal dalam UN, walaupun saya belajar dengan giat”. Adanya pikiran ini memuat munculnya kecemasan sesaat sebelum menghadapi ujian nasional.

Emosionalitas yang paling berperan pula dalam kecemasan siswa menghadapi ujian nasional. *Emosionalitas* (Spilberger,1979) yaitu suatu

potensi yang mengalami reaksi kecemasan setiap kali sebuah stimulus atau situasi yang dipandang sebagai ancaman hal ini membangkitkan sebuah *state anxiety*, yaitu suatu keadaan emosional yang tidak menyenangkan seperti, kecemasan tentang masa depan, merasa merasa kesal, ketakutan akan apa yang terjadi, dan sedih. Artinya, pada indikator ini mempengaruhi tingkat kecemasan siswa kelas XII IPA dan IPS dalam menghadapi ujian nasional di SMA Negeri 14 Jakarta Timur

Indikator lainya yang memiliki persentase yang lebih rendah adalah reaksi fisiologis, *worry*, *procrastination* dan *avoidance*. Hal ini menggambarkan kecemasan dari indikator tersebut memiliki pengaruh yang lebih kecil dalam mengikuti ujian nasional pada tahun ajaran 2010-2011 bila dilihat dari perbandingan persentase setiap indikator.

Hasil penelitian berdasarkan sub-indikator yang berjumlah tiga puluh enam yaitu sub indikator pemikiran bahwa situasi yang dinilai akan menyulitkan, memberikan perhatian pada implikasi dan konsekuensi kegagalan,berfikir akan mendapat hasil tes yang tidak memuaskan, ketidak pastian tentang kemampuan mengatasi konsekuensi tes, dikuasai oleh ketakutan akan kegagalan, menyalahkan diri sendiri, mengkritik diri, penilaian melemahkan diri, kurang puas terhadap diri sendiri, keraguan terhadap kompetensi akademik diri, ragu terhadap kemampuan diri untuk mengatasi situasi yang menantang, pikiran merendahkan diri, memiliki keyakinan pesimis terhadap diri sendiri, keraguan diri dalam situasi ujian/penilaian,

melebih-lebihkan hasil perilaku negatif, perfeksionis, keyakinan bahwa diri tidak akan berdaya, merasa terasing dalam situasi penilaian/ujian, gangguan lambung, rasa mual, berkeringat, tangan dingin dan lembab, buang air kecil, mulut kering, tangan atau tubuh gemetar. Tegang, kecemasan tentang masa depan yang tidak menyenangkan, gugup, khawatir, merasa tenang, merasa kesal, ketakutan akan apa yang terjadi, santai, bingung, marah dan sedih.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa persentase tertinggi 4% terdapat pada indikator *emosional* yang sub-indikator adalah kecemasan tentang masa depan yang tidak menyenangkan, merasa kesal, ketakutan akan apa yang terjadi dan sedih. Artinya, stimulus yang hadir dalam pikiran siswa membangkitkan rasa *emosional* tentang ujian nasional sehingga hal-hal emosional tersebut muncul dan mengakibatkan kecemasan pada saat ujian nasional.

Sub-indikator urutan kedua dengan persentase 3% yaitu sub-indikator pemikiran bahwa situasi yang dinilai akan menyulitkan, memberikan implikasi dan konsekuensi kegagalan dan ketidakpastian tentang kemampuan mengatasi konsekuensi tes, artinya bahwa siswa berfikir tentang ujian nasional yang akan dihadapi menemui situasi yang menyulitkan contohnya, berfikir akan menghadapi soal-soal ujian yang sulit. Kemudian siswa juga siswa akan berfikir akan ketidakpastian kemampuan mengatasi konsekuensi yang terjadi nanti pada saat sebelum maupun sesudah tes contohnya, saya tidak sanggup menahan malu jika tidak lulus ujian nasional. Kemudian akan

mempengaruhi juga pada sub-indikatornya mengkritik diri, kurang puas terhadap diri sendiri, keraguan terhadap kompetensi akademik diri, ragu terhadap kemampuan diri untuk mengatasi situasi yang menantang, memiliki keyakinan pesimis terhadap diri sendiri, melebih-lebihkan hasil perilaku negatif, perfeksionis, keyakinan bahwa diri tidak akan berdaya, tegang, gugup, khawatir, merasa tenang, santai, bingung dan marah. Artinya, bahwa kecemasan siswa yang dihadapi adalah akan kemampuan pada dirinya dan dipengaruhi emosinya misalnya, jika tidak lulus dalam ujian nasional dan muncul hal-hal yang telah disebutkan, jika demikian maka siswa mengalami reaksi kecemasan sebelum menghadapi ujian nasional.

Sub-indikator urutan ketiga atau rendah dengan persentase 2% yaitu berfikir akan mendapat hasil tes yang tidak memuaskan, dikuasai oleh ketakutan akan kegagalan, menyalahkan diri sendiri, penilaian melemahkan diri, pikiran merendahkan diri, keraguan diri dalam situasi ujian/penilaian dan merasa terasing dalam situasi penilaian/ujian yang terdapat pada indikator *self-preoccupation*, dan sub-indikator gangguan lambung, rasa mual, berkeringat, tangan dingin dan lembab, buang air kecil, mulut kering dan tangan atau tubuh gemetar terdapat dalam indikator reaksi fisiologis. Reaksi-reaksi tersebut kecil kemungkinan terjadi pada siswa-siswi di SMA Negeri 14 Jakarta Timur dalam keemasannya mengikuti ujian nasional.

Pembahasan berikutnya adalah berdasarkan program kelas di SMA Negeri 14 Jakarta Timur yaitu program kelas IPA dan IPS jika di lihat hasil

yang ditemukan program kelas IPA lebih tinggi mengalami tingkat kecemasan dalam menghadapi ujian nasional dibandingkan IPS ini kemungkinan terjadi karena siswa juga belum menguasai mata pelajaran yang akan diujikan sebagai ujian nasional, tingkat kesulitan soal yang akan dihadapi juga akan mempengaruhi. Jika berdasarkan jenis kelamin tingkat kecemasan siswa dalam menghadapi ujian nasional adalah perempuan yang terdapat di SMA Negeri 14 Jakarta Timur, hal ini kemungkinan terjadi karena siswa perempuan lebih memiliki tingkat emosi yang lebih besar dibandingkan laki-laki sehingga rasa seperti malu jika tidak lulus ujian, khawatir, tegang lebih mempengaruhi perempuan dalam menghadapi ujian nasional.

Dengan demikian dapat dikatakan dari hasil penemuan peneliti mengemukakan bahwa kecemasan yang terjadi dalam menghadapi ujian nasional kelas XII di SMA Negeri 14 Jakarta Timur dengan proses terjadinya kecemasan bahwa terjadinya kecemasan adalah adanya stimulus negatif yang masuk dalam pikiran siswa tentang ujian nasional membuat siswa cemas, sehingga kecemasan muncul dari faktor internal (dalam diri siswa) perasaan, pikirannya dan kepribadian *A-traitnya* dan dari eksternal (dari luar) yang mempengaruhi penilaian kognitifnya contohnya, pengawan yang terlalu ketat oleh guru, tekanan waktu pengerjaan soal, tingkat kesulitan soal belum lagi ujian nasional sebagai satu-satunya patokan untuk lulus dan untuk melanjutkan pendidikan yang lebih tinggi. Hal tersebut mempengaruhi kecemasan siswa sehingga membangkitkan reaksi segi afektif pada indikator

emosional sehingga para siswa menjadi cemas tentang masa depannya, merasa kesal karena masih ada materi UN yang dikuasai, ketakutan akan apa yang terjadi yaitu takut akan kehabisan waktu untuk mengerjakan soal-soal UN dan menjadi sedih jika tidak lulus UN dan mendapat nilai yang buruk.

Adanya kecemasan dalam indikator *emosional* pada aspek afektif tersebut adalah sebagai tanda atau signal yang akan dilakukan atau tindakan untuk mengatasi situasi yang dirasakan berbahaya tadi dengan perilaku yang positif. Dalam penelitian ini siswa kelas XII IPA dan IPS sudah cukup dapat mengatasi kecemasan tersebut ini dibuktikan dengan tingkat kecemasan pada aspek behavioralnya rendah sehingga dikatakan tidak terlalu mencolok sekali, ini dapat dilihat dari behavioralnya dan artinya siswa cukup mampu mengatasi kecemasan dalam menghadapi ujian nasional.

D. Keterbatasan Penelitian

Dalam penelitian ini, penulis telah melakukan berbagai usaha untuk menghindari hal-hal yang dapat mempengaruhi dan mengurangi keakuratan hasil penelitian, agar penelitian ini dapat memberikan hasil yang maksimal. Disamping usaha yang telah dilakukan, disadari betul bahwa penelitian ini terdapat kelemahan dan keterbatasan yang diantaranya sebagai berikut :

1. Data penelitian ini terdapat jumlah butir yang valid tidak seimbang dengan demikian untuk mendapatkan komposisi jumlah butir yang seimbang dalam instrumen penelitian maka dilakukan revisi butir pada

butir yang drop agar dapat dipergunakan kembali dan kemudian diseimbangkan sehingga dapat dipergunakan dalam instrumen penelitian.

2. Data penelitian ini tidak bisa dijadikan standar mutlak kecemasan siswa menghadapi ujian nasional di sekolah lain. Hal ini disebabkan karena penelitian hanya mengambil lingkup kelas XII IPA dan IPS di SMA Negeri 14 Jakarta Timur yang sebagai sampelnya, sehingga dapat saja terjadi kecemasan menghadapi ujian nasional di sekolah lain.