

# **Faktor-Faktor Penyebab Kecemasan Siswa Kelas XII Dalam Menghadapi Ujian Nasional Di SMA Negeri 19 Jakarta Barat**



Nama : Laila Fida Nabihah Sholehah

No reg :1715061214

Program studi : Bimbingan dan Konseling

Skripsi Yang Ditulis Untuk Memenuhi Sebagian Persyaratan Dalam  
Mendapatkan Gelar Sarjana Pendidikan

Fakultas Ilmu Pendidikan Universitas Negeri Jakarta

2011

## ABSTRAK

Laila Fida Nabihah Sholehah. **Faktor-Faktor Penyebab Kecemasan Siswa Kelas XII dalam menghadapi Ujian Nasional.** Skripsi : Jurusan Bimbingan dan konseling, Fakultas Ilmu Pendidikan, Universitas Negeri Jakarta, Januari 2011

Latar belakang penyusunan penelitian ini beranjak dari keberadaan Ujian Nasional yang masih menjadi kontroversi, disatu sisi untuk meningkatkan kualitas pendidikan dan disisi lain membawa dampak psikologis pada siswa yaitu perasaan cemas. Kecemasan ini timbul karena ujian nasional dijadikan patokan untuk lulus dan penetapan standar nilai kelulusan yang setiap tahunnya ditingkatkan. Adapun tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui gambaran faktor-faktor penyebab kecemasan siswa kelas XII dalam menghadapi Ujian Nasional di SMAN 19 Jakarta.

Penelitian dilakukan di SMAN 19 Jakarta barat dengan Populasi seluruh siswa SMAN 19 Jakarta, Sedangkan teknik sampel yang digunakan adalah perposive random sampling dengan sampel siswa SMAN 19 Jakarta Barat sebanyak 39 siswa yang mengalami kecemasan dalam menghadapi Ujian Nasional.

Instrumen yang digunakan dalam penelitian ini adalah kuesioner, dalam penelitian ini menggunakan dua kuesioner yaitu kuesioner persepsi terhadap UN yang disusun menurut skala penilaian dengan pilihan jawaban 4(sangat sesuai/SS), 3 (sesuai/S), 2 (tidak sesuai/TS), 1(sangat tidak sesuai), sedangkan untuk A-Trait menggunakan angket STAI (*State-Trait Anxiety Inventory*)Spielberger yang disusun dengan skala likert dengan pilihan jawaban hampir tidak pernah, kadang-kadang, sering, hampir selalu. Kedua kuesioner tersebut memiliki 50 butir pernyataan dengan pembagian 30 untuk kuesioner persepsi terhadap Ujian Nasional dan 20 butir untuk kuesioner STAI Spielberger. Setelah diujicobakan terdapat 43 butir yang valid dan 19 butir yang tidak valid. Uji validitas instrumen penelitian dilakukan dengan menggunakan rumus korelasi *product moment*. Validitas Menggunakan taraf signifikan 95% dengan rtabel 0,176. Uji reliabilitas dengan rumus *alpha cronchbath* didapatkan hasil 0,89 berarti instrumen ini memiliki tingkat reliabilitas sangat baik untuk menjadi instrumen penelitian. Sedangkan untuk instrumen A-Trait Spielberger semua ke-20 item dikatakan valid dengan tingkat reliabilitas 0,86.

Data penelitian menggunakan analisis prosentase. instrumen A-Trait menggunakan kategorisasi tinggi, sedang, rendah sedangkan instrumen persepsi terhadap ujian nasional menggunakan kategorisasi positif (*favourable*) dan negatif (*Unfavourable*). Hasil data menunjukkan, untuk data kecenderungan kepribadian menunjukkan kategorisasi tinggi dengan persentase sebesar 38,47%, sedangkan untuk Persepsi terhadap Ujian Nasional berada pada kategori positif sebesar 56,41% yang artinya siswa masih menganggap ujian nasional sebagai bahaya yang mengancam.

Implikasi dari hasil penelitian ini adalah Dari hasil yang telah diperoleh, jika tidak ada penindaklanjutan secara khusus yang terjadi adalah performa/kinerja siswa menjadi buruk, seperti: siswa sulit konsentrasi, tidak konsentrasi dalam belajar, atau bahkan menjadi enggan untuk belajar sebagai bentuk penghindaran. Hal ini bisa berdampak pada kegagalan siswa dalam Ujian dan penurunan tingkat kelulusan bagi pihak sekolah. Untuk itu penanganan positif dari sekolah khususnya guru pembimbing sangat diperlukan untuk mengurangi atau mencegah kecemasan pada siswa dalam menghadapi Ujian Nasional.

## **ABSTRACT**

*The research is aimed analyze factors for anxiety in twelve grade pupils encountering ujian nasional in SMAN 19 Jakarta Barat.*

*The research was conducted at the state university of Jakarta, during the second semester of the 2010/2011 academic year. The sample was taken by using purposive sampling with the sample are 39 pupils having high anxiety encountering ujian nasional.*

*Instruments use in this research are questionnaires. Perception to the ujian nasional was ranked based on a rating scale. While anxiety trait using Spielberger's state-trait anxiety inventory (STAI) that had been ranked based on Likert scale. Instrument validity test of this research been done using product moment correlation. Validity use significant standard 95% with  $r$  table 0,176. Reliability test with alpha Cronbach formula produced 0,89, which mean this instrument has very good reliability to become instrument of this research. All twentyeth Spielberger's anxiety trait instruments are valid with reliability rate 0,86.*

*Data of the research using percentage analysis. Anxiety trait instrument divided into high, median and low category, while perception to the ujian nasional using positive (favourable) and negative (unfavourable) category. The data result shows that anxiety trait data become the highest percentage with 38,47%, while perception to the ujian nasional is on positive category with 56,41% which means that pupils still consider ujian nasional as a threat.*

## **KATA PENGANTAR**

Puji dan Syukur Peneliti panjatkan kehadiran Tuhan Yang Maha Esa karena atas berkat dan rahmat-Nyalah peneliti dapat menyelesaikan tugas akhir mahasiswa yaitu skripsi yang berjudul faktor-faktor penyebab kecemasan siswa kelas XII dalam menghadapi Ujian Nasional di SMA N 19 Jakarta Barat dalam bentuk laporan ini.

Penulisan laporan ini dapat diselesaikan berkat adanya bantuan dan kerjasama dari berbagai pihak, untuk itu tidak lupa peneliti memberikan ucapan terimakasih kepada :

Dr. Karnadi selaku Dekan Fakultas Ilmu Pendidikan yang telah memberikan izin pada peneliti untuk melaksanakan uji coba instrumen dan sekaligus melaksanakan peneiltian.

Dra.Retty Filiani sebagai dosen pembimbing I (Pertama) yang telah mencurahkan waktu dan tenaganya untuk membimbing peneliti menyelesaikan penelitian ini.

Eka Wahyuni,MAAPD sebagai dosen pembimbing II(kedua) yang juga yang telah mencurahkan waktu dan tenaganya untuk membimbing peneliti menyelesaikan penelitian ini.

Ketua Jurusan Bimbingan dan Konseling Dra. Gantina Komalasari M.Psi dan seluruh dosen yang telah memberikan berbagai ilmunya bagi peneliti selama mengikuti pendidikan.

Orangtua dan partner hidup peneliti yang telah memberikan berbagai dorongan baik moril maupun materil sehingga dapat menyelesaikan skripsi ini dengan lancar.

Rekan-Rekan mahasiswa bimbingan dan Konseling angkatan 2006 yang telah membantu dan memberikan dukungannya serta berbagai pengalaman.

Peneliti menyadari dengan segala keterbatasan yang ada pada penelitian ini, maka laporan yang disajikan jauh dari kesempurnaan. Oleh karena itu, peneliti dengan kerendahan hati menerima kritik dan saran demi kesempurnaan laporan ini.

Akhir kata semoga skripsi ini dapat bermanfaat untuk pembaca, khususnya bagi mahasiswa Bimbingan dan Konseling untuk peningkatan pengetahuan dalam pengerjaan skripsi.

Jakarta, Januari 2011  
Peneliti,

Laila Fida N.s

## DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL	
ABSTRAK .....	i
KATA PENGANTAR .....	vi
DAFTAR ISI .....	vi
DAFTAR TABEL .....	xi
DAFTAR GRAFIK ..	x
DAFTAR LAMPIRAN.....	x
BAB.1 PENDAHULUAN 1	
A. Latar Belakang Masalah .....	1
B. Identifikasi Masalah .....	19
C. Pembatasan Masalah .....	20
D. Perumusan Masalah .....	20
E. Tujuan dan Manfaat Penelitian .....	21
BAB.2 KERANGKA TEORITIK DAN KERANGKA BERFIKIR .....	22
A. Hakikat Kecemasan .....	22
1. Definisi Kecemasan .....	22
2. Proses Kecemasan .....	27
B. Hakikat Ujian Nasional .....	44
1. Pengertian Ujian Nasional .....	44
2. Tujuan Ujian Nasional .....	46
3. Dasar Pelaksanaan Ujian Nasional .....	47
4. Standar Nilai Ujian Nasional.....	48
5. Mata Pelajaran yang di Ujian Nasionalkan .....	50
6. Persyaratan Calon Peserta Ujian Nasional .....	51
C. Hakikat Remaja .....	54
1. Definisi Remaja .....	54
2. Usia Remaja.....	55
3. Tugas –Tugas Perkembangan.....	56
4. Perkembangan Minat pada Dunia Pendidikan .....	57
5. Perkembangan Emosi Remaja.....	59
D. Karakteristik SMA 19 Jakarta Barat .....	61
E. Penelitian Relevan .....	63
F. Kerangka Berfikir .....	64

BAB. 3 METODOLOGI PENELITIAN .....	69
A. Tujuan Penelitian .....	69
B. Tempat dan Waktu Penelitian .....	69
C. Metode Penelitian .....	70
D. Populasi, Sampel dan Tehnik Sampel Penelitian .....	70
E. Teknik Pengumpulan Data .....	73
1. Definisi konseptual .....	76
2. Definisi operasional .....	78
3.kisi-kisi instrumen... ..	81
F. Uji Instrumen .....	80
1. Pengujian Validitas .....	83
2. Hasil Uji validitas instrumen .....	84
3. Pengujian Reliabilitas .....	92
4. Hasil uji Reliabilitas Instrumen .....	94
G. Teknis Analisis Data .....	96
BAB.4 HASIL PENELITIAN .....	98
A. Deskripsi Data Responden .....	98
B. Hasil Analisis Data .....	99
1. Analisis Data Per Dimensi.....	99
2. Analisis Data per Sub-Indikator .....	103
3. Analisis dari Tiap-Tiap Sub-Indikator.....	109
C. Pembahasan Hasil Penelitian .....	126
D. Keterbatasan Penelitian .....	130
BAB.5 KESIMPULAN, IMPLIKASI DAN SARAN .....	131
1. Kesimpulan .....	131
2. Implikasi .....	133
3. Saran .....	133
DAFTAR PUSTAKA .....	137
DAFTAR LAMPIRAN.....	140
Lampiran 1. Sebaran Butir Instrumen Uji Coba.....	141
Lampiran 2. Sebarab Butir Instrumen Final.....	145
Lampiran 3. Daftar Nama Sampel.....	147
Lampiran 4. Instrumen Uji Coba.....	148

Lampiran 5. Instrumen Anxiety State.....	151
Lampiran 6. Instrumen Penelitian Final.....	152
Lampiran 7. Uji Validitas Instrumen.....	156
Lampiran 8. Uji Reliabelitas Instrumen.....	164
Lampiran 9. Perhitungan Analisis Data Penelitian.....	168
Lampiran 10. Daftar Riwayat Hidup.....	176

### **DAFTAR TABEL**

Tabel 3.1 Daftar Nilai ( Skor ) Skala Pengukuran	74
Tabel 3.3 Daftar nilai skor Skala Pengukuran Anxiety Trait	75
Tabel 3.4 Kisi – kisi faktor Penyebab Kecemasan siswa dalam menghadapi UN	81
Tabel 3.5 sebaran Butir Instrumen Uji Coba	87
Tabel 3.6 Sebaran Butir Instrumen Final	90
Tabel 3.7 Konsultasi nilai r	94
Tabel 4.1 Dimensi Kecenderungan Kepribadian/ A – Trait	100
Tabel 4.2 Persepsi terhadap Ujian Nasional	101
Tabel 4.3 Persepsi terhadap Ujian Nasional berdasarkan sub indikator .	103
Tabel 4.4 Data Sub Indikator persepsi terhadap mekanisme tes	109
Tabel 4.5 Data Sub Indikator persepsi terhadap kebijakan pemerintah mengenai standar kelulusan	114
Tabel 4.6 Data Sub Indikator persepsi terhadap kebijakan pemerintah Mengenai mekanisme ketidaklulusan	118
Tabel 4.7 Data Sub Indikator persepsi terhadap Tuntutan lingkungan untuk lulus dan menjaga Citra positif	122

## **DAFTAR GRAFIK**

Grafik 4.1 Kecenderungan kepribadian/ A- Trait	100
Grafik 4.2 Data persepsi terhadap ujian nasional	102
Grafik 4.3 Data persepsi berdasarkan sub indikator	104
Grafik 4.4 Data Sub Indikator persepsi terhadap mekanisme tes	110
Grafik 4.5 Data Sub Indikator persepsi terhadap kebijakan pemerintah mengenai standar nilai kelulusan	105
Grafik 4.6 Data Sub Indikator persepsi terhadap penanganan ketidakkelulusan	119
Grafik 4.7 Data Sub Indikator persepsi terhadap tuntutan lingkungan untuk lulus dan menjaga Citra positif	123

## **DAFTAR LAMPIRAN**

Lampiran 1. Sebaran butir instrumen uji coba	141
Lampiran 2. Sebaran butir instrumen final	145
Lampiran 3. Daftar nama siswa sampel SMAN 19 Jakarta Barat	147
Lampiran 4. Instrumen Uji coba	148
Lampiran 5. Instrumen Anxiety State	151
Lampiran 6. Instrumen Penelitian final	152
Lampiran 7. Uji Validitas Instrumen Persepsi Terhadap Ujian Nasional	156
Lampiran 8. Uji Reliabilitas Instrumen Persepsi Terhadap Ujian Nasional	164
Lampiran 9. Perhitungan Analisis Data Penelitian	168
Lampiran 10. Daftar Riwayat Hidup	176

# BAB I

## PENDAHULUAN

### A. Latar Belakang

Pendidikan merupakan aspek mendasar dalam pembangunan suatu Negara. Negara yang maju akan terlihat dari bagaimana negara tersebut mengelola pendidikan. Pengelolaan sistem pendidikan yang baik akan menghasilkan sumber daya yang memiliki potensi di segala bidang.

Pendidikan merupakan salah satu sektor penting dalam pembangunan di setiap negara. Menurut Undang-Undang No. 20 Tahun 2004 pendidikan merupakan usaha sadar dan terencana untuk mengembangkan segala potensi yang dimiliki peserta didik melalui proses pembelajaran.<sup>1</sup>

Pendidikan bertujuan untuk mengembangkan potensi peserta didik agar memiliki kekuatan spiritual keagamaan, pengendalian diri, berkepribadian, memiliki kecerdasan, berakhlak mulia, serta memiliki keterampilan yang diperlukan sebagai anggota masyarakat dan warga negara.

Dalam mencapai tujuan pendidikan yang mulia ini disusunlah kurikulum yang merupakan seperangkat rencana dan pengaturan mengenai tujuan, isi, dan bahan serta metode pembelajaran. Kurikulum digunakan sebagai pedoman dalam penyelenggaraan kegiatan

---

<sup>1</sup> <http://www.depdiknas.go.id>

pembelajaran untuk mencapai tujuan pendidikan yang telah ditentukan. Untuk melihat tingkat pencapaian tujuan pendidikan, diperlukan suatu bentuk evaluasi.<sup>2</sup> Evaluasi dalam dunia pendidikan mutlak diperlukan untuk mengukur keberhasilan proses pendidikan.

Dalam evaluasi pendidikan di Indonesia, pada tahun 2003 Departemen Pendidikan Nasional mengeluarkan sebuah kebijakan mengenai standar evaluasi pendidikan tentang Ujian Nasional Sekolah yaitu kegiatan pengukuran dan penilaian kompetensi peserta didik secara nasional pada jenjang pendidikan SMP/SMPLB/MTs, SMA/SMALB/MA, dan SMK. Ujian Nasional bertujuan menilai pencapaian kompetensi lulusan secara nasional pada mata pelajaran tertentu dalam kelompok mata pelajaran ilmu pengetahuan dan teknologi. Selanjutnya untuk mengukur mutu pendidikan dan mempertanggungjawabkan penyelenggaraan pendidikan di tingkat nasional, provinsi, kabupaten, sampai tingkat sekolah.<sup>3</sup>

Ujian Nasional merupakan alat evaluasi pendidikan memiliki standar nilai yang menjadi penentuan batas kelulusan peserta didik. Peserta didik dikatakan sudah lulus bila telah melewati nilai batas yang

---

<sup>2</sup> Wiji suwanto, Dasar-Dasar Ilmu Pendidikan ( Jogja : Ar-Ruz media,2006) p. 21-22

<sup>3</sup> Ngadrin, Artikel Pendidikan : UN Sebagai Alat Evaluasi, p.1 2004  
<http://edukasi.kompas.com/read/2004/06/21/16523975/artikel.pendidikan.ujian.nasional.sebagai.alat.evaluasi.Jadi.Momok>

telah ditetapkan.<sup>4</sup> Saat ini batas kelulusan peserta didik yang dinyatakan lulus ujian nasional adalah 5,50. Penentuan standar yang terus meningkat diharapkan akan mendorong peningkatan mutu pendidikan. Namun dalam Penyelenggaraan ujian nasional, siswa yang tidak dapat mencapai standar nilai yang ditentukan oleh pemerintah cukup besar. Pada tahun 2008 hasil ujian nasional secara nasional merosot dari 93% menjadi 92%, di DKI Jakarta sebanyak 7.991 siswa SMA/SMK tidak lulus (4.416 siswa SMA dan 3.575 siswa SMK).<sup>5</sup> Pada tahun 2009 terjadi peningkatan angka kelulusan sebanyak 3 % dari tahun sebelumnya menjadi 96%, dari 57.509 siswa SMA di DKI Jakarta yang dinyatakan tidak lulus sebanyak 1.979 , sedangkan untuk siswa SMK dari 57.914 peserta ujian nasional siswa yang dinyatakan tidak lulus sebanyak 1999 siswa.<sup>6</sup> Penurunan peningkatan kelulusan menurun kembali pada tahun 2010, data Dinas Pendidikan DKI mencatat tingkat kelulusan SMA mencapai 90,67%, dengan kata lain merosot 6% dari tahun sebelumnya.<sup>7</sup>

---

<sup>4</sup>Febrian, “ Standar Pendidikan Indonesia”, Tempo Interaktif, 26 April 2010 , p.1  
(<http://www.tempointeraktif.com/hg/jakarta/2010/04/26/brk,20100426-243174,id.html>)

<sup>5</sup> Harian republika, Tingkat Ujian Nasional Merosot, p.1, 2008 ([www.republika.com](http://www.republika.com) )

<sup>6</sup> Harian Kompas, Ujian Nasional Masih menjadi momok menakutkan, p.1 2010  
(<http://edukasi.kompas.com/read/2010/03/23/16523975/Ujian.Nasional.Masih.Jadi.Momok>)

<sup>7</sup> Poskota, Siswa SMA/MA/SMK harap-harap cemas tunggu hasil UN, p.1, 2010  
(<http://www.poskota.co.id/berita-terkini/2010/04/25/siswa-smamasmk-harap-harap-cemas-tunggu-hasil-un> )

Batas kelulusan yang ditetapkan pada pelaksanaan Ujian Nasional tanpa disadari telah mengkondisikan Ujian Nasional sebagai suatu alat evaluasi yang cenderung berorientasi pada hasil tanpa melihat proses. Dari hasil data kelulusan di atas terlihat bahwa tingkat kelulusan tiap tahunnya fluktuatif. Bagaimanapun hasil Ujian Nasional, diakui atau tidak tetap menjadi ukuran keberhasilan mutu pendidikan.

Kebijakan penyelenggaraan Ujian Nasional banyak menimbulkan kontradiksi. Pertama, ketika pemerintah sedang menggalakkan sebuah sistem kurikulum pendidikan baru yaitu Kurikulum Tingkat Satuan Pendidikan yang secara umum tujuan diterapkannya KTSP adalah untuk memandirikan dan memberdayakan satuan pendidikan melalui pemberian kewenangan (otonomi) kepada lembaga pendidikan dan mendorong sekolah untuk melakukan pengambilan keputusan secara partisipatif dalam pengembangan kurikulum, tetapi dalam pelaksanaan ujian nasional dan pengambilan kebijakan standar kelulusan diatur sepenuhnya oleh pemerintah pusat tanpa melihat otonomi dari sekolah, sehingga sekolah di Indonesia belum mendapatkan hak otonomi dan mandiri. Hal ini menjadi kebijakan penyamarataan bagi setiap peserta didik yang pada dasarnya peserta didik itu adalah individu yang unik dan berbeda antara satu dengan lainnya.

Kedua, bagi para siswa SMA/SMK yang ingin melanjutkan ke Perguruan Tinggi Negeri, para siswa harus lulus ujian nasional atau jika tidak lulus ujian nasional siswa harus lulus dalam ujian kesetaraan paket C. Selain paket C, para siswa yang tidak lulus dapat mengulang tahun depan dan mengikuti ujian nasional ulang pada tahun depan. Hal ini dapat membuat siswa mengantisipasi datangnya Ujian Nasional karena berkaitan dengan masa depan atau dengan kata lain berkaitan dengan kesempatan siswa untuk melanjutkan pendidikan ke jenjang yang lebih tinggi.<sup>8</sup>

Ketiga, jika ditinjau dari sistem ujian nasional, pelaksanaan ujian nasional dan standar nilai kelulusan yang ditunjukkan dari data di atas, maka terlihat bahwa ujian nasional berfokus pada hasil tanpa melihat proses siswa yang selama tiga tahun mengenyam bangku sekolah. Kelulusan siswa diukur hanya dengan angka dan ranah kognitifnya saja, padahal tujuan dari pendidikan bukan hanya mengasah sisi kognitif siswa saja, tetapi juga sisi perilaku, akhlak, dan keterampilan siswa juga menjadi faktor penting dalam pendidikan.

Pelaksanaan ujian nasional berdampak pada kebijakan di tingkat sekolah. Nilai kelulusan yang terus ditingkatkan oleh pemerintah sangat

---

<sup>8</sup> 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)

terasa oleh komponen-komponen sekolah yaitu Kepala Sekolah sebagai penanggung jawab pelaksanaan seluruh kegiatan belajar mengajar di sekolah berlomba–lomba untuk mengejar pengakuan bahwa mutu dan kualitas sekolahnya baik, sedangkan guru sebagai penanggungjawab pelajaran yang diajarkan akan berusaha keras untuk dapat meluluskan siswa karena khawatir kredibilitasnya dalam mengajar tidak diakui, dan yang paling terkena dampaknya adalah siswa, karena siswa yang benar-benar langsung menjadi obyek pelaksana ujian nasional

Selain itu, penyelenggaraan ujian nasional memberi dampak pada keadaan psikologi siswa berupa perasaan cemas akan ketidaklulusan. Spielberger secara tersirat menjelaskan bahwa kecemasan timbul ketika seseorang menilai suatu keadaan dan keadaan tersebut dianggap sebagai keadaan yang mengancam atau disebut dengan *stressor*. Bahaya yang dianggap mengancam dalam hal ini adalah Ujian Nasional.<sup>9</sup> Penilaian terhadap *stressor* dapat diartikan sebagai bagaimana individu mempersepsikan bahaya yang mengancam. Persepsi merupakan proses seleksi yaitu proses memilah stimulus yang masuk ke dalam otak dan mendeteksi stimulus yang cukup kuat sehingga melampaui batas minimum stimulus yang dapat diterima oleh individu dalam hal ini

---

<sup>9</sup> Charles, D Spielberger, *Understanding Stress & Anxiety* (New York: Harper & Row, Publisher, 1979) p.78-79

stimulus tersebut adalah Ujian Nasional.<sup>10</sup> Dengan masih besarnya kompleksitas dari informasi yang masuk, maka dalam tahap pengorganisasian informasi tersebut diproses. Pada proses pengorganisasian memungkinkan individu menggeneralisasikan informasi yang didapat dari luar.<sup>11</sup> Tahap terakhir adalah penginterpretasian terhadap stimulus yang ada 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.<sup>12</sup> Hasil dari penginterpretasian inilah yang merupakan penilaian, apakah individu menilai obyek persepsi sebagai bahaya yang mengancam atau tidak.

Ujian Nasional masih dinilai sebagai momok yang menakutkan, banyak aspek dari Ujian Nasional yang dapat menjadi obyek persepsi. Pertama, berkaitan dengan pengawasan terhadap peserta ujian yang terlalu ketat, seperti yang dilansir dalam harian Kompas, menjelaskan bahwa pengawasan yang terlalu ketat dapat membuat peserta Ujian Nasional tidak nyaman dalam mengerjakan soal, ditambah lagi

---

<sup>10</sup> Bimo Walgito. *Psikologi Umum* (Yogyakarta: Andi, 2002), p.69

<sup>11</sup> Robert A. Baron & Donn Byrne, *Social Psychology*, fourth Edition atau *Psikologi Sosial Edisi Kesepuluh*, Alih Bahasa Ratna Djuwita (Jakarta: Erlangga. 2004), p.81

<sup>12</sup> Alex Sobur, *Psikologi Umum* (Bandung: Pustaka . 2003) p. 447

keberadaan polisi berseragam lengkap menambah ketegangan tersendiri bagi peserta Ujian Nasional.<sup>13</sup> Pengawasan dalam hal ini adalah orang yang diberi tugas untuk mengawas pada saat Ujian Nasional. Sebenarnya pengawasan yang ketat ditujukan agar pelaksanaan Ujian Nasional berjalan dengan tertib, tidak gaduh dan menghindari perilaku mencontek, tetapi terkadang pengawasan yang dilakukan terlalu ketat sehingga membuat siswa cemas, hal ini ditunjukkan dengan selalu mengawasi tiap gerak-gerik siswa, mencoret bahkan mengambil lembar jawaban siswa jika siswa menunjukkan gerak-gerik yang tidak wajar, dan membuntuti siswa ke kamar mandi. Hal ini membuat siswa tidak nyaman, selain itu, kehadiran polisi dapat menimbulkan tekanan psikologis bagi siswa meski siswa belum tentu melakukan tindakan yang dilarang. Hal ini disebabkan karena polisi dianggap sebagai lembaga penghukuman bagi orang-orang yang bersalah.

Kedua, mekanisme ujian dapat pula memicu siswa mempersepsikan Ujian Nasional sebagai bahaya yang mengancam, di antaranya adalah waktu pengerjaan soal, tingkat kesulitan soal dan instruksi tes pada lembar jawaban siswa.<sup>14</sup> Tekanan waktu pengerjaan soal membuat siswa mudah panik sehingga siswa gagal mengingat hal-hal yang mereka sudah kuasai, tingkat kesulitan soal yang sangat tinggi,

---

<sup>13</sup> *Harian Kompas, op.cit.*

<sup>14</sup> *Diana Citra Hasan, loc. Cit.*

dan instruksi tes yang terlalu panjang dan sulit dipahami juga membawa kecemasan tersendiri bagi para siswa.

Ketiga, hal lain yang menyebabkan Ujian Nasional masih dipersepsikan sebagai momok yang menakutkan adalah pemberitaan media masa mengenai Ujian Nasional juga dapat mempengaruhi pemikiran dan perasaan cemas dalam diri siswa.<sup>15</sup> Pemberitaan angka ketidakkulusan yang tinggi membuat siswa takut tidak dapat mencapai target yang ditentukan oleh pemerintah yang setiap tahunnya meningkat, ketidakadilan dalam pelaksanaan Ujian Nasional yang terjadi di kota dan daerah, kecurangan-kecurangan yang terjadi pada Ujian Nasional seperti membeli kunci jawaban dapat mempengaruhi siswa melakukan hal yang sama untuk mengatasi kecemasan, serta dampak yang timbul akibat kegagalan dalam Ujian Nasional seperti depresi, stress bahkan sampai bunuh diri dapat mempengaruhi pandangan siswa mengenai ujian nasional, siswa mungkin saja dapat menganggap ujian nasional sebagai momok yang menakutkan untuk dilalui.

Ketiga faktor di atas menjelaskan obyek persepsi dari stimulus/ rangsangan eksternal yang dianggap individu sebagai bahaya yang mengancam (*Stressor*). Dalam hal ini rangsangan eksternal tersebut adalah Ujian Nasional. Hal-hal dalam Ujian Nasional yang dianggap

---

<sup>15</sup> Harian Kompas, Op.Cit

sebagai *stressor* berkaitan dengan persepsi terhadap pelaksanaan ujian nasional itu sendiri seperti, pengawasan yang terlalu ketat, kehadiran polisi sebagai pemantau pelaksanaan ujian nasional, standar nilai kelulusan yang terus meningkat dari tahun ke tahun, dan pemberitaan media massa mengenai ujian nasional, bahkan sampai mekanisme tes seperti waktu pengerjaan soal, tingkat kesulitan soal dan instruksi pengerjaan soal yang terlalu panjang dapat memicu timbulnya kecemasan.

Pada saat mempersepsikan ujian nasional sebagai bahaya yang mengancam (*Stressor*), siswa akan membawa serta pikiran dan perasaannya mengenai Ujian Nasional. Perasaan yang biasanya dialami oleh siswa adalah perasaan takut dan khawatir jika tidak lulus ujian. kebanyakan siswa kehilangan kepercayaan diri dalam mengerjakan soal ujian nasional karena terlalu takut tidak lulus dan takut tidak dapat melanjutkan pendidikan atau karirnya di masa depan.<sup>16</sup> Dalam hal ini, perasaan ketakutan akan konsekuensi kegagalan akan selalu muncul pada siswa yang memiliki kecemasan. Bandalas, Yates dan Thorndike menyatakan bahwa kecemasan akan menghalangi performa sekolah di dalam beberapa hal.<sup>17</sup> Siswa yang memiliki performa buruk akan terlihat dari sikapnya yang mudah menyerah dalam menghadapi tantangan dan

---

<sup>16</sup> *Ibid.*, p 1

<sup>17</sup> Robert, E Salvin, *op.cit.*

kesulitan. Performa siswa dapat ditunjukkan dari kesulitan dalam belajar, sulit mentransfer pengetahuan yang dimiliki dan kesulitan menerapkan pengetahuan dalam tes/ujian.

Selain itu, perasaan takut tidak dapat mencapai target yang telah ditentukan dapat juga menjadi salah satu perasaan yang dapat membentuk persepsi negatif terhadap Ujian Nasional. Standar nilai kelulusan yang ditetapkan oleh pemerintah, yang selalu dinaikkan tiap tahunnya membuat siswa khawatir apakah mereka dapat mencapai target tersebut atau tidak.<sup>18</sup> Faktor lain yang dapat membentuk persepsi negatif siswa terhadap Ujian Nasional adalah pemikiran siswa terhadap konsekuensi yang harus mereka terima jika tidak lulus tes, bayangan buruk seperti tanggapan dari lingkungan sosial, malu dan kehilangan muka memperparah efek kecemasan menghadapi tes tersebut.<sup>19</sup>

Dari paparan di atas menyatakan bahwa pikiran dan perasaan tertuju pada perasaan takut tidak lulus/tidak mencapai standar nilai yang telah ditentukan, perasaan takut tersebut akan membuat siswa berfikir tentang konsekuensi kegagalan yang akan dia terima, siswa mungkin saja berfikir hidup akan hancur jika tidak lulus Ujian Nasional, atau jika

---

<sup>18</sup> Sriwijayapos , kausalitas Ujian Nasional dan Prilaku siswa-guru,p.1.2010  
([http://www.sripoku.com/view/22873/kausalitas\\_un\\_dan\\_prilaku\\_siswa-guru](http://www.sripoku.com/view/22873/kausalitas_un_dan_prilaku_siswa-guru))

<sup>19</sup> Diana Citra Hasan , *Test Anxiety* : sisi lain dari Ujian Nasional,p.1,2006  
([http://diana1asril.multiply.com/journal/item/21/Test\\_Anxiety\\_Sisi\\_Lain\\_dari\\_Ujian\\_Nasional](http://diana1asril.multiply.com/journal/item/21/Test_Anxiety_Sisi_Lain_dari_Ujian_Nasional))

tidak lulus Ujian Nasional masa depan siswa suram karena tidak bisa melanjutkan ke perguruan tinggi atau bekerja yang layak. Pemikiran lain yang dapat menimbulkan kecemasan adalah pemikiran tentang pandangan masyarakat jika siswa tidak lulus Ujian Nasional, siswa yang tidak lulus sering dipandang sebagai siswa yang tidak pintar dan akan digunjingkan oleh warga sekitar, hal tersebut menambah tekanan psikologis bagi siswa. Selain itu, siswa yang memiliki perasaan takut dan khawatir yang berlebihan akan berdampak pada ketidakpercayaan atas kemampuan dirinya sehingga siswa menunjukkan performa/kinerja yang buruk pada pelaksanaan Ujian Nasional.

Selanjutnya, perasaan ketakutan, kekhawatiran, ketegangan serta pikiran-pikiran irasional pada saat menghadapi ujian, seperti yang dikemukakan oleh Spielberger, boleh jadi merupakan sifat bawaan atau sebagai perasaan yang sifatnya sementara yang disebabkan oleh suatu keadaan atau lingkungan, misalnya situasi tes. Ketika kecemasan merupakan sifat bawaan maka orang tersebut akan lebih sering mengalami situasi-situasi yang membuatnya cemas.<sup>20</sup> Siswa bisa saja gagal menyelesaikan soal-soal dalam ujian nasional karena tingginya kecemasan yang dialami. Perasaan takut tidak dapat mencapai kriteria kelulusan, pemikiran akan konsekuensi kegagalan, kepercayaan diri yang

---

<sup>20</sup> Charles D Spielberger, loc.cit. P. 65

rendah akan kemampuan yang dimiliki, dan sifat bawaan individu merupakan faktor pembentuk kecemasan yang berasal dari dalam diri.

Faktor-faktor tersebut, baik faktor eksternal (persepsi terhadap ujian nasional) maupun kecenderungan kepribadian/A-Trait yang telah dijelaskan di atas dapat menyebabkan timbulnya perasaan cemas, hal ini menunjukkan bahwa ujian nasional masih menjadi salah satu sumber kecemasan di sekolah. Siswa yang merasa cemas akan menggunakan mekanisme pertahanan dirinya dalam upaya mengurangi kecemasan. Berbagai upaya yang dilakukan oleh siswa untuk mengurangi kecemasan seperti: siswa berbondong-bondong mengikuti bimbingan belajar agar lulus ujian nasional, membeli kunci jawaban padahal tidak jelas sumbernya, mencontek pada saat ujian berlangsung, bahkan untuk mengakhiri kecemasan ada siswa yang mencoba bunuh diri.<sup>21</sup> Siswa mencoba bunuh diri mungkin karena mereka mereka tidak siap menghadapi tantangan aalagi kegagalan, untuk siswa yang membeli kunci jawaban mungkin saja disebabkan karena mereka takut jika soal Ujian Nasional yang akan keluar sulit dan tidak bisa dia jawab, atau siswa terlalu khawatir jika tidak lulus Ujian Nasional.

---

<sup>21</sup> Baskoro, Poedjinoegroho."Ujian Nasional Bukan Jawaban".Kompas. 27 Juni 2006. P.1  
(<http://www.kompas.com/kompas-cetak/0606/27/opini/2765321.htm>)

Selain upaya yang dilakukan oleh siswa, pihak sekolah juga melakukan berbagai upaya untuk mengatasi kecemasan demi keberhasilan pelaksanaan ujian nasional, upaya-upaya yang dilakukan di antaranya adalah mengadakan pendalaman materi semenjak awal semester 2 kelas XII, pemberian *try out* yang ditambahkan, memberikan buku panduan ujian nasional, mengadakan bimbingan belajar di sekolah, mengadakan training motivasi dan masih banyak juga kegiatan positif lainnya yang dilakukan. Selain upaya positif, upaya negatif juga tidak terhindarkan agar Ujian Nasional berhasil seperti: guru menjadi *joki* ujian, membeli soal dan kunci jawaban ujian nasional, bahkan mempengaruhi pengawas agar siswa lebih leluasa untuk bertanya antar siswa.

Upaya positif sekolah mengadakan *try out* membuat siswa terbiasa dengan suasana tes, seperti halnya: waktu pengerjaan tes, prosedur pengisian lembar jawaban komputer dan pengawasan. Dengan mengikuti beberapa kali *try out* siswa terbiasa mengerjakan soal ujian dengan waktu 120 menit, selain itu siswa juga terbiasa untuk mengisi lembar jawaban komputer dengan pensil dan terbiasa mengisi jawaban dengan melingkari jawaban memakai pensil, siswa juga terbiasa diawasi dengan dua pengawas dalam ruangan. Selain *try out*, upaya sekolah mengadakan pendalaman materi dapat membuat siswa mengerti tingkat kesulitan soal Ujian Nasional, karena seringnya berlatih soal Ujian

Nasional siswa akan tahu yang mana soal-soal yang memiliki tingkat kesuliltan tinggi, rendah dan sedang. Hal tersebut dapat membuat siswa lebih mempelajari lagi soal-soal yang sulit bersama dengan guru. Upaya lain yang dilakukan sekolah adalah mengadakan *training* motivisai yang bertujuan memotivasi siswa untuk tetap semangat dan siap meghadapi Ujian Nasional, pengadaan *training* motivasi juga dapat meminimalisir perasaan takut dan khawatir siswa dalam menghadapi Ujian Nasional.

Disamping upaya positif, upaya negatif yang dilakukan oleh pihak sekolah seperti menjadi *joki* ujian, memberi jawaban pada siswa dan mempengaruhi pengawas sebenarnya mempresentasikan bahwa pihak sekolah tidak siap menerima anggapan bahwa mereka telah gagal mendidik siswa dan pihak sekolah takut dianggap mutu sekolahnya jelek.

Berbagai fenomena mengenai kecemasan dalam menghadapi ujian nasional telah dipaparkan di atas. Guna mengetahui lebih lanjut mengenai fenomena-fenomena di atas, peneliti melakukan studi awal pada siswa SMA kelas XII di SMA N 19 yang terletak di Jl. Perniagaan Tambora Jakarta Barat. Informasi yang didapat dari guru BK SMA N 19 menyatakan bahwa terlihat adanya penurunan angka kelulusan, di mana pada tahun 2009 siswa SMA N 19 dinyatakan lulus 100%, tetapi pada tahun 2010 sebanyak 4 siswa yang dinyatakan tidak lulus. Hal ini cukup disayangkan oleh pihak sekolah karena pihak sekolah sudah berupaya

secara optimal dengan cara mengadakan pendalaman materi setiap hari setelah usai sekolah dan sekolah juga mengadakan try out sebanyak 4 kali untuk mengetahui sejauh mana siswa memahami materi yang telah disampaikan. Selain itu, berdasarkan studi pendahuluan yang dilakukan di SMA Negeri 19 dengan 24 siswa kelas XII dengan menggunakan kuesioner, diperoleh data sebagai berikut : 58,3% siswa takut tidak lulus karena tidak mencapai standar nilai kelulusan, 33,4% siswa takut tidak dapat mengerjakan soal-soal yang sulit atau tidak sesuai dengan apa yang mereka sudah pelajari, 16,7 % siswa tidak yakin terhadap kemampuan diri, 16,7% pengawasan yang terlalu ketat, dan 37,5% siswa memikirkan mengenai kelanjutan pendidikan ke Perguruan Tinggi. Hasil studi pendahuluan tersebut menunjukkan adanya indikasi bahwa siswa SMA N 19 masih menjadikan Ujian Nasional sebagai momok yang menakutkan bagi siswa. Dari hasil persentase di atas dapat diketahui bahwa faktor paling besar yang masih menjadi momok menakutkan bagi siswa adalah siswa takut tidak lulus karena tidak mencapai standar nilai kelulusan dan siswa memikirkan mengenai kelanjutan pendidikan ke Perguruan Tinggi. Dari hasil tersebut dapat disimpulkan bahwa Ujian Nasional masih menjadi batu loncatan untuk melanjutkan ke jenjang pendidikan yang lebih tinggi, untuk itu kebijakan pemerintah menentukan batas kelulusan membuat siswa merasa takut tidak bisa mencapai batas kelulusan tersebut, karena jika tidak lulus Ujian Nasional siswa akan

berfikir tentang konsekuensi kegagalan yang harus diterimanya yaitu melanjutkan jenjang pendidikan atau berkarir.

Berbagai hasil studi pendahuluan dan penjelasan ahli serta fakta-fakta yang telah diungkap oleh peneliti, dapat disimpulkan bahwa penanganan kecemasan dalam menghadapi ujian nasional masih minim, ketidaktahuan akan intervensi yang tepat selain dikarenakan pengetahuan yang sedikit mengenai faktor-faktor penyebab, karena langkah awal menangani kecemasan pada ujian nasional adalah mengetahui faktor penyebabnya.

Pengetahuan lebih dalam mengenai sumber pencetus terjadinya kecemasan dapat meminimalisir tingkat kecemasan yang terjadi pada saat ujian nasional serta *dapat* mencegah dampak negatif yang ditimbulkan dari kecemasan dalam menghadapi ujian nasional. Perasaan cemas yang mendalam dalam menghadapi tes dapat mempengaruhi hasil/prestasi yang diperoleh siswa karena ketika cemas siswa akan sulit untuk berkonsentrasi secara penuh dan sulit mentransfer materi pelajaran yang telah didapat. Ketertarikan ini ditunjang dengan belum adanya penelitian mengenai faktor-faktor penyebab kecemasan dalam menghadapi ujian nasional sehingga hasil penelitian ini dapat

memberikan kontribusi untuk dunia pendidikan khususnya dalam pelaksanaan dan kebijakan ujian nasional.

Pemahaman mendalam mengenai faktor penyebab dapat menjadi acuan dalam merumuskan upaya penanganan yang tepat dan efektif sehingga siswa mampu mengembangkan diri secara optimal juga produktif di masa yang akan datang. Upaya penanganan yang efektif dalam membantu siswa yang merasakan cemas dalam menghadapi ujian nasional juga disesuaikan dengan penyebab permasalahannya sehingga dapat tercipta susunan penyelesaian masalah yang tepat dan sesuai. Susunan tersebut akhirnya dapat menjadi acuan dalam pembuatan program pencegahan dan pengentasan kecemasan pada ujian nasional sehingga seluruh siswa dapat merasakan manfaatnya.

## **B. Identifikasi Masalah**

Berdasarkan uraian pada latar belakang di atas, maka dalam penelitian ini masalah dapat diidentifikasi sebagai berikut:

1. Bagaimana gambaran tingkat kecemasan siswa kelas XII dalam menghadapi Ujian Nasional di SMA N 19 Jakarta Barat ?
2. Apa saja faktor-faktor penyebab kecemasan siswa Kelas XII dalam menghadapi Ujian Nasional di SMA N 19 Jakarta Barat?

3. Apa sajakah upaya yang dilakukan untuk mengatasi kecemasan siswa kelas XII di SMA N 19 Jakarta Barat?

### **C. Pembatasan Masalah**

Berdasarkan beberapa masalah yang muncul pada latar belakang identifikasi masalah, maka penelitian membatasi masalah pada :

“Faktor–Faktor Penyebab Kecemasan Siswa kelas XII dalam menghadapi Ujian Nasional di SMA Negeri 19 Jakarta”

### **D. Perumusan Masalah**

Berdasarkan latar belakang tersebut, secara operasional masalah dalam penelitian ini adalah :

“faktor–faktor penyebab kecemasan siswa kelas XII dalam menghadapi ujian nasional di SMA negeri 19 Jakarta Barat ”

### **E. Tujuan dan Manfaat Penelitian**

#### 1. Tujuan Penelitian

Untuk mengetahui faktor-faktor penyebab kecemasan Siswa SMA N 19 Jakarta Barat dalam menghadapi Ujian Nasional.

#### 2. Manfaat penelitian, bagi :

a. Peneliti :

Untuk melatih berfikir kritis dan analitis bagi yang meneliti dalam memandang suatu permasalahan serta menambah pemahaman dan wawasan mengenai faktor–faktor yang dapat menyebabkan kecemasan siswa SMA dalam menghadapi Ujian Nasional.

b. Mahasiswa :

- Memberikan informasi tentang pengetahuan kecemasan siswa SMA dalam menghadapi Ujian Nasional, dan
- Bagi mahasiswa lain yang ingin meneliti bermanfaat sebagai referensi jika ingin meneliti mengenai kecemasan siswa dalam menghadapi ujian nasional.

c. Guru Bimbingan dan Konseling

Memberikan pengetahuan mengenai faktor penyebab kecemasan siswa dalam menghadapi Ujian Nasional sehingga dapat mempersiapkan layanan bimbingan sebagai pencegahan sehingga siswa tidak cemas dalam menghadapi Ujian Nasional dan layanan konseling dengan berbagai macam pendekatan konseling, sebagai penanganan lebih lanjut bagi siswa yang mengalami gangguan kecemasan dalam menghadapi Ujian Nasional.

d. Siswa :

Dapat digunakan untuk mengenali faktor-faktor penyebab kecemasan dalam menghadapi ujian nasional, sehingga dapat mencegah kecemasan pada saat menghadapi Ujian Nasional, dan apabila siswa mengalami masalah kecemasan pada Ujian Nasional, dapat bersama-sama dengan guru, konselor dan orang tua dalam mengatasi kecemasan yang ada pada diri siswa tersebut.

## BAB II

### KAJIAN TEORITIK DAN KERANGKA BERPIKIR

#### A. HAKIKAT KECEMASAN

##### 1. Definisi Kecemasan

Spielberger menjelaskan bahwa kecemasan merupakan emosi berdasarkan penilaian terhadap ancaman, penilaian yang memerlukan simbol-simbol antisipasi dan unsur-unsur ketidakpastian.<sup>22</sup> Konsep ancaman menurut Spielberger merupakan penilaian subyektif dari seseorang akan situasi yang berpotensi merugikan dirinya.<sup>23</sup> Senada dengan Spielberger, Freud menjelaskan bahwa kecemasan merupakan emosi yang tidak menyenangkan dan sangat terasa kekuatannya disertai sensasi fisik yang memperingati seseorang terhadap bahaya yang mendekat.<sup>24</sup>

Spielberger dan Freud menjelaskan bahwa kecemasan sebagai unsur dari emosi, yang timbul berdasarkan pemikiran individu akan situasi yang akan membahayakan dirinya. Emosi tersebut muncul sebagai perasaan tidak menyenangkan atau ketakutan akan adanya bahaya. Terkadang, rasa ketakutan tersebut di luar batas kesadaran,

---

<sup>22</sup> Charles D Spielberger, *Anxiety Current Trends in Theory and Research*, vol. 1( New York, 1972)p.12

<sup>23</sup> Charles D Spielberger, *Understanding Stress and Anxiety* ( New York: Harper & Row, Publisher 1979)P.42

<sup>24</sup> *Ibid*, 1972, p. 23

seperti takut tanpa mengetahui sebab yang jelas dan tidak dapat menghindari perasaan yang tidak menyenangkan itu. Hal tersebut akan membuat individu bersiap untuk mengantisipasi datangnya ancaman.

Selaras dengan kedua ahli di atas, Atkinson lebih rinci menjelaskan mengenai bentuk-bentuk emosi yang timbul ketika seorang mengalami kecemasan. Menurut Atkinson kecemasan dapat ditandai dengan bentuk-bentuk emosi seperti kekhawatiran, keprihatinan dan rasa takut, yang kadang-kadang kita alami dalam tingkat yang berbeda-beda.<sup>25</sup> Serupa dengan Atkinson mengenai perincian emosi dari kecemasan, *American Psychiatri Association* mendefinisikan kecemasan sebagai ketakutan, tekanan atau kegelisahan yang berakar dari antisipasi akan bahaya, sumber dari sesuatu hal yang secara luas tidak diketahui atau tidak dikenali.<sup>26</sup>

Dari pernyataan di atas dapat kita ketahui bahwa kecemasan memiliki aspek yang disadari seperti rasa takut, kekhawatiran, keprihatinan, tertekan, gelisah maupun terancam. Kecemasan juga memiliki aspek di luar kesadaran dan tidak jelas seperti, takut tanpa

---

<sup>25</sup> Rita L Atkinson, Pengantar Psikologi Edisi kedelapan jilid dua alih bahasa : Nurjaman Tufic ( Jakarta: Erlangga,1993) p.212

<sup>26</sup> Irwin L. Kutash & Louis B. Schlesinger, *Handbook on Stress and Anxiety*. (California: Jossey-Buss Publishers, 1981) p. 429

mengetahui sebabnya, dan tidak dapat untuk menghindari perasaan tidak menyenangkan tersebut.

Kecemasan menyebabkan reaksi bagi individu yang merasakannya, seperti dijelaskan oleh Perry, kecemasan merupakan emosi, perasaan ragu-ragu karena membuat seseorang kesulitan untuk berpikir rasional dan bertindak efektif.<sup>27</sup> Sukmadinata juga menjelaskan bahwa intensitas kecemasan dapat memberikan pengaruh yang berbeda pada individu. Intensitas kecemasan rendah biasanya berpengaruh pada peningkatan motivasi sehingga individu dapat bertindak efektif, tetapi jika intensitas kecemasan sangat kuat/tinggi dapat menimbulkan dampak negatif baik gangguan baik fisik maupun psikis.<sup>28</sup>

Penelitian yang dilakukan oleh Eaton dan Hill mengungkapkan bahwa kondisi tes dapat mempengaruhi intensitas cemas yang kuat dan berpengaruh kepada kinerja siswa. Hasil penelitian mereka menunjukkan bahwa anak kelas lima dan enam yang sangat cemas bekerja dengan sama cepat dan akuratnya dengan teman sekelas mereka yang memiliki kecemasan rendah ketika tidak ada batas waktu penyelesaian soal. Namun ketika diberikan batas waktu penyelesaian, siswa yang sangat cemas

---

<sup>27</sup> perry

<sup>28</sup> Sukmadinata, N.S, Landasan Psikologi Proses Pendidikan. (Bandung : PT Remaja Rosdakarya,2003) p.84

membuat tiga kali kesalahan dibandingkan teman sekelasnya yang memiliki kecemasan lebih rendah, menghabiskan dua kali lebih banyak waktu untuk mengerjakan soal aritmatik, dan dua kali lebih banyak mencontek dibandingkan dengan kelompok yang tidak cemas.<sup>29</sup>

Penjelasan yang dipaparkan oleh Perry dan Sukmadinata serta hasil penelitian Eaton dan Hill mengungkapkan bahwa intensitas kecemasan dapat membuat individu beraksi, baik reaksi positif atau negatif. Reaksi negatif timbul ketika intensitas kecemasan sangat kuat, di mana individu merasa tertekan dan tidak dapat menguasai dirinya sehingga reaksi yang terjadi adalah penurunan kerja serta timbulnya pemikiran dan tindakan irasional. Sedangkan reaksi positif terjadi ketika intensitas kecemasan rendah, di mana individu tidak berada dibawah tekanan sehingga dapat berpengaruh kepada peningkatan motivasi tindakan yang lebih efektif dan kinerja yang lebih baik.

Apabila dikaitkan antara Ujian Nasional dengan paparan diatas dapat dibentuk suatu pemikiran logis yaitu Ujian Nasional dapat membuat siswa menjadi cemas, salah satu kemungkinan penyebabnya adalah adanya batasan waktu pengerjaan soal Ujian Nasional. Bagi siswa yang cemas, batas waktu pengerjaan soal membuat siswa merasa tertekan dan tegang sehingga berpengaruh

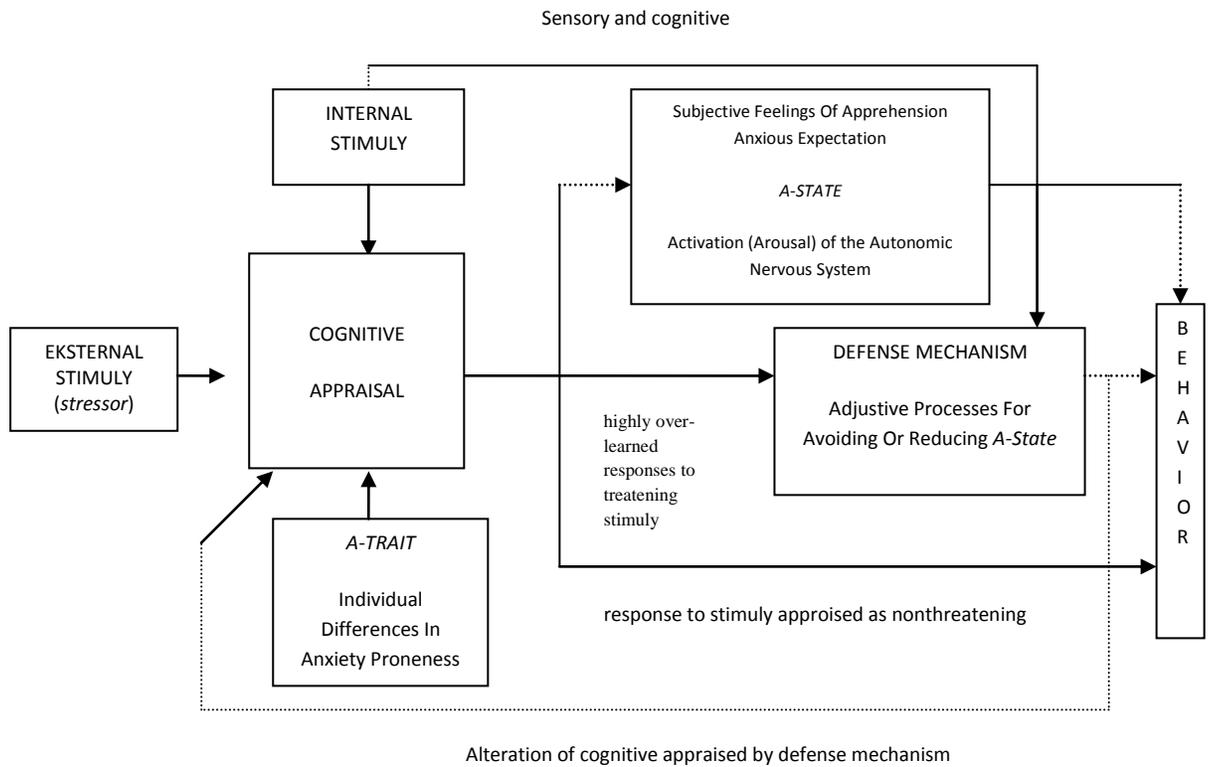
---

<sup>29</sup> Anita E. Woolfolk, *Educational Psychology seventh edition*. (USA : Allyn and Bacon,1998) p.397

pada penurunan kinerja. Dampak dari penurunan kinerja antara lain siswa lebih lama dalam pengerjaan soal, siswa tidak teliti sehingga sehingga banyak terjadi kesalahan dalam mengerjakan soal, bahkan siswa memilih jalan untuk mencontek agar soal dapat terjawab semua.

## **2. Proses Kecemasan**

Kecemasan merupakan reaksi emosi yang timbul karena adanya bahaya yang mengancam. Timbulnya kecemasan dapat dilihat melalui proses atau urutan peristiwa yang saling berkesinambungan, proses timbulnya kecemasan menyajikan urutan peristiwa dari awal sampai akhirnya timbul reaksi cemas. Proses kecemasan memperlihatkan kaitan antara aspek-aspek pembentuk kecemasan seperti, kaitan antara stimulus eksternal, internal dan kecenderungan kepribadian/*Anxiety Trait (A-Trait)* yang akan membentuk penilaian kognitif individu dan pada akhirnya akan memunculkan berbagai reaksi sesuai dengan penilaian individu itu sendiri, individu dapat bereaksi cemas atau tidak cemas. Secara lebih rinci spielberger menjelaskan proses timbulnya kecemasan seperti di bawah ini :



Bagan1. Proses kecemasan menurut Spielberger<sup>30</sup>

Timbulnya kecemasan diawali oleh penilaian kognitif (*cognitive appraisal*) terhadap situasi eksternal yang dianggap mengancam. Penilaian kognitif (*cognitive appraisal*) dalam psikologi termasuk pada aspek psikologis yaitu persepsi. menurut

Gould pembentukan persepsi terdiri dari proses seleksi, organisasi dan interpretasi terhadap stimulus eksternal, hasil dari

<sup>30</sup> Charles D Spielberger, *Anxiety Current Trends in Theory and Research*, vol. 1( New York, 1972)p.43

intepretasi inilah yang merupakan penilaian kognitif individu terhadap situasi eksternal.<sup>31</sup> Proses penilaian kognitif merupakan proses mental di mana orang melakukan dua penilaian yaitu: menilai situasi sebagai bahaya yang mengancam atau sebaliknya, menilai situasi tersebut bukan sebagai situasi yang berbahaya.<sup>32</sup>

Pada saat situasi eksternal dipersepsikan secara kognitif sebagai bahaya yang mengancam, maka situasi eksternal tersebut menjadi sumber stress (*stressor*). *Stressor* menurut Spielberger merupakan proses yang dimulai dari situasi atau rangsangan yang berpotensi merugikan atau membahayakan. *Stressor* merupakan sumber ancaman dari lingkungan eksternal yang pada akhirnya mempengaruhi penilaian kognitif seseorang.<sup>33</sup> Dalam penelitian ini yang merupakan rangsangan eksternal/*stressor* adalah Ujian Nasional. Ujian nasional adalah adalah kegiatan pengukuran dan penilaian kompetensi peserta didik secara nasional pada jenjang pendidikan SMP/SMPLB/MTs, SMA/SMALB/MA,dan SMK. Kebanyakan siswa menganggap Ujian merupakan ancaman/sumber bahaya. Hal ini disebabkan karena Ujian Nasional dijadikan sebagai satu-satunya

---

<sup>31</sup> Jay. E. Gould, (File: Document: BioPsych : What is perceptions. Last Revised 2/10/03), 2003, p.1

<sup>32</sup> Sarafino, E.P. Health Psychologi, Biopsycho sosial interaction 3rdedition. (USA: Jhon Wiley & Sour. Inc. 1998),p.74

<sup>33</sup> Charles D Spielberger, 1979, *op.cit*, p.17

patokan untuk lulus dan untuk melanjutkan pendidikan ke jenjang yang lebih tinggi.<sup>34</sup>

Ketika individu mempersepsikan stimulus/rangsangan eksternal, individu akan membawa serta pikiran, perasaan, wawasan, pengalaman masa lalu, harapan mereka. Hal-hal tersebut berpengaruh dalam pembentukan persepsi.<sup>35</sup> Dikaitkan dengan Ujian Nasional sebagai *stressor*, dapat dijelaskan bahwa ketika siswa sedang menilai ujian nasional sebagai bahaya yang mengancam, mereka juga turut serta membawa pikiran dan perasaan mereka. Lebih lanjut, Spielberger, et.al menjelaskan bahwa pikiran negatif pada penyebab orang cemas dapat berupa pikiran negatif tentang diri dan lingkungannya.<sup>36</sup> Sedangkan, Mandler dan Sarason menggambarkan perasaan sebagai bentuk dari emosi yaitu merupakan perasaan tidak menyenangkan akibat datangnya ujian.<sup>37</sup>

Selain persepsi terhadap rangsangan eksternal, ada faktor lain yang dapat mempengaruhi penilaian individu terhadap situasi eksternal. Faktor tersebut adalah kecenderungan kepribadian/*Anxiety Trait (A-Trait)*. Perbedaan individu dalam menghadapi kecemasan itulah

---

<sup>34</sup>Ibid, p.83

<sup>35</sup> Bimo walgito, *Psikologi Umum*, Op Cit, p. 70

<sup>36</sup> M. Nur Gufron dan Rini Risnawati S, *Teori – Teori Psikologi*, ( Jogja: Ar-Ruzz Media Group, 2010), p. 141

<sup>37</sup> Charles D Spielberger, 1979, *Op.cit*,p86

yang disebut dengan *A-Trait*. Individu yang memiliki *A-Trait* cenderung merasakan lebih banyak situasi yang membahayakan atau mengancam dibandingkan individu yang rendah dalam *A-Trait* dan untuk merespon situasi yang mengancam dengan evaluasi *A-State* dari intensitas yang lebih besar.<sup>38</sup> *A-Trait* dapat diartikan sebagai 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.

Hasil dari penilaian kognitif yang dipengaruhi oleh persepsi terhadap stimulus eksternal dan juga *A-Trait* akan menimbulkan tiga reaksi dalam diri individu, ketiga reaksi tersebut adalah : kecemasan sesaat ( *A-State* ), mekanisme pertahanan diri atau individu tersebut menilai tidak ada bahaya.

Penilaian individu terhadap *stressor* dalam hal ini adalah Ujian Nasional akan secara otomatis meningkatkan aktivitas dari sistem *nervous* dalam tubuh sehingga timbul reaksi emosional yang terdiri dari perasaan subyektif seperti ketegangan, ketakutan, gugup dan khawatir. Keadaan inilah yang menunjukkan kecemasan (*A-State*).

---

<sup>38</sup> *Ibid*,p.53

Kecemasan sesaat (*A-State*) dapat diartikan sebagai emosi sesaat yang tidak tetap atau kondisi dari organisme manusia yang bervariasi dalam intensitas dan perubahannya sepanjang waktu. Kondisi seperti ini diartikan secara subjektif, dirasakan perasaan tegang dan ketakutan, dan meningkatnya aktivitas syaraf/kelenjar dalam tubuh pada saat menerima situasi eksternal yang membahayakan diri individu.<sup>39</sup>

Intensitas dan durasi dari kecemasan tergantung pada penilaian seseorang terhadap sumber bahaya dan pada interpretasi individu terhadap *stressor* sebagai bahaya atau ancaman.<sup>40</sup> Hal tersebut menyatakan bahwa intensitas kecemasan dilihat dari seberapa lama individu mempersepsikan *stressor* sebagai bahaya yang mengancam.

Tingginya level kecemasan (*A-State*) menggugah individu untuk menggunakan mekanisme pertahanan diri untuk menghindari atau mengurangi reaksi dari kecemasan (*A-State*). Mekanisme pertahanan diri adalah sebuah proses yang memodifikasi bagaimana sebuah situasi yang dianggap berbahaya, tanpa melihat adanya sumber bahaya yang sebenarnya.<sup>41</sup> Jadi, seseorang yang menggunakan mekanisme pertahanan diri akan secara langsung

---

<sup>39</sup> Charles D Spielberger ,1972,*op.citp*.39

<sup>40</sup> Charles D Spielberger ,1979,*op.citp*.47

<sup>41</sup> Ibid,p.67

menghindar atau mengurangi kecemasan tetapi individu tersebut tidak mencaritahu secara langsung sumber yang menyebabkan dia cemas, sehingga individu tersebut akan mudah kembali menjadi cemas.

Dari uraian di atas dapat dijelaskan bahwa, kecemasan dapat timbul akibat persepsi individu terhadap stimulus dalam hal ini adalah ujian nasional, mempersepsikan timbulnya kecemasan merupakan proses yang rumit mulai dari seleksi stimulus kemudian pengorganisasian di otak dan akhirnya pengintepretasikan. Hasil pengintepretasian inilah yang disebut penilaian kognitif individu, hasil dari penilaian tersebut dapat membuat individu bereaksi menjadi cemas atau tidak cemas. Selain persepsi terhadap *stressor*, timbulnya kecemasan dapat juga disebabkan oleh kecenderungan individu (*A-Trait*).

Adapun rincian penjelasan dari faktor-faktor penyebab kecemasan dalam menghadapi Ujian Nasional adalah sebagai berikut:

a. Persepsi terhadap Ujian Nasional

Ketika individu memaknai suatu rangsangan eksternal sebagai potensi yang mengancam, maka individu akan melihat situasi tersebut sebagai situasi yang berbahaya, tetapi ketika individu memaknai stimulus/rangsangan eksternal bukan sebagai potensi yang mengancam maka individu akan melihat situasi

tersebut sebagai situasi yang tidak berbahaya. Proses individu menilai secara kognitif inilah yang disebut persepsi. Menurut Gould persepsi adalah proses penyeleksian, pengorganisasian dan penginterpretasian terhadap stimulus yang berasal dari luar.<sup>42</sup> Persepsi merupakan proses integral yang melibatkan keseluruhan aspek dalam individu yang meliputi pikiran, perasaan, dan pengalaman masa lalu.<sup>43</sup>

Persepsi merupakan proses seleksi yaitu proses memilah stimulus yang masuk ke dalam otak dan mendeteksi stimulus yang cukup kuat sehingga melampaui batas minimum stimulus yang dapat diterima oleh individu dalam hal ini stimulus tersebut adalah Ujian Nasional.<sup>44</sup> Dengan masih besarnya kompleksitas dari informasi yang masuk, maka dalam tahap pengorganisasian informasi tersebut disederhanakan. Bagian-bagian kecil dari informasi dikelompokkan ke dalam bagian-bagian kecil yang memiliki makna yang masih dapat diproses. Pada proses pengorganisasian memungkinkan individu menggeneralisasikan informasi yang didapat dari luar.<sup>45</sup> Tahap terakhir adalah

---

<sup>42</sup> Jay. E. Gould, (File: Document: BioPsych : What is perceptions. Last Revised 2/10/03), 2003, p.1

<http://uwf.edu/jgould/perception.pdf>

<sup>43</sup> Bimo walgito, *Psikologi Umum*, Op Cit, p. 70

<sup>44</sup> Bimo Walgito. *Psikologi Umum* (Yogyakarta: Andi, 2002), p.69

<sup>45</sup> Robert A. baron & Donn Byrne, *Social Psychology*, foth Edition atau Psikologi Sosial Edisi Kesepuluh, Alih Bahasa Ratna Djuwita (Jakarta: Erlangga. 2004), p.81

pengintegrasian terhadap stimulus yang ada 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.<sup>46</sup>

Penjelasan di atas mengungkapkan persepsi sebagai proses kognitif untuk memberikan makna terhadap objek yang dipersepsikan, yang proses pembentukannya dipengaruhi oleh pikiran, perasaan, wawasan, pengalaman masa lalu, harapan individu terhadap objek stimulus.

Dari penjelasan di atas, dapat diketahui bahwa peran stimulus sangat penting dalam pembentukan persepsi. Stimulus dalam penelitian ini merupakan faktor eksternal. Pada saat situasi eksternal dipersepsikan secara kognitif sebagai bahaya yang mengancam, maka situasi eksternal tersebut menjadi sumber stress (*stressor*). *Stressor* merupakan sumber ancaman dari lingkungan eksternal yang pada akhirnya mempengaruhi persepsi seseorang.<sup>47</sup> Persepsi terhadap *stressor* akan berbeda pada

---

<sup>46</sup> Alex Sobur, *Psikologi Umum* (Bandung: Pustaka . 2003) p. 447

<sup>47</sup> Charles D Spielberger, 1979, *op.cit*, p.17

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. Ketika individu mempersepsikan Ujian Nasional sebagai potensi yang mengancam maka Ujian Nasional dapat dianggap sebagai *stressor*. Adapun hal-hal yang merupakan *stressor* dalam Ujian Nasional adalah :

#### 1. Mekanisme tes

Mekanisme tes dalam hal ini adalah pelaksanaan pada saat ujian. Hal-hal yang berkaitan dengan mekanisme tes yaitu, kondisi tes juga dapat menjadi *stressor* seperti, pengawasan terlalu ketat oleh guru, adanya tim independent dan polisi dapat menyebabkan siswa cemas.<sup>48</sup> Mekanisme tes dapat pula memicu timbulnya kecemasan, di antaranya 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

---

<sup>48</sup> Harian Kompas, Ujian Nasional Masih menjadi momok menakutkan, p.1 2010  
(<http://edukasi.kompas.com/read/2010/03/23/16523975/Ujian.Nasional.Masih.Jadi.Momok>)

terlalu panjang dan sulit dipahami juga membawa kecemasan tersendiri bagi para siswa.<sup>49</sup>

## 2. Kebijakan pemerintah

Kebijakan pemerintah adalah keputusan yang dibuat oleh pemerintah berkaitan dengan Ujian Nasional. Dalam penelitian ini yang menjadi *stressor* pada kebijakan pemerintah adalah standar kelulusan dan mekanisme penanganan ketidaklulusan. 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.<sup>50</sup> 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.

Ketika mempersepsikan standar kelulusan sebagai *stressor*, siswa akan membawa serta pikiran dan perasaannya.

---

<sup>49</sup> Diana Citra Hasan , *Test Anxiety* : sisi lain dari Ujian Nasional,p.1,2006  
([http://diana1asril.multiply.com/journal/item/21/Test\\_Anxiety\\_Sisi\\_Lain\\_dari\\_Ujian\\_Nasional](http://diana1asril.multiply.com/journal/item/21/Test_Anxiety_Sisi_Lain_dari_Ujian_Nasional))

<sup>50</sup>Ibid, p.83

Pikiran yang mempengaruhi pembentukan persepsi terhadap Ujian Nasional sehingga menyebabkan kecemasan adalah Pemikiran-pemikiran yang berkaitan dengan bahaya yang mengancam. Pikiran akan mempengaruhi bagaimana individu mempersepsikan 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<sup>51</sup>. Lebih lanjut, Spielberger, *et.al* menjelaskan bahwa pikiran negatif pada penyebab orang cemas dapat berupa pikiran negatif tentang diri dan lingkungannya .<sup>52</sup>

Pemikiran 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.<sup>53</sup>

---

<sup>51</sup> Charles D Spielberger, 1979, *op.cit* p.43

<sup>52</sup> M. Nur Gufron dan Rini Risnawati S, Teori – Teori Psikologi, ( Jogja: Ar-Ruzz Media Group, 2010), p. 141

<sup>53</sup> Dennis Greenberger dan Christine A Padesky. Manajemen Pikiran Metode Ampuh Menata Pikiran untuk mengatasi depresi, kemarahan, kecemasan dan perasaan merusak lainnya, ( Jakarta : Erlangga, 2008), p.215

Selain itu, spielbereger menyebutkan pikiran sebagai *worry*. *worry* merupakan pikiran yang berkaitan dengan pemikiran siswa tentang konsekuensi akan kegagalan lulus Ujian Nasional.<sup>54</sup> Dari penjelasan ini, dapat dikaitkan bahwa siswa yang mempersepsikan Ujian Nasional sebagai *stressor* akan memprediksikan hal-hal yang buruk bila nanti dia gagal dalam UN.

Pemikiran negatif terhadap diri sendiri juga dapat mempengaruhi pembentukan persepsi, seperti ketidakpercayaan akan kemampuan diri yaitu ketidakpercayaan siswa untuk mengerjakan soal UN.<sup>55</sup> Selain itu, pemikiran lain yang dapat mempengaruhi pembentukan persepsi 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.<sup>56</sup>

Perasaan dapat juga mempengaruhi pembentukan persepsi, Perasaan tersebut merupakan emosi yang tidak

---

<sup>54</sup> Charles D Spielberger, 1979 *Loc.cit*,p.86

<sup>55</sup> Dennis Greenberger dan Christine A Padesky. Manajemen Pikiran Metode Ampuh Menata Pikiran untuk mengatasi depresi, kemarahan, kecemasan dan perasaan merusak lainnya, ( Jakarta : Erlangga, 2008), p.215

<sup>56</sup> Anita E Woolfolk, *op.cit*. p. 397

menyenangkan akibat adanya sumber bahaya, yang disertai dengan perasaan tegang, ketakutan, gelisah, khawatir.<sup>57</sup>

Mandler dan Sarason menggambarkan perasaan sebagai bentuk dari *Emosionalitas* yaitu merupakan perasaan tidak menyenangkan akibat datangnya Ujian Nasional.<sup>58</sup> Siswa yang memiliki kecemasan tinggi juga akan selalu memiliki perasaan tegang/*nervous*, biasanya perasaan tersebut ditunjukkan dengan kata-kata “saya tegang”,<sup>59</sup> perasaan lain yang dapat mempengaruhi persepsi terhadap Ujian Nasional 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.<sup>60</sup>

Selain standar nilai kelulusan, ada kebijakan lain yang dibahas pada penelitian ini yaitu mekanisme penanganan ketidakkelulusan. mekanisme penanganan kegagalan UN seperti adanya ujian ulang atau program kesetaraan paket C, yang diberlakukan pemerintah untuk memberikan kesempatan

---

<sup>57</sup> Spielberger, p.62

<sup>58</sup> Charles D Spielberger, 1979, *Op.cit*,p86

<sup>59</sup> Anita E Woolfolk,*loc.cit*

<sup>60</sup> M. Nur Gufron dan Rini Risnawati S, *op. cit*, p. 43

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.

### 3. Tuntutan Lingkungan

*Stressor* lain yang dapat menyebabkan siswa menjadi cemas dalam menghadapi Ujian Nasional adalah sikap orangtua dan guru yang menuntut anak mendapatkan nilai yang terbaik, pengharapan orangtua 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.<sup>61</sup>

#### b. Kecenderungan Individu/*Anxiety Trait (A-Trait)*

*Anxiety Trait (A-Trait)* dianggap sebagai gambaran perbedaan individu dalam kecenderungan untuk menjadi cemas, dimana individu cenderung melihat dunia sebagai bahaya yang mengancam dan selalu mengalami kecemasan sesaat (*A-State*) dalam jangka waktu yang panjang. Orang-orang yang tinggi dalam *A-Trait*-nya cenderung merasakan lebih banyak situasi yang membahayakan atau mengancam dibandingkan orang-orang yang

---

<sup>61</sup> Charles E Schaefer dan Howard L Millman, *How To Help Childern With Common Problems*, ( New York : Van Nostrand Reinhold company, 1981), p. 76

rendah dalam *A-Trait* dan untuk merespon situasi yang mengancam dengan evaluasi *A-State* dari intensitas yang lebih besar.<sup>62</sup>

*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*.<sup>63</sup> Ciri kepribadian lain dari *A-Trait* juga diungkapkan oleh Levitt adalah umumnya individu memiliki *A-Trait* yang tinggi akan lebih rapuh/lemah jika dinilai oleh orang lain karena mereka memiliki penghargaan diri yang rendah dan juga kurang percaya diri.<sup>64</sup> Senada dengan Spielberger, Pintrich dan Schunk menjelaskan bahwa kecemasan yang tinggi terhadap ujian akan menyebabkan siswa kehilangan kepercayaan diri.<sup>65</sup>

Selain itu, Mandler dan Sarason menjelaskan bahwa siswa yang memiliki kecemasan tes yang tinggi cenderung untuk menunjukkan unjuk kerja/performa yang buruk sehingga siswa sulit

---

<sup>62</sup> *Ibid*,p.53

<sup>63</sup> Charles,D Spielberger, 1972, Op.Cit, p. 40

<sup>64</sup> Charles D Spielberger, 1979, Op.Cit, p. 65

<sup>65</sup> Robert,E Salvin, *Education Psycholog, Theory and Practice ninth edition. (New jersey, upper saddler rivers, 2009)*,p.311

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.<sup>66</sup>

Penjelasan mengenai *A-Trait* seperti yang telah diungkapkan di atas menunjukkan bahwa *A-Trait* dapat dikatakan sebagai perbedaan kecenderungan individu untuk menjadi cemas. *A-Trait* juga dapat berkaitan dengan *A-State* dimana jika individu tersebut adalah individu yang memiliki *A-Trait* yang tinggi maka individu tersebut cenderung mengalami frekuensi *A-State* dalam periode panjang (mudah mengalami *A-State*). Setiap individu memiliki perbedaan dalam tingkatan *A-Trait*. *A-Trait* yang tinggi dapat memicu seseorang untuk menganggap segala situasi menjadi sumber bahaya yang mengancam, adapula karakteristik yang dapat menggambarkan *A-Trait* yang tinggi, diantaranya adalah individu menjadi takut akan gagal, tidak percaya diri, mudah lemah/rapuh jika dinilai oleh orang lain dan memiliki penghargaan diri yang rendah.

Dalam penelitian ini, faktor *A-Trait* diukur untuk mengetahui tingkat *A-Trait* yang dimiliki individu yang dapat mempengaruhi individu untuk menjadi cemas. Dalam mengukur tingkat *A-Trait*,

---

<sup>66</sup> Charless D Spielberger, 1979, Op.Cit, p.86

Spielberger membuat inventory yang kemudian diberi nama STAI (*State-Trait Anxiety Inventory*) yang terdiri dari dua bagian yaitu bagian *state anxiety* yang memiliki item sebanyak 20 dan bagian *trait anxiety* yang juga berjumlah 20 item dan dijawab berdasarkan skala 1-4, Dalam *state anxiety inventory* mengukur gambaran tingkat kecemasan pada saat ada sumber bahaya yang mengancam, sedangkan pada *trait anxiety inventory* mengukur gambaran tingkat kecemasan dalam kehidupan sehari-hari secara umum.<sup>67</sup> Pada penelitian ini yang digunakan hanya *trait anxiety inventory* karena peneliti ingin melihat gambaran kepribadian tiap individu yang dapat berpengaruh kepada penyebab terjadinya kecemasan.

## **B. Hakikat Ujian Nasional**

### **1. Pengertian Ujian Nasional**

Ujian Nasional merupakan salah satu bentuk dari sistem evaluasi Pendidikan nasional. Ujian Nasional (UN) diselenggarakan berdasarkan Undang-Undang Nomor 20 Tahun 2003 tentang Sistem Pendidikan Nasional<sup>68</sup> Sebagaimana dijelaskan pada Permen Diknas No.75 tahun 2009 tentang Ujian

---

<sup>67</sup> Spielberger, Manual For the State-Trait Anxiety Inventory, ( Palo Alto : Consulting Psychologist Press.Inc,1983)

<sup>68</sup> (<http://www.kemdiknas.go.id/>)

Nasional Sekolah, yang dimaksud dengan Ujian Nasional atau yang disingkat UN adalah kegiatan pengukuran dan penilaian kompetensi peserta didik secara nasional pada jenjang pendidikan SMP/SMPLB/MTs, SMA/SMALB/MA, dan SMK.

Menurut Permen No 75 tahun 2009 tentang Ujian Nasional Sekolah, pada pelaksanaan Ujian Nasional tahun ajaran 2009/2010 akan dilaksanakan dua kali ujian, yaitu ujian utama dan ujian susulan, yang dimaksud dengan ujian susulan ialah Ujian Nasional yang diselenggarakan bagi peserta didik yang tidak dapat mengikuti Ujian Nasional utama karena alasan tertentu disertai bukti yang sah. Selain pelaksanaan kedua ujian tersebut, akan dilaksanakan pula Ujian Nasional ulangan, yang dimaksud dengan Ujian Nasional ulangan adalah Ujian Nasional yang diselenggarakan bagi peserta yang tidak lulus dalam mengikuti Ujian Nasional.

Dari penjelasan di atas dapat diketahui bahwa, Ujian Nasional merupakan salah satu alat ukur dalam sistem pendidikan Indonesia, di mana target dari Ujian Nasional itu sendiri adalah penilaian terhadap kompetensi yang dimiliki peserta didik secara nasional.

## **2. Tujuan Ujian Nasional**

Tujuan dari Ujian Nasional menurut Permen Diknas No.75 tahun 2009 adalah menilai pencapaian kompetensi lulusan secara nasional pada mata pelajaran tertentu dalam kelompok mata pelajaran ilmu pengetahuan dan teknologi.<sup>69</sup> Selain untuk penilaian kompetensi peserta didik, hasil Ujian Nasional juga digunakan untuk :<sup>70</sup>

1. Pemetaan mutu program dan/atau satuan pendidikan;
2. Dasar seleksi masuk jenjang pendidikan berikutnya;
3. Penentuan kelulusan peserta didik dari satuan pendidikan;  
dan
4. Dasar pembinaan dan pemberian bantuan kepada satuan pendidikan dalam upaya meningkatkan mutu pendidikan

### **3. Dasar Pelaksanaan Ujian Nasional**

Adapun dasar pelaksanaan Ujian Nasional adalah:<sup>71</sup>

1. Undang – Undang Republik Indonesia No. 20 Tahun 2003 tentang Sistem Pendidikan Nasional
2. Peraturan Pemerintah No.19 Tahun 2005 tentang Standar Nasional Pendidikan

---

<sup>69</sup> Permen.No.75.2009, Psl 2

<sup>70</sup> <http://www.kemdiknas.go.id/>

<sup>71</sup> Badan Standar Nasional Pendidikan, 2009

3. Peraturan Menteri Pendidikan Republik Indonesia No. 84 Tahun 2009 tentang Perubahan Peraturan Menteri Pendidikan Nasional No. 75 Tahun 2009 Tentang Ujian Nasional Sekolah Menengah Pertama/Madrasah Tsanawiyah (SMP/MTs), Sekolah Menengah Pertama Luar Biasa (SMPLB), Sekolah Menengah Atas (SMA)/Madrasah Aliyah Negeri (MA), Sekolah Menengah Atas Luar Biasa (SMALB), dan Sekolah Menengah Kejuruan (SMK) tahun Pelajaran 2009/2010
4. Peraturan Menteri Pendidikan Nasional No. 22 Tahun 2006 tentang Standar Isi Untuk Satuan Pendidikan Dasar dan Menengah
5. Peraturan Menteri Pendidikan Nasional No. 23 Tahun 2006 tentang Standar Kompetensi Lulusan Untuk Satuan Pendidikan Dasar dan Menengah
6. Peraturan Menteri Pendidikan Nasional No.6 Tahun 2007 tentang Pelaksanaan Peraturan Menteri Pendidikan nasional No. 22 Tahun 2006 tentang Standar Isi Untuk Satuan Pendidikan Dasar dan Menengah dan Peraturan Menteri Pendidikan Nasional No. 23 Tahun 2006 tentang Standar Kompetensi Lulusan Untuk Satuan.

#### **4. Standar Nilai Ujian Nasional**

Kelulusan peserta didik dari satuan pendidikan ditentukan oleh satuan pendidikan berdasarkan rapat dewan guru dengan menggunakan kriteria sebagai berikut <sup>72</sup>

1. Menyelesaikan seluruh program pembelajaran
2. Memperoleh nilai minimal baik pada penilaian akhir untuk seluruh mata pelajaran kelompok mata pelajaran agama dan akhlak mulia, kelompok mata pelajaran kewarganegaraan dan kepribadian, kelompok mata pelajaran estetika, dan kelompok mata pelajaran jasmani, olahraga dan kesehatan
3. Lulus Ujian Sekolah/Madrasah untuk kelompok mata pelajaran ilmu pengetahuan dan teknologi
4. Lulus Ujian Nasional

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

---

<sup>72</sup> 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)

4,00 untuk paling banyak dua mata pelajaran dan minimal 4,25 untuk mata pelajaran lain.<sup>73</sup>

Seseorang dikatakan sudah lulus/kompeten 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.

Batasan nilai kelulusan Ujian Nasional sejak tahun 2005/2006 sampai 2009/2010:

- Tahun Pelajaran 2005/2006 = 4,26
- Tahun Pelajaran 2006/2007 = 5,00
- Tahun Pelajaran 2007/2008 = 5,25
- Tahun Pelajaran 2008/2009 = 5,25
- Tahun Pelajaran 2009/2010 = 5,50

Nilai batas kelulusan lima tahun terakhir menunjukkan bahwa tiap tahun batas kelulusan terus ditingkatkan dengan tujuan untuk meningkatkan mutu pendidikan dan melihat kualitas lulusan/peserta didik.

---

<sup>73</sup> *ibid*

## 5. Mata Pelajaran yang Di Ujian Nasionalkan

Ujian Nasional dilaksanakan pada mata pelajaran tertentu yaitu pada pelajaran ilmu pengetahuan dan teknologi. Adapun mata pelajaran yang di Ujian Nasionalkan untuk Siswa SMA adalah : <sup>74</sup>

Program IPA	Program IPS	Program Bahasa	Program Agama
Bahasa Indonesia	Bahasa Indonesia	Bahasa Indonesia	Bahasa Indonesia
Bahasa Inggris	Bahasa Inggris	Bahasa Inggris	Bahasa Inggris
Matematika	Matematika	Matematika	Matematika
Fisika	Ekonomi	Sastra Indonesia	Tafsir
Kimia	Sosiologi	Antropologi	Hadist
Biologi	Geografi	Bahasa Asing	Fikih

## syaratn Calon Peserta Ujian Nasional

Peserta Ujian adalah Peserta Didik yang terdaftar sebagai peserta USBN/UN dan US/M tahun pelajaran 2009/2010.

Kemendiknas menjelaskan dalam website resmi bahwa peserta

Ujian Nasional adalah merupakan siswa yang telah berada pada

---

<sup>74</sup> 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)

tahun terakhir di SMP, MTs, SMPLB, SMA, MA, SMALB, atau SMK. Peserta juga memiliki laporan lengkap penilaian hasil belajar pada SMP, MTs, SMPLB, SMA, MA, SMALB, atau SMK mulai semester I tahun pertama hingga semester I tahun terakhir.<sup>75</sup>

Adapun penjelasan lebih rinci mengenai persyaratan calon peserta ujian nasional, sebagai berikut:<sup>76</sup>

- Peserta didik yang belajar pada tahun terakhir di satuan pendidikan sekolah dasar dan menengah berhak mengikuti Ujian Nasional (UN)
- Peserta didik yang memiliki laporan lengkap penilaian hasil belajar pada satuan pendidikan sampai dengan semester 1 tahun terakhir
- Peserta didik yang memiliki ijazah atau surat keterangan lain yang setara, atau berpenghargaan sama, dengan ijazah dari satuan pendidikan yang setingkat lebih rendah, atau memiliki bukti kenaikan kelas dari kelas III ke kelas IV untuk peserta didik *Kullyatul-Mu'alimin Al-Islamiyah* (KMI) / *Tarbiyatul-Mu'alimin Al-Islamiyah* (TMI) yang pindah ke SMA dan MA. Penerbitan ijazah

---

<sup>75</sup> <http://www.kemdiknas.go.id/>

<sup>76</sup> 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)

yang dimaksud sekurang-kurangnya 3 tahun sebelum mengikuti ujian sekolah/madrasah, atau sekurang-kurangnya 2 tahun untuk peserta program percepatan belajar.

- Peserta didik yang belajar di sekolah internasional di Indonesia yang memiliki izin untuk menerima peserta didik WNI, dapat mengikuti Ujian Nasional pada sekolah/madrasah penyelenggara Ujian Nasional terdekat dengan persyaratan sebagaimana tercantum pada butir 1 dan 3 di atas
- Peserta Ujian Nasional yang karena alasan tertentu dan disertai bukti yang sah tidak dapat mengikuti Ujian Nasional di satuan pendidikannya, dapat mengikuti Ujian Nasional di sekolah/madrasah lain pada jenjang dan jenis yang sama
- Peserta yang tidak lulus Ujian Nasional pada tahun pelajaran 2007/2008, dan/atau 2008/2009 yang akan mengikuti Ujian Nasional tahun pelajaran 2009/2010 :
  - Harus mendaftar pada sekolah/madrasah asal atau sekolah/madrasah penyelenggara Ujian Nasional
  - Menempuh seluruh mata pelajaran yang diujikan atau hanya mata pelajaran yang nilainya belum memenuhi syarat kelulusan sesuai dengan Permendiknas Nomor 75 Tahun

2009. Nilai yang digunakan adalah nilai tertinggi dari hasil ujian.

### ***Persyaratan Peserta Ujian Nasional Ulangan***

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

## **C. Hakikat Remaja**

Remaja memiliki tugas perkembangan yang dapat mendukung kehidupannya, antara lain adalah perkembangan emosi dan minat remaja kepada bidang akademik, yang sesuai dengan pembahasan penelitian ini.

### **1. Definisi Remaja**

Istilah *adolescence* atau remaja berasal dari kata *adolescere* (kata bendanya *adolescentia* yang berarti remaja) yang berarti “tumbuh” atau “tumbuh menjadi dewasa”. Istilah *adolescere* yang dipergunakan saat ini mempunyai arti yang lebih luas, yaitu

mencakup kematangan mental, emosional, sosial, fisik. Pandangan ini diungkapkan oleh Piaget dengan mengatakan:<sup>77</sup>

Secara psikologis masa remaja adalah usia di mana individu berintegrasi dengan masyarakat dewasa, usia di mana anak tidak lagi merasa di bawah tingkat orang-orang yang lebih tua melainkan berada dalam tingkatan yang sama, sekurang-kurangnya dalam masalah hak.... Integrasi dalam masyarakat (dewasa) mempunyai banyak aspek efektif, kurang lebih berhubungan dengan masa puber... termasuk juga perubahan intelektual yang khas dari cara berpikir remaja ini memungkinkannya untuk mencapai integrasi dalam hubungan sosial orang dewasa, yang kenyataannya merupakan ciri khas yang umum dari periode perkembangan ini.

Steinberg mengemukakan bahwa remaja adalah suatu periode ketika anak tumbuh menjadi dewasa atau suatu peralihan dari individu anak yang tidak matang menjadi orang dewasa yang matang. Dalam masa peralihan ini remaja mengalami transisi dalam aspek biologis, kognitif, sosial. Secara biologis remaja mengamali pertumbuhan yang dramatis, mereka menjadi lebih besar dan lebih tinggi, juga mereka telah mampu membuat keturunan karena organ-organ kelamin (reproduksi) telah matang. Mereka juga telah matang dalam membuat keputusan, dapat berpikir tentang konsep-konsep abstrak termasuk di dalamnya hipotetik.

## **2. Usia remaja**

---

<sup>77</sup> Elizabeth B Hurlock.. *Perkembangan Anak jilid 1*. ( Jakarta: Erlangga,1991),P.206

Menurut Hurlock usia remaja bagi perempuan berada dalam rentang 12-21 tahun dan 13-22 tahun bagi anak laki-laki. Jika dibagi atas remaja awal dan remaja akhir, maka remaja awal berada dalam usia 12 atau 13 tahun sampai 17 atau 18 tahun, dan remaja akhir dalam rentangan 17 atau 18 tahun sampai 21 atau 22 tahun. Sementara itu Hurlock (2000) mengemukakan bahwa awal masa remaja berlangsung kira-kira dari usia 13 tahun sampai dengan 16 atau 17 tahun.<sup>78</sup>

### **3. Tugas-tugas perkembangan masa remaja**

Menurut Havigurst pada masa remaja ada tugas-tugas perkembangan yang harus dipenuhi oleh remaja, yaitu:<sup>79</sup>

- a. Mencapai hubungan yang baik dan lebih masak dengan teman sebaya baik sesama jenis maupun lawan jenis
- b. Mencapai peran sosial sesuai dengan peran jenis kelaminnya
- c. Menerima keadaan fisiknya dan dapat mempergunakan secara efektif
- d. Mencapai kemandirian secara emosional dari orangtua dan orang dewasa lainnya
- e. Memilih pekerjaan dan mempersiapkan diri untuk bekerja

---

<sup>78</sup> Ibid, P.206

<sup>79</sup> Ibid, p. 10

- f. Mempersiapkan diri untuk memasuki pekawinan dan kehidupan keluarga
- g. Mengembangkan kemampuan dan konsep-konsep intelektual untuk tercapainya kompetensi sebagai warga Negara
- h. Memperoleh rangkaian sistem nilai dan etika sebagai pedoman perilaku.

#### **4. Perkembangan Minat terhadap Pendidikan pada Masa Remaja**

Pada umumnya remaja mudah suka mengeluh tentang sekolah. Mereka bersikap kritis terhadap guru-guru dan cara guru mengajar. Besarnya minat remaja terhadap pendidikan dipengaruhi oleh minat mereka kepada pekerjaan. Kalau remaja mengharapkan pekerjaan yang menuntut pendidikan tinggi maka pendidikan akan dianggap sebagai batu loncatan.<sup>80</sup>

Faktor-faktor yang mempengaruhi sikap remaja terhadap pendidikan:<sup>81</sup>

- Sikap teman sebaya : berorientasi sekolah atau kerja
- Sikap orangtua: menganggap pendidikan sebagai batu loncatan ke arah mobilitas sosial atau hanya sebagai suatu kewajiban karena diharuskan oleh hukum

---

<sup>80</sup> Ibid,p.220

<sup>81</sup> Ibid,p. 221

- Nilai-nilai yang menunjukkan keberhasilan atau kegagalan akademis
- Relevansi atau nilai praktis dari berbagai mata pelajaran
- Sikap terhadap guru – guru, pegawai tata usaha, dan kebijakan akademis serta disiplin
- Keberhasilan dalam berbagai kegiatan ekstrakurikuler
- Derajat dukungan sosial di antara teman-teman sekelas

Dilihat dari faktor yang mempengaruhi sikap remaja terhadap pendidikan Kebijakan akademis dan nilai-nilai akademik merupakan hal yang berkaitan dengan ujian nasional. Kebijakan Akademis berkaitan dengan kebijakan diadakannya ujian nasional, sedangkan nilai-nilai akademis berkaitan dengan standar nilai kelulusan ujian nasional. Dari teori di atas dapat diketahui bahwa, ujian nasional menjadi sangat penting sebagai penghubung antara jenjang pendidikan dengan minat pekerjaan yang diinginkan oleh para remaja, hal ini dikarenakan ujian nasional merupakan satu-satunya patokan untuk lulus dan melanjutkan pendidikan yang lebih tinggi. Bagi para remaja yang memiliki perasaan cemas yang tinggi, kekhawatiran akan kegagalan tidak lulus ujian nasional dan

tidak dapat melanjutkan ke perguruan tinggi akan sering terjadi, sehingga akan mempengaruhi kinerja dan kefokusannya dalam belajar.

## **5. Perkembangan Emosi Remaja**

Secara tradisional masa remaja dianggap sebagai periode “badai dan tekanan” suatu masa di mana ketegangan emosi meningkat sebagai akibat dari perubahan fisik dan kelenjar. Adapun meningkatnya emosi terutama karena anak laki-laki dan perempuan berada dibawah tekanan sosial dan menghadapi kondisi baru. Sebagaimana besar remaja mengalami ketidakstabilan dari waktu ke waktu sebagai konsekuensi dari usaha penyesuaian diri.<sup>82</sup> Pola emosi yang sering dialami pada masa remaja yaitu gembira, amarah, takut, cinta, cemburu, kecewa, cemas, dsb.

Remaja umumnya merasa cemas hanya pada kejadian – kejadian yang berbahaya atau traumatik. Beberapa orang mengalami rasa takut dan cemas secara berulang-ulang dalam kehidupan sehari-harinya atau karena mimpi-mimpi dan pikiran-pikiran yang tidak logis. Kecemasan dapat disebabkan oleh

---

<sup>82</sup> Ibid, p.212-213

ketegangan emosi. Ketegangan emosi dapat mempengaruhi efektivitas belajar seperti menurunnya motivasi.<sup>83</sup>

Berdasarkan penjelasan di atas dapat dikaitkan antara perkembangan emosi dan kecemasan yang terjadi pada masa remaja. Remaja dapat menjadi cemas dikarenakan pada masanya ketidakstabilan emosi meningkat. Hal ini dapat disebabkan dikarenakan banyak faktor seperti meningkatnya fungsi-fungsi kelenjar ditubuh, penyesuaian diri dalam lingkungan baru dan tekanan sosial pada masa remaja. Bentuk kecemasan yang terjadi pada masa remaja berupa pemikiran-pemikiran irasional terhadap suatu hal dan ketakutan terhadap bahaya yang akan menimpanya.

Dikaitkan dengan Ujian Nasional, ketegangan emosi terjadi ketika seorang siswa merasa takut dan khawatir jika tidak lulus Ujian Nasional seperti yang dilansir di harian Sriwijaya Pos bahwa perasaan takut tidak dapat mencapai target yang telah ditentukan, dapat juga menjadi salah satu faktor yang mempengaruhi kecemasan siswa terhadap ujian nasional sehingga dapat menyebabkan kecemasan dalam menghadapi ujian nasional. Standar nilai kelulusan yang ditetapkan oleh pemerintah, yang selalu dinaikkan tiap tahunnya membuat siswa khawatir apakah mereka dapat mencapai target tersebut atau

---

<sup>83</sup> Endang Fatimah, Psikologi Perkembangan,( Bandung: Pustaka Setia,2006), p. 107-109

tidak.<sup>84</sup> Jadi, ketegangan emosi siswa dalam menghadapi Ujian Nasional berupa perasaan-perasaan seperti perasaan cemas, takut, khawatir tidak lulus Ujian Nasional yang dapat disebabkan oleh standar nilai kelulusan yang tinggi.

#### **D. Karakteristik SMA Negeri 19**

Sekolah Menengah Atas (SMA) Negeri 19 Jakarta terletak di Jl. Pertierra 31, Tambora Jakarta-Barat. Sekolah ini memiliki jumlah guru sebanyak 40 guru dengan berbagai keahlian dan bidang mata pelajaran yang ditekuni. SMA negeri 19 Jakarta memiliki jumlah kelas 14 ruang dengan tiap tingkatan kelas berjumlah empat paralel, kelas X enam paralel kelas (X.1 – X.6), kelas XI empat paralel kelas yaitu satu kelas untuk jurusan IPA dan tiga kelas untuk jurusan IPS, dan kelas 3 berjumlah 4 paralel kelas yaitu satu kelas untuk jurusan IPA dan tiga kelas untuk jurusan IPS. Jumlah seluruh siswa pada tahun 2010-2011 sebanyak 207 siswa.

SMA N 19 Jakarta merupakan sekolah yang memiliki peringkat standar atau biasa-biasa saja, ini terlihat dari data yang menunjukkan peringkat SMA 19 pada tahun 2010 berada pada urutan 69 dari 116 sekolah. Rata-rata hasil NEM input siswa yang masuk juga tidak terlalu besar yaitu 26,94 dari 4 mata pelajaran (Matematika, Bahasa

---

<sup>84</sup> Sriwijayapos , kausalitas Ujian Nasional dan Prilaku siswa-guru,p.1.2010  
([http://www.sripoku.com/view/22873/kausalitas\\_un\\_dan\\_prilaku\\_siswa-guru](http://www.sripoku.com/view/22873/kausalitas_un_dan_prilaku_siswa-guru))

Indonesia, Bahasa Inggris dan IPA). Untuk Hasil kelulusan pada tahun pelajaran 2009-2010 SMA Negeri 19 Jakarta dapat meluluskan 99,9% siswanya, hanya satu siswa saja yang dinyatakan tidak lulus Ujian Nasional.

SMA N 19 Jakarta memiliki visi dan misi, yaitu :

**A. Visi**

Berlandaskan iman dan Taqwa, unggul dalam kecerdasan dan emosional. Dengan indikator :

- a. Unggul dalam pelaksanaan ajaran agama
- b. Unggul dalam perolehan nilai Ujian Nasional
- c. Unggul dalam kehidupan sosial dan ekonomi
- d. Unggul dalam berbudaya nasional
- e. Unggul dalam persaingan profesi

**B. Misi**

1. Melaksanakan kegiatan belajar mengajar/ pembelajaran yang efektif dan efisien
2. Melaksanakan bimbingan secara kontinyu dan seefektif mungkin
3. Meningkatkan disiplin kerja
4. Meningkatkan profesionalisme guru dan karyawan
5. Menumbuhkembangkan pemahaman, penghayatan dan pengalaman terhadap ajaran agama

6. Membudayakan budi peerti luhur
7. Mengembangkan diri siswa khususnya berkomunikasi Bahasa Mandarin

#### **E. Penelitian Relevan**

Hasil penelitian yang diteliti oleh Spielberger 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.<sup>85</sup> Hal ini menunjukkan bahwa kecemasan yang dialami siswa dapat mengganggu prestasi akademik di sekolah sehingga siswa yang mengalami kecemasan mudah gagal dalam akademiknya.

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 dapat dideskripsikan bahwa terdapat perbedaan tipis antara siswa yang cenderung memiliki tingkat kecemasan rendah yaitu 30 siswa (52,37%) dan siswa yang mengalami tingkat kecemasan tinggi sebanyak 27 siswa (47,37%)

---

<sup>85</sup> Robert, E. Salvin, *Education Psycholog, Theory and Practice ninth edition.* (New jersey, upper saddler rivers, 2009), p.311

dalam menghadapi Ujian Nasional.<sup>86</sup> Penelitian ini menunjukkan masih banyak siswa yang mengalami kecemasan dalam menghadapi Ujian Nasional daripada siswa yang tidak cemas.

Kedua penelitian di atas berkontribusi terhadap penelitian ini karena dari hasil kedua penelitian tersebut dapat mengindikasikan bahwa ada kecemasan dalam dunia pendidikan, khususnya kecemasan ketika menghadapi Ujian Nasional. Berangkat dari kedua penelitian ini, peneliti ingin mengetahui faktor-faktor apa saja yang menyebabkan siswa cemas dalam menghadapi Ujian Nasional.

## **F. Kerangka Berfikir**

Kecemasan merupakan reaksi emosional yang terjadi melalui penilaian individu terhadap stimuli/rangsangan eksternal yang dianggapnya sebagai ancaman/bahaya yang dapat merugikan diri baik secara fisik maupun psikis. Di dalam penilaian kognitif individu terdapat persepsi yang mempengaruhi penilaian kognitif terhadap rangsangan (Stimuli). Seseorang dikatakan cemas apabila seseorang itu mempersepsikan rangsangan eksternal sebagai suatu yang mengancam. Penilaian seseorang terhadap stimulus/ rangsangan

---

<sup>86</sup> Oniex Diah Amarta, Studi deskriptif tentang tingkat kecemasan dan gaya belajar siswa kelas III dalam menghadapi UN (skripsi), ( Jakarta : Fakultas Psikologi universitas Nasional, 2007), p. 102

eksternal dipengaruhi pula oleh pikiran dan perasaan individu terhadap rangsangan eksternal (stressor).

Ujian Nasional merupakan sistem evaluasi pendidikan nasional yang dibuat untuk mengukur kemampuan siswa yang telah melalui proses belajar selama tiga tahun di SMA atau setingkatnya. Ujian nasional dipersepsikan sebagai *stressor* karena dijadikan satu-satunya patokan untuk dapat melanjutkan ke jenjang pendidikan yang lebih tinggi. Selain itu, nilai kelulusan yang terus dinaikkan setiap tahunnya juga membuat siswa menjadi khawatir tidak dapat melampaui target yang telah ditentukan. Ditambah lagi dengan adanya sistem pengawasan yang berasal dari sekolah lain dan juga pengawas yang berasal dari kepolisian menambah ketakutan tersendiri bagi siswa. Seringkali siswa juga merasa cemas karena mekanisme tes seperti : waktu pengerjaan tes yang kurang, instruksi tes yang terlalu rumit dan tidak jelas serta penggunaan sistem komputerisasi dalam memeriksa jawaban Ujian.

Begitu pentingnya peran Ujian Nasional bagi pendidikan sehingga banyak tuntutan dari lingkungan seperti guru, orang tua dan masyarakat sekitar pada anak/siswa. Siswa/anak dituntut untuk lulus dengan hasil memuaskan, sehingga banyak orang tua siswa yang memasukkan anaknya ke bimbingan belajar dan banyak guru yang

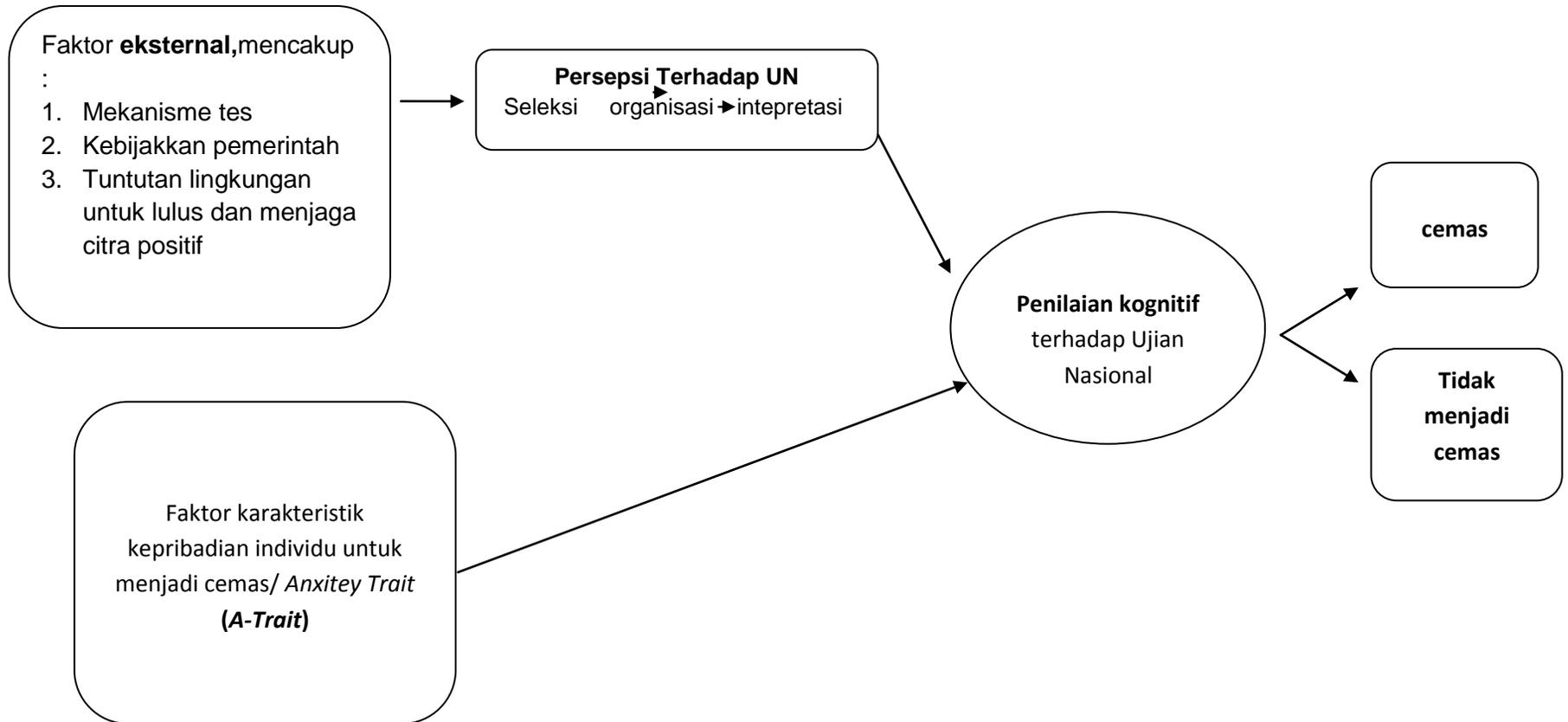
meminta muridnya untuk mengikuti pelajaran ekstra di sekolah. Siswa juga dibayang-bayangi oleh gunjingan tetangga, jika tidak lulus, sehingga siswa dituntut untuk menjaga citra diri positif agar tidak membuat malu orang tua. Hal ini juga dapat berkontribusi pada kondisi psikologis, siswa bisa saja tertekan akibat banyaknya tuntutan dari masyarakat.

Selain hal-hal yang bersifat eksternal seperti yang telah diungkapkan diatas, persepsi terhadap stressor dalam hal ini ujian nasional dipengaruhi juga oleh faktor dalam diri seperti pemikiran, perasaan dan juga kebutuhan biologis pada saat cemas. Pemikiran dalam hal ini adalah hasil proses berfikir individu terhadap kecemasan. Individu yang memiliki pemikiran berlebih terhadap konsekuensi kegagalan dan kinerja diri yang buruk akan mudah mengalami kecemasan. Selain itu perasaan mudah menyerah dan ketakutan yang berlebih dapat menjadi penyebab timbulnya cemas. Siswa yang mudah menyerah sering tidak dapat menyelesaikan tugas atau tes dengan baik dan tidak memiliki target nilai yang tinggi, sedangkan siswa yang selalu khawatir akan selalu merasa ketakutan bahwa dia akan gagal dalam ujian. Tubuh juga akan beraksi pada timbulnya kecemasan tubuh akan mengeluarkan banyak cairan melalui intensitas yang tinggi untuk buang air kecil/besar, keadaan jantung berdenyut lebih kencang dan mengeluarkan keringat lebih banyak. Selain itu

tubuh juga membutuhkan asupan cairan lebih banyak sehingga individu lebih cepat haus atau lapar.

Selain persepsi terhadap stressor, ada faktor lain yang dapat menyebabkan timbulnya kecemasan yaitu kecenderungan individu dalam melihat situasi yang membahayakan atau bisa juga disebut dengan *anxiety trait (A-Trait)*. Individu yang tinggi dalam *A-Trait* dapat dilihat dari kurangnya penghargaan diri, kepercayaan diri yang rendah, dan sering gagal dalam tes akademik. Siswa yang memiliki penghargaan diri yang rendah serta kepercayaan diri yang rendah seringkali menganggap diri tidak mengerti mengenai materi Ujian Nasional dan selalu merasa tidak dapat mengerjakan soal dengan baik sehingga sering gagal dalam tes. Faktor-faktor diatas sangat berkontribusi pada penyebab terjadinya kecemasan.

Adapun bagan dari kerangka berpikir dari penelitian ini adalah:



## **BAB III**

### **METODOLOGI PENELITIAN**

#### **A. TUJUAN PENELITIAN**

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui gambaran faktor-faktor penyebab kecemasan dalam menghadapi ujian nasional secara empiris pada siswa kelas XII SMA N 19 Jakarta Barat.

#### **B. TEMPAT DAN WAKTU PENELITIAN**

Penelitian ini dilaksanakan di SMA N 19 Jakarta Barat siswa kelas XII dengan dilaksanakan pada tahun ajaran 2010-2011. Penelitian ini dilaksanakan dari bulan Juni s.d Januari 2011, dengan rincian kegiatan sebagai berikut :

- Seminar proposal penelitian : Juni 2010
- Uji coba instrumen : Oktober 2010
- Penelitian : November 2010
- Analisa data dan penyusunan laporan : November 2010
- Seminar hasil penelitian : Januari 2011
- Sidang skripsi : Januari 2011

### **C. METODE PENELITIAN**

Metode penelitian yang digunakan adalah metode penelitian deskriptif dengan kategori survei. Metode deskriptif survei merupakan suatu metode yang dirancang untuk mengumpulkan informasi sebanyak-banyaknya mengenai keadaan-keadaan nyata sekarang.<sup>87</sup> Penelitian survei berusaha mengamati atau menyelidiki secara kritis untuk mendapatkan keterangan yang terang dan baik terhadap suatu persoalan tertentu. Tujuannya adalah untuk mengambil suatu generalisasi dari gambaran sifat keadaan yang berlangsung pada saat penelitian dilaksanakan serta memeriksa sebab-sebab dari gejala tertentu.<sup>88</sup>

### **D. POPULASI, SAMPEL, DAN TEKNIK SAMPLING PENELITIAN**

Populasi adalah keseluruhan subyek penelitian.<sup>89</sup> Populasi dalam penelitian ini adalah siswa kelas XII SMA N 19 Jakarta Barat , terdiri dari empat kelas dengan dua kategori jurusan yaitu IPA dan IPS yang memiliki jumlah siswa seluruh kelas sebanyak 142 siswa.

Sampel yaitu sebagian atau wakil populasi yang diteliti.<sup>90</sup> Sampel dalam penelitian adalah jumlah seluruh siswa yang memiliki kecemasan tinggi dalam menghadapi Ujian Nasional yang berjumlah 39 siswa dari

---

<sup>87</sup> Suharsimi Arikunto, *Prosedur Penelitian (Suatu Pendekatan Praktek)*, (Jakarta:rineka cipta,2002),p.86

<sup>88</sup> Margono, *Metodologi Penelitian Pendidikan* (Jakarta: PT Rineka Cipta,2004),P. 29

<sup>89</sup> Ibid,108

<sup>90</sup> Ibid, 109

jumlah populasi secara keseluruhan. Siswa yang peneliti dapatkan dari hasil angket *State Anxiety Inventory* milik Spielberger.

Pada penelitian ini penulis menggunakan metode sampling dengan teknik sampel bertujuan atau *purposive sample*. Menurut Arikunto teknik sampel bertujuan dilakukan dengan cara mengambil subjek bukan didasarkan atas strata, random atau daerah tetapi didasarkan atas adanya tujuan tertentu.<sup>91</sup> Dalam teknik ini, mempunyai syarat-syarat yang harus dipenuhi, yaitu:<sup>92</sup>

- a. pengambilan sampel harus didasarkan atas ciri-ciri, sifat-sifat atau karakteristik tertentu.
- b. Subjek yang diambil sebagai sampel benar-benar merupakan subjek yang paling banyak mengandung ciri-ciri yang terdapat pada populasi.
- c. Penentuan karakteristik dilakukan dengan cermat di dalam studi pendahuluan.

Mengacu pada syarat-syarat tersebut, peneliti melakukan studi pendahuluan berupa penyebaran angket untuk mengkategorisasikan atau mengidentifikasi siswa yang memiliki kecemasan dalam menghadapi Ujian Nasional, dan berdasarkan hasil dari studi pendahuluan tersebut, maka ciri-ciri sampel dari penelitian ini adalah:

---

<sup>91</sup> Ibid., h. 117

<sup>92</sup> Ibid., h. 117

- a. Peneliti menyebarkan angket dari Spielberger yaitu *state anxiety inventory* untuk mengkategorisasikan siswa yang memiliki kecemasan, dalam angket tersebut ada 20 butir pernyataan yang menunjukkan perasaan-perasaan ketika akan menghadapi ujian nasional/bahaya yang mengancam. Angket disebarkan kepada siswa kelas XII yang seluruhnya berjumlah 130 siswa dan hasilnya sebanyak 39 siswa memiliki kecemasan tingkat tinggi. Adapun angket tersebut bisa dilihat dalam lampiran.
  
- b. Peneliti mengambil kategorisasi tinggi pada angket State Anxiety Inventory untuk menentukan responden yang memiliki kecemasan dalam menghadapi Ujian Nasional. Adapun alasan kelayakan tersebut dikarenakan 39 siswa tersebut memiliki frekuensi yang lebih banyak menampilkan perasaan-perasaan yang mengindikasikan adanya kecemasan dalam menghadapi ujian nasional. Dengan 39 siswa yang memiliki kecemasan tingkat tinggi, diharapkan faktor-faktor penyebab kecemasan akan lebih tergambar dengan jelas dan akurat.

## E. TEKNIK PENGUMPULAN DATA

Instrumen yang digunakan dalam penelitian ini adalah angket atau kuesioner yang bersifat tertutup, dimana responden hanya memilih alternatif jawaban yang telah disediakan.<sup>93</sup> Alasan mempergunakan kuesioner adalah karena kuesioner dapat mengumpulkan data dalam waktu singkat. Hal-hal yang ingin diketahui telah tertuang dalam pernyataan dalam kuesioner, untuk menghindari terjadinya penyimpangan dari pokok penelitian serta efektif dan efisien.

Pengukuran menggunakan skala penilaian (rating scale) dengan pernyataan positif dan negatif, dengan alternatif jawaban 4 kategori. Skala penilaian adalah pencatatan obyek/gejala-gejala menurut tingkatan-tingkatannya, untuk memperoleh gambaran umum mengenai keadaan obyek. Skala ini berupa daftar yang berisikan ciri-ciri, yang dicatat secara bertingkat. Skala ini untuk menerangkan, menggolongkan, dan menilai seseorang atau suatu gejala.<sup>94</sup> Jawaban setiap item memiliki gradasi dari sangat positif sampai sangat negatif. Karena persepsi itu adalah sebuah penilaian seseorang terhadap suatu objek, jadi penelitian ini menggunakan rentangan penilaian seperti di bawah ini :

---

<sup>93</sup> Ibid,129

<sup>94</sup> Yatim Riyanto, metodologi Penelitian Pendidikan, (surabaya:SIC,2001),82

**Tabel 3.1**

**Daftar Nilai (Skor) Skala Pengukuran**

<b>Kategori Jawaban</b>	<b>Pernyataan positif (favourable)</b>	<b>Pernyataan Negatif (unfavoureble)</b>
1. Sangat sesuai	4	1
2. Sesuai	3	2
3. Tidak sesuai	2	3
4. Sangat tidak sesuai	1	4

Selain persepsi, dimensi lain yang akan digunakan dalam penelitian ini adalah kecenderungan kepribadian *A-Trait. Anxiety trait (A-Trait)* dianggap sebagai gambaran perbedaan individu dalam kecenderungan untuk menjadi cemas, di mana individu cenderung melihat dunia sebagai bahaya yang mengancam dan selalu mengalami kecemasan sesaat (*A-State*) dalam jangka waktu yang panjang.<sup>95</sup>

Dalam penelitian ini, dimensi *A-Trait* diukur dengan instrumen *A-Trait* yang dibuat oleh Spielberger yang berisi 20 pernyataan dengan pembagian 11 item positif dan 9 item negatif. Instrumen *A-Trait* mengukur bagaimana individu melihat situasi sebagai sumber bahaya. Semakin tinggi perolehan skor individu semakin tinggi pula kecenderungan kepribadian individu untuk menjadi cemas. Hal ini dapat diartikan bahwa

---

<sup>95</sup> Charles D Spielberger, *Anxiety Current Trends in Theory and Research*, vol. 1( New York, 1972 )P.53

*A-Trait* merupakan intensitas atau frekuensi seseorang untuk merasakan cemas pada berbagai situasi.<sup>96</sup>

Instrumen *A-Trait* memakai skala likert dengan 4 rentang penilaian yaitu hampir selalu, kadang-kadang, jarang, hampir tidak pernah. Adapun rentang penilaian instrumen penelitian ini akan ditunjukkan sebagai berikut :

**Tabel 3.2**  
**Daftar Nilai (Skor) Skala Pengukuran *Anxiety trait***

<b>Kategori Jawaban</b>	<b>Pernyataan positif (favourable)</b>	<b>Pernyataan Negatif (unfavourable)</b>
1. Hampir selalu	4	1
2. Kadang-kadang	3	2
3. jarang	2	3
4. Hampir Tidak Pernah	1	4

### **1. Definisi konseptual**

Salah satu tokoh ahli dari teori kecemasan Spielberger menjelaskan bahwa kecemasan merupakan emosi berdasarkan penilaian terhadap ancaman, penilaian yang memerlukan simbol-

---

<sup>96</sup> Spielberger, Manual For the State-Trait Anxiety Inventory, ( Palo Alto : Consulting Psychologist Press.Inc),1983

simbol antisipasi dan unsur-unsur ketidakpastian.<sup>97</sup> Konsep ancaman menurut Spielberger merupakan penilaian subyektif dari seseorang akan situasi yang berpotensi merugikan dirinya.<sup>98</sup> Senada dengan Spielberger, Freud pun menjelaskan bahwa kecemasan merupakan emosi yang tidak menyenangkan dan sangat terasa kekuatannya disertai sensasi fisik yang memperingati seseorang terhadap bahaya yang mendekat.<sup>99</sup>

Variabel dalam penelitian ini ialah faktor-faktor kecemasan siswa. Menurut Spielberger faktor-faktor kecemasan merupakan proses penilaian kognitif individu terhadap faktor eksternal (*stressor*) yang dipengaruhi oleh faktor internal meliputi pikiran dan perasaan.<sup>100</sup> Dalam proses penilaian kognitif terdapat persepsi yang merupakan suatu proses kognitif, persepsi dimulai dengan menyeleksi yaitu proses memilah stimulus dan mendeteksi stimulus yang cukup kuat sehingga melampaui ambang stimulus dalam hal ini stimulus tersebut adalah Ujian Nasional.<sup>101</sup> Dengan masih besarnya kompleksitas dari informasi yang masuk, maka dalam tahap pengorganisasian informasi tersebut disederhanakan. Bagian-bagian kecil dari informasi

---

<sup>97</sup> Charles D Spielberger, *Anxiety Current Trends in Theory and Research*, vol. 1( New York, 1972)p.12

<sup>98</sup> Charles D Spielberger, *Understanding Stress and Anxiety* ( New York: Harper & Row, Publisher 1979)P.42

<sup>99</sup> *Ibid*, 1972, p. 23

<sup>100</sup> Charles D Spielberger, *Understanding Stress and Anxiety* ( New York: Harper & Row, Publisher 1979)P.43

<sup>101</sup> Bimo Walgito. *Psikologi Umum* (Yogyakarta: Andi, 2002), p.69

dikelompokkan ke dalam bagian-bagian kecil yang memiliki makna yang masih dapat diproses. Pada proses pengorganisasian memungkinkan individu menggeneralisasikan informasi yang didapat dari luar.<sup>102</sup> Tahap terakhir adalah Interpretasi adalah hasil penafsiran dari pengorganisasian yang merupakan proses penyatuan antara stimulus yang diterima indera dengan melibatkan faktor-faktor internal sehinggamenjadi sebuah informasi yang lebih sederhana namun bermakna.<sup>103</sup>

Selain persepsi terhadap ujian nasional, faktor lain yang menyebabkan kecemasan adalah *A-Trait* yang *Anxiety trait (A-Trait)* dianggap sebagai gambaran perbedaan inividu dalam kecenderungan untuk menjadi cemas, dimana individu cenderung melihat dunia sebagai bahaya yang mengancam dan selalu mengalami kecemasan sesaat (*A-State*) dalam jangka waktu yang panjang. 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.<sup>104</sup>

---

<sup>102</sup> Robert A. Baron & Donn Byrne, *Social Psychology*, foth Edition atau Psikologi Sosial Edisi Kesepuluh, Alih Bahasa Ratna Djuwita (Jakarta: Erlangga. 2004), p.81

<sup>103</sup> Alex Sobur, *Psikologi Umum* (Bandung: Pustaka . 2003) p. 447

<sup>104</sup> Spielberger, 1972, *loc.cit*, p.53

## 2. Definisi Oprasional

Kecemasan dalam menghadapi ujian nasional adalah penilaian subyektif individu terhadap Ujian Nasional yang menganggap Ujian Nasional sebagai ancaman. Adapun Faktor- faktor penyebab kecemasan siswa dalam menghadapi Ujian Nasional adalah :

### a. Persepsi terhadap ujian nasional

Persepsi terhadap ujian nasional adalah suatu proses menyeleksi, mengorganisasi dan mengintepretasi unsur-unsur dalam ujian nasional sebagai objek persepsi. Pada penyebab kecemasan, persepsi tersebut akan dinilai oleh individu sebagai sumber stres/*stressor* karena dianggap mengancam. . Aspek-aspek dalam ujian nasional yang menjadi *Stressor* dalam hal ini mencakup : mekanisme tes (waktu tes, prosedur pengisian tes, pengaturan tempat dudk, pengawasan dan kesulitan tes), kebijakan pemerintah (standar kelulusan dan mekanisme penanganan keridaklulusan), dan tuntutan lingkungan (orang tua, guru, masyarakat). Dalam mempersepsikan *stressor* dipengaruhi juga oleh pikiran dan perasaan terhadap Ujian Nasional sebagai stressor. Pikiran dalam hal ini mencakup pikiran mengenai segala hal yang akan terjadi jika gagal/ tidak memenuhi standar kelulusan

yang telah ditetapkan pada ujian nasional, pikiran-pikiran tersebut adalah : pikiran tentang konsekuensi kegagalan, kemampuan diri, kemungkinan akan gagal. Sedangkan perasaan mencakup perasaan khawatir tidak dapat mencapai standar nilai kelulusan yang telah ditetapkan.

b. Kecenderungan Kepribadian/*Anxiety trait (A-Trait)*

Kecenderungan kepribadian dalam hal ini dapat dilihat dari perbedaan individu dalam menghadapi situasi yang dianggap mengancam. Individu yang tinggi dalam *A-Trait* dapat dilihat dari kurangnya penghargaan diri, kepercayaan diri yang rendah dan sering gagal dalam tes akademik. Dalam penelitian ini, peneliti memakai instrument dari Spielberger mengenai *A-Trait*. Instrumen ini berisi 20 pernyataan dengan pembagian 11 item positif dan 9 item negatif. Instrumen *A-Trait* mengukur bagaimana individu melihat situasi sebagai sumber bahaya. Semakin tinggi perolehan skor individu semakin tinggi pula kecenderungan kepribadian individu untuk menjadi emas. Hal ini dapat diartikan bahwa *A-Trait* merupakan intensitas atau frekuensi seseorang untuk merasakan cemas pada berbagai situasi.

Variable faktor-faktor penyebab kecemasan siswa dalam menghadapi Ujian Nasional dapat diukur melalui kisi-kisi

pembuatan kuesioner yang mengacu pada teori Spielberger (1972) mengenai faktor penyebab kecemasan siswa dalam menghadapi Ujian Nasional, yaitu:<sup>105</sup>

---

<sup>105</sup> Charles D Spielberger, 1972, *loc.cit*, p.43

Tabel 3.3

## KISI-KISI

## FAKTOR PENYEBAB KECEMASAN SISWA DALAM MENGHADAPI UJIAN NASIONAL (Uji Coba)

Variabel	Dimensi	Indikator	Sub Indikator	Deskriptor	No. Item		Sub Total		Total	
					+	-	+	-		
Faktor-faktor penyebab kecemasan siswa XII SMA	Persepsi	Seleksi, Pengorganisasian, Penginterpretasian Terhadap ujian nasional	1.Mekanisme Tes	1. Waktu tes	18,27	1,57	2	2	4	
				2. Prosedur Pengisian Tes	39,29	17,53	2	2	4	
				3. Pengaturan tempat duduk	43,28	16,59	2	2	4	
				4. Pengawasan	30,44	19,14	2	2	4	
				5. Kesulitan Tes	15,61,38	62,20,13	3	3	6	
			2.Kebijakan Pemerintah	1. Standar Kelulusan	• konsekuensi kegagalan	41,21	47,23	2	2	4
					• kemampuan diri	26,11	21,45	2	2	4
					• Kemungkinan akan gagal	52,22	10,49	2	2	4
					• Khawatir	46,25	9,37	2	2	4
					2. Mekanisme penanganan ketidaklulusan	8,40	• Ujian ulang	51,24	2	2

	<i>A-Trait</i>			<ul style="list-style-type: none"> <li>tahap 1</li> <li>• Gagal mengulang tahun depan</li> <li>• Mengikuti paket C</li> </ul>	7,48	31,36	2	2	4	
					35,54	6,56	2	2	4	
				3. Tuntutan lingkungan untuk lulus dan menjaga citra positif	1. Orang tua	5,50	32,60	2	2	4
					2. Guru	58,33	4,42	2	2	4
					3. masyarakat	55,2	34,33	2	2	4
		Karakteristik atau ciri Kepribadian			2,4,5,8,9,11,12,15,17,18,20	1,3,6,7,10,13,14,16,19	11	9	20	
JUMLAH					42	40	42	40	82	

## F. Uji Instrumen

### 1. Pengujian Validitas

Menurut Arikunto validitas adalah suatu ukuran yang menunjukkan tingkat kevalidan atau kesahihan suatu instrument. Tinggi rendahnya validitas instrumen menunjukkan sejauh mana data yang terkumpul tidak menyimpang dari gambaran tentang validitas yang dimaksud.<sup>106</sup> Validitas adalah mengukur dengan tepat gejala yang hendak diukur dan seberapa jauh alat ukur itu memberikan sifat ketelitian sehingga dapat menunjukkan gejala yang diukur dengan sebenarnya. Suatu instrument yang valid atau sah mempunyai validitas yang tinggi. Sebaliknya instrument yang tidak valid berarti memiliki validitas rendah. Maka, instrument dikatakan valid bila mampu mengukur apa yang diinginkan, mampu mengungkapkan data dari variable yang diteliti secara tepat. Pengujian validitas yang digunakan pada penelitian ini validitas kuantitatif atau validitas butir.

Rumus validitas butir yang digunakan dalam penyusunan instrument ini adalah korelasi product moment dari Pearson karena dalam penelitian ini peneliti menggunakan skala bertingkat yang diberi skor pada level interval 1-4 pada setiap butirnya. Senada dengan yang dikatakan Azwar bahwa skala-skala yang setiap

---

<sup>106</sup> Ibid, p. 152

itemnya diberi skor pada level interval maka koefisien korelasi *product moment* dari Pearson dapat digunakan. Semakin tinggi koefisien korelasi positif antara skor item dengan skor skala maka semakin tinggi konsistensi antara item tersebut dengan skala secara keseluruhan.<sup>107</sup> Adapun rumus product Moment yaitu sebagai berikut

108

$$r_{XY} = \frac{N \sum XY - (\sum X)(\sum Y)}{\sqrt{\{N \sum X^2 - (\sum X)^2\} \{N \sum Y^2 - (\sum Y)^2\}}}$$

Dengan : n : banyaknya sampel  
x : nilai item yang diperoleh  
y : skor total tiap sampel

## 2. Hasil Uji Validitas Instrumen

Peneliti melakukan uji coba instrumen yang berjumlah 82 butir pernyataan, terdiri dari pernyataan positif dan negatif tentang faktor-faktor penyebab kecemasan siswa dalam menghadapi Ujian Nasional kepada 125 responden yang merupakan siswa SMA Negeri 15 Jakarta Utara.

---

<sup>107</sup> Saifuddin azwar. Op. cit. h. 100

<sup>108</sup> Ibid, p. 153

Dalam penelitian ini, perhitungan validitas akan dibedakan menjadi dua yaitu perhitungan validitas untuk indikator persepsi terhadap Ujian Nasional dan indikator kecenderungan kepribadian. Hal ini disebabkan karena peneliti mengutip instrumen *A-Trait* milik Spielberger dan untuk instrumen persepsi terhadap Ujian Nasional dibuat sendiri oleh peneliti. Untuk instrumen persepsi terhadap Ujian Nasional akan dihitung dengan rumus product moment, sedangkan untuk instrumen *A-Trait* tidak dilakukan pengujian validitas, hal ini dikarenakan tingkat realibilitas instrmen spielberger sudah cukup baik, yaitu antara 0,86.<sup>109</sup> Hasil ini didapat dari penelitian yang dilakukan oleh spielberger pada siswa sekolah tinggi dan mahasiswa laki-laki dan perempuan dalam rentang waktu satu hari sampai 104 hari dari penelitian ini didapat realibilitas sebesar 0,86. Walaupun tidak diadakan uji instrumen untuk *A-Trait*, peneliti tetap mengkonsultasikan instrumen *A-Trait* dengan dosen Pembimbing dan dosen ahli untuk perevisian kata-kata yang ada pada instrumen agar sesuai dengan cakupan penelitian.

Hasil penghitungan butir pernyataan persepsi terhadap Ujian Nasional selanjutnya dikonsultasikan pada *r* table *Product Moment* pada taraf signifikansi 95 % yaitu 0,176. Pada saat penghitungan

---

<sup>109</sup> <http://www.statisticssolution.com/methode-chapter/directory-of-survey-instruments/state-trait-anxiety-inventory/>

diperoleh data bahwa 42 butir pernyataan positif dan 40 butir pernyataan negatif, terdapat 43 butir pernyataan yang dinyatakan valid dan 19 butir pernyataan yang dinyatakan tidak valid atau drop.

Adapun butir pernyataan yang valid tersebut yaitu:1,2,5,6,7,9,10,11,13,15,16,17,18,19,20,21,22,23,24,25,26,27,28, 29,30,32,35,36,37,38,39,40,41,43,44,46,49,52,54,55,57,58,61.

Sementara butir pernyataan yang tidak valid atau drop yaitu:3,4,8,12,25,31,33,34,42,45,47,48,50,51,53,56,59,60,62.

Untuk butiran instrumen *A-Trait* akan digunakan seluruhnya sebanyak 20 item, alasan dipakai seluruhnya adalah karena Trait anxiety sudah diuji realibilitasnya dan hasilnya pun tinggi, sehingga instrumen ini dapat dipercaya dan diandalkan untuk digunakan.

Sebaran butir valid, butir drop dan butir final yang digunakan dalam instrumen penelitian dapat dilihat lebih jelas pada tabel berikut :

**TABEL 3.4**  
**SEBARAN BUTIR INSTRUMEN**  
**Persepsi Terhadap Ujian Nasional**

Variabel	Dimensi	Indikator	Sub Indikator	Deskriptor	No. Butir uji coba		No. Butir drop		No. Butir final	
					+	-	+	-	+	-
Faktor-faktor penyebab kecemasan siswa XII SMA	Persepsi	Seleksi, Pengorganisasian, Penginterpretasian Terhadap ujian nasional	1.Mekanisme Tes	1. Waktu tes	18,27	1,57	-	-	18,27	1,57
				2. Prosedur Pengisian Tes	39,29	17,53	-	53	39,29	17
				3. Pengaturan tempat duduk	43,28	16,59	-	59	43,28	16
				4. Pengawasan	30,44	19,14	-	-	30,44	19,44
				5. Kesulitan Tes	15,61,38	62,20,13	-	62	15,61,38	20,13
			2.Kebijakan Pemerintah	1. Standar Kelulusan	41,12	47,23	12	-	41	47,23
				• konsekuensi kegagalan	26,11	21,45	-	45	26,11	21
				• kemampuan diri	52,22	10,49	-	-	52,22	10,49
				• Kemungkinan akan gagal	46,25	9,37	25	-	46	9,37
				• Khawatir	8,40	51,24	8	51	40	24
2. Mekanisme penanganan ketidaklulusan	7,48	31,36	48	31	7	36				
				• Ujian ulang tahap 1						
				• Gagal mengulang						

				tahun depan • Mengikuti paket C	35,54	6,56	-	56	35,54	6
			3. Tuntutan lingkungan untuk lulus dan menjaga citra positif	1. Orang tua	5,50	32,60	50	60	5	32
				2. Guru	58,33	4,42	33	4,42	58	-
				3. masyarakat	55,2	34,3	-	34,3	55,2	-
JUMLAH					31	31	6	12	25	19
TOTAL KESELURUHAN					62		18		44	

**TABEL 3.6**  
**SEBARAN BUTIR INSTRUMEN**  
**Kecendrungan Kepribadian (*Anxiety trait*)**

Variabel	Dimensi	Indikator	Sub Indikator	Deskriptor	No. Butir uji coba		No. Butir drop		No. Butir final			
					+	-	+	-	+	-		
Faktor-Faktor Penyebab kecemasan siswa dalam menghadapi UN	<i>A-Trait</i>	Emosionalitas worry			11	9	-	-	11	9		
			JUMLAH				11	9	-	-	11	9
			TOTAL KESELURUHAN				20		0		20	

Dari data diatas, pada dimensi persepsi terhadap ujian nasional dapat dilihat bahwa jumlah butir yang valid pada tiap indikator berbeda-beda, untuk mendapatkan komposisi butir yang seimbang dalam instrumen maka peneliti menentukan 2 item valid pada tiap-tiap indikator yang terdiri dari 1 item positif dan 1 item negatif. Melihat tidak seimbangnya jumlah penyebaran butir pada setiap indikator, maka peneliti membuang beberapa butir yang valid dan menggunakan butir yang memiliki nilai r-hitung tertinggi. Hal ini dilakukan karena suatu skala sedapat mungkin terdiri dari pernyataan favorable dan tak favorable yang seimbang untuk menghindari seakan-akan isi skala seluruhnya memihak atau seluruhnya tidak memihak.<sup>110</sup> Sedangkan untuk dimensi *A-Trait* semua item instrumen akan dipakai semua karena alasan yang sudah peneliti kemukakan diatas.

Adapun kisi-kisi instrumen penelitian faktor-faktor penyebab kecemasan dalam menghadapi Ujian Nasional setelah diseimbangkan, yaitu:

---

<sup>110</sup> Azwar, *loc. cit*,h.107

**Tabel 3.6**  
**Kisi-Kisi Instrumen Penelitian**  
**Faktor-Faktor Penyebab Kecemasan Siswa Dalam menghadapi Ujian Nasional**

Variabel	Dimensi	Indikator	Sub Indikator	Deskriptor	No. Item		Sub Total		Total
					+	-	+	-	
Faktor-faktor penyebab kecemasan siswa XII SMA	Persepsi	Seleksi, Pengorganisa sian, Penginterpret asian Terhadap ujian nasional	1.Mekanis me Tes	1. Waktu tes	1	4	1	1	2
				2. Prosedur Pengisian Tes	6	8	1	1	2
				3. Pengaturan tempat duduk	9	12	1	1	2
				4. Pengawasan	14	16	1	1	2
				5. Kesulitan Tes	13	15	1	1	2
			2.Kebijakan Pemerintah	1. Standar Kelulusan	10	11	1	1	2
				• konsekuensi kegagalan					
				• kemampuan diri					
				• Kemungkinan akan gagal					
				• Khawatir	2	3	1	1	2
2. Mekanisme penanganan ketidaklulusan	17	20	1	1	2				
• Ujian ulang tahap 1									
					21	23	1	1	2

	<i>A-Trait</i>			<ul style="list-style-type: none"> <li>• Gagal mengulang tahun depan</li> <li>• Mengikuti paket C</li> </ul>	24	28	1	1	2	
					29	30	1	1	2	
				3. Tuntutan lingkungan untuk lulus dan menjaga citra positif	1. Orang tua	25	27	1	1	2
					2. Guru	22	26	1	1	2
					3. masyarakat	18	19	1	1	2
Karakteristik atau ciri Kepribadian		2,4,5,8,9,11,12,15,17,18,20	1,3,6,7,10,13,14,16,19	11	9	20				
JUMLAH					26	24	26	24	50	

### 3. Pengujian Reliabilitas

Reliabilitas menunjuk pada suatu instrument dapat dipercaya untuk digunakan sebagai alat pengumpul data karena instrument tersebut sudah baik. Reliabilitas menunjuk pada keterandalan suatu reliable, dapat dipercaya, jadi dapat diandalkan.<sup>111</sup>

Perhitungan reliabilitas dilakukan setelah validitas tiap item diketahui. Reliabilitas dihitung dari item-item yang telah diseimbangkan dalam tabel komposisi kisi-kisi. Dalam penelitian ini, untuk mencari keterandalan instrumen, menggunakan *Alpha Cronbach*, berupa analisis perbutir soal dengan alasan bahwa rumus alpha ini digunakan untuk mencari keajegan instrumen yang skornya bukan 1 dan 0, misalnya angket atau soal berupa uraian.

Rumus alpha tersebut sebagai berikut:<sup>112</sup>

$$r_{11} = \left[ \frac{k}{(k-1)} \right] \left[ 1 - \frac{\sum \sigma b^2}{\sigma_t^2} \right]$$

Keterangan :

- $r_{11}$  = keterandalan instrumen
- $k$  = banyaknya butir pertanyaan atau banyaknya butir
- $\sum \sigma b^2$  = jumlah varians butir
- $\sigma_t^2$  = varians total

---

<sup>111</sup> Ibid, p. 170

<sup>112</sup> Arikunto, *loc.cit.*, h.193

Rumus untuk varians butir :

$$\sigma b^2 = \frac{\sum X^2 - (\sum X)^2}{N}$$

keterangan :

$\sigma b^2$  = Varians

$\sum X^2$  = Jumlah kuadrat setiap butir pertanyaan

$\sum X$  = Jumlah skor setiap butir pertanyaan

N = Jumlah sampel

Setelah mendapatkan varians tiap butir, langkah selanjutnya adalah mencari varians total dengan rumus sebagai berikut:

$$\sigma t^2 = \frac{\sum Y^2 - (\sum Y)^2}{N}$$

keterangan :

$\sigma t^2$  = Varians

$\sum Y^2$  = jumlah dari skor total yang sudah dikuadratkan

$(\sum Y)^2$  = jumlah skor total dikuadratkan

N = jumlah responden

Kemudian nilai  $r$  yang diperoleh dikonsultasikan ke dalam tabel interpretasi.<sup>113</sup>

**Tabel 3.7**  
**Konsultasi Nilai  $r$**

No.	Besarnya nilai $r$	Interpretasi
1	0.800-1.000	Sangat Tinggi
2.	0.600-0.799	Cukup Tinggi
3.	0.400-0.599	Cukup
4.	0.200-0.399	Rendah
5.	0.000-0.199	Sangat Rendah

#### 4. Hasil Uji Reliabilitas instrumen

Pada penelitian ini hasil uji instrumen dibedakan antara dimensi persepi terhadap Ujian Nasional dengan *Anxiety trait*. Hal ini disebabkan karena peneliti menggunakan dua instrumen berbeda, untuk dimensi persepsi terhadap Ujian Nasional peneliti membuat instrumen sendiri, sedangkan untuk dimensi *Anxiety trait* peneliti mengutip instrumen *Anxiety trait* dari Spielberger.

Instrumen final yang digunakan untuk dimensi persepsi terhadap Ujian Nasional pada penelitian berjumlah 30 butir dari 15

---

<sup>113</sup> Ibid.,

butir positif dan 15 butir negatif . Dengan menggunakan rumus *Alpha Cronbach*, maka didapat skor untuk reliabilitas sebesar 0,89. Berdasarkan tabel kategorisasi reliabilitas instrumen, angka tersebut dapat dikatakan sangat tinggi, dengan demikian instrumen tersebut layak untuk digunakan sebagai alat pengumpul data dalam penelitian ini. Data hasil uji reliabilitas dapat dilihat pada lampiran.

Adapun untuk dimensi *Anxiety trait* pengujian realibilitas tidak diukur kembali karena Spielberger sudah memberikan hasil uji realibilitas untuk instrumennya yaitu sebesar 0,86, hasil ini didapat dari penelitian yang dilakukan oleh Spielberger pada siswa sekolah tinggi dan mahasiswa laki-laki dan perempuan dalam rentang waktu satu hari sampai 104 hari dari penelitian ini didapat reliabilitas sebesar 0,86.<sup>114</sup> dari hasil ini menunjukkn bahwa instrumen Spielberger layak untuk dijadikan instrumen pada cakupan penelitian ini.

## **G. TEKNIS ANALISA DATA**

Guna menjawab masalah penelitian yang telah diuraikan pada bagian terdahulu, maka teknik analisa yang digunakan adalah teknik statistik deskriptif persentase dengan rumus<sup>115</sup>

---

<sup>114</sup> <http://www.statisticssolutions.com/methods-chapter/directory-of-survey-instruments/state-trait-anxiety-inventory/>

<sup>115</sup> Suparmoko, Metodologi Penelitian Praktis (yogyakarta:BPPE,1994), P. 63

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

Keterangan :

P : Hasil pembagian dalam bentuk persen (%)

Fx : Frekuensi responden

N : Jumlah responden

Untuk mengukur kategorisasi *Anxiety Trait (A-Trait)* dengan menggunakan rumus persentil :<sup>116</sup>

$$\text{letak } P_i = \text{data ke } - \frac{i(n + i)}{100}$$

dengan  $i = 1, 2, \dots, 99$

Sedangkan nilai  $P_i$  untuk data dalam daftar distribusi frekuensi dihitung dengan:

$$P_i = b + p \left( \frac{\frac{in}{100} - F}{f} \right)$$

Dengan  $i = 1, 2, \dots, 99$

Untuk perhitungan persepsi digunakan rumus median. Median merupakan nilai tengah. Cara menggunakan median adalah:

1. Menskor terlebih dahulu nilai total per responden
2. Mengurutkan skor total tersebut dari yang terkecil hingga terbesar

---

<sup>116</sup> Sudjana, Metode Statistika (Bandung: Tarsito, 2005), P.84

3. Setelah diurutkan maka nilai tengah dari urutan tersebutlah yang dinamakan median
4. Setelah didapatkan nilai median. Maka diberikan kategorisasi bahwa jika skor total kurang dari atau sama dengan hasil median maka persepsinya rendah dengan arti bahwa persepsi terhadap ujian nasional positif, sedangkan jika skor total lebih dari atau sama dengan skor median maka persepsinya tinggi dengan arti bahwa persepsi terhadap ujian nasional positif.

## **BAB IV**

### **HASIL PENELITIAN**

Bab ini menjelaskan tentang hasil penelitian yang dilakukan terhadap 39 responden. Responden merupakan siswa kelas XII SMA Negeri 19 Jakarta Barat yang memiliki kecemasan tingkat tinggi dalam menghadapi Ujian Nasional. Penelitian ini bersifat deskriptif yang bertujuan untuk memperoleh gambaran mengenai faktor-faktor penyebab Kecemasan dalam Menghadapi Ujian Nasional di SMA Negeri 19 Jakarta Barat.

#### **A. Deskripsi Data Responden**

Penelitian faktor-faktor penyebab kecemasan dalam menghadapi Ujian Nasional pada kelas XII di SMA N 19 Jakarta Barat. Jumlah keseluruhan populasi adalah 130 siswa yang terdiri dari seluruh siswa kelas XII SMA N 19 yang akan menghadapi Ujian Nasional. Jumlah siswa yang akan dijadikan sampel sebanyak 39 siswa yang memiliki kecemasan tinggi dalam menghadapi Ujian Nasional yang terdiri dari siswa perempuan 27 siswa dan siswa laki-laki 12 siswa. Sampel ini diambil dari jurusan IPA dan IPS yang terdiri dari 4 kelas yaitu: XII IPA 1, XII IPS 2, XII IPS 3 dan XII IPS 4.

Data ke 39 responden tersebut diambil melalui *purposive sampling* yakni dilakukan dengan cara mengambil subjek bukan

didasarkan atas strata, random atau daerah tetapi didasarkan atas adanya tujuan tertentu.<sup>117</sup> Mengacu pada hal tersebut, maka peneliti mengambil 39 responden yang memiliki kecemasan tinggi dalam menghadapi Ujian Nasional di SMA N 19 Jakarta.

## **B. Analisis Data**

### **1. Data Per Dimensi**

Pada analisis per dimensi akan dipaparkan dua perhitungan dimensi faktor-faktor penyebab kecemasan siswa dalam menghadapi Ujian Nasional. Pertama adalah dimensi terhadap ujian nasional, dimensi ini memiliki tiga sub-indikator yaitu sub-indikator mekanisme tes, kebijakan pemerintah dan tuntutan untuk lulus dan menjaga citra positif. Pada dimensi persepsi akan dipaparkan skor persentase dari tiap sub-indikator kemudian hasil persentase akan dianalisis. Kemudian untuk dimensi kecenderungan kepribadian/ *anxiety trait* (*A-Trait*) akan dipaparkan tingkat *A-Trait* secara keseluruhan pada siswa SMA N 19 guna melihat seberapa tinggi pengaruh *A-Trait* dalam penyebab terjadinya kecemasan.

Adapun hasil penelitian per dimensi dapat dilihat melalui tabel dan grafik sebagai berikut:

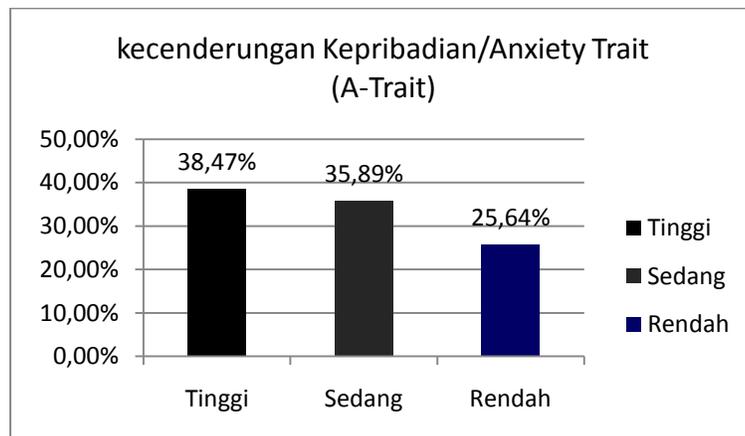
---

<sup>117</sup> Ibid., h. 117

a. Dimensi Kecenderungan Kepribadian/ *Anxiety Trait* (A-Trait)

Tabel 4.1  
Data kecenderungan kepribadian/*Anxiety Trait* (A-Trait)

kategorisasi	Rank percentil	Skor percentil	Jumlah responden	persentase
tinggi	75	67	15	38,47%
sedang	50	62	14	35,89%
rendah	25	60	10	25,64%
jumlah			39	100%



Grafik 4.1  
Kecenderungan Kepribadian/*Anxiety Trait* (A-Trait)

Kecenderungan kepribadian siswa yang menjadi sampel pada penelitian ini adalah tinggi dengan persentase sebesar 38,47%. Hal ini menunjukkan bahwa siswa memiliki kecenderungan untuk melihat segala situasi sebagai ancaman untuk dirinya. Seseorang yang memiliki *A-Trait* tinggi cenderung

takut akan kegagalan.<sup>118</sup> Selain itu, karakteristik yang lain dari individu yang memiliki *A-Trait* yang tinggi adalah penghargaan diri yang rendah dan kurang percaya diri.<sup>119</sup> Hal ini dapat dikaitkan bahwa siswa yang memiliki kecenderungan *A-Trait* tinggi akan mudah gagal dalam Ujian Nasional karena mereka memiliki kepercayaan diri yang rendah. Selain itu, penghargaan diri yang rendah akan membuat siswa menunjukkan performa buruk dalam belajar sehingga siswa sulit untuk menyelesaikan tugas, terutama tugas yang memiliki resiko kegagalan, seperti Ujian Nasional.

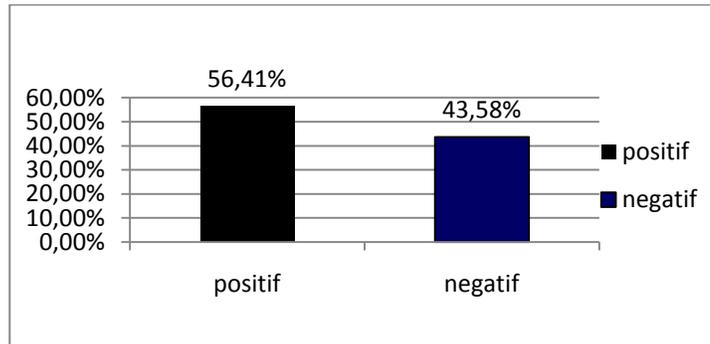
#### b. Persepsi Terhadap Ujian Nasional

Tabel 4.2  
Data Persepsi terhadap Ujian Nasional

Persepsi Terhadap Ujian Nasional	median	kategorisasi		Jumlah responden	persentase
	82	≥ 82	Positif	22	56,41%
		< 82	Negatif	17	43,58%

<sup>118</sup> Charles D Spielberger, *Anxiety Current Trends in Theory and Research*, vol. 1( New York, 1972)p. 40

<sup>119</sup> Charles D Spielberger, *Understanding Stress and Anxiety* ( New York: Harper & Row, Publisher 1979),P. 65



Grafik 4.2  
Data Persepsi Terhadap Ujian Nasional

Berdasarkan tabel dan grafik diatas, dapat diketahui bahwa persepsi terhadap Ujian Nasional berada pada kategorisasi positif yang artinya, persepsi terhadap Ujian Nasional mendukung (*favourable*) adanya kecemasan dengan perolehan skor sebesar 56,41%. Hal ini dapat menyatakan bahwa siswa masih mempersepsikan Ujian Nasional sebagai bahaya yang mengancam, seperti yang dijelaskan oleh Spielberger bahwa kecemasan dapat terjadi ketika individu mempersepsikan faktor eksternal dalam hal ini Ujian Nasional sebagai sumber stress (*stressor*). Hasil intepretasi inilah yang membuat seseorang melakukan penilaian secara kognitif. Penilaian inilah yang menentukan seseorang cemas atau tidak cemas. Dari hasil penelitian ini Ujian Nasional masih dipersepsikan sebagai bahaya yang mengancam, hal ini mungkin saja disebabkan karena Ujian

Nasional sebagai patokan untuk lulus dan melanjutkan ke jenjang yang lebih tinggi.

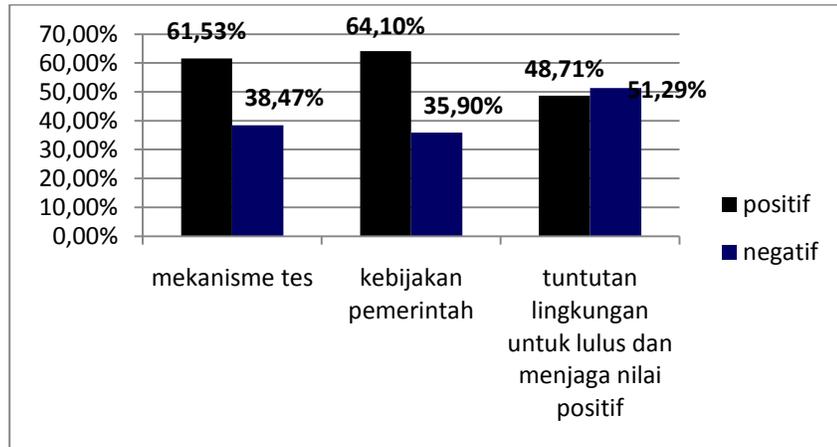
## 2. Data Per Sub-Indikator Persepsi Terhadap Ujian Nasional

Sub-indikator yang termasuk pada persepsi terhadap Ujian Nasional adalah mekanisme tes, kebijakan pemerintah mengenai standar nilai kelulusan dan mekanisme penanganan ketidakkelulusan dan tuntutan lingkungan untuk lulus dan menjaga citra positif. Adapun rincian perolehan data, dipaparkan sebagai berikut:

4.3 Tabel

Data Persepsi terhadap Ujian Nasional berdasarkan sub-Indikator

Persepsi terhadap	median	kategorisasi		Jumlah responden	persentase
Mekanisme tes	28	≥ 28	positif	24	61,53%
		< 28	negatif	15	38,47%
Kebijakan Pemerintah	37	≥ 37	positif	25	64,10%
		< 37	negatif	14	35,90%
Tuntutan lingkungan	16	≥ 16	positif	19	48,71%
		< 16	negatif	20	51,29%



Grafik 4.3

Data Persepsi terhadap Ujian Nasional  
berdasarkan sub-Indikator

Dari tiga sub-indikator persepsi, yang menunjukkan persentase yang paling positif adalah persepsi terhadap kebijakan pemerintah dengan persentase sebesar 64,10%. Hal ini diartikan bahwa persepsi terhadap kebijakan pemerintah yang menjadi *stressor* pada Ujian Nasional, dengan kata lain kebijakan yang dibuat pemerintah mengenai Ujian Nasional masih dinilai siswa sebagai bahaya yang mengancam. Kebijakan pemerintah merupakan hal yang telah ditetapkan oleh pemerintah. Pada standar kelulusan item yang mendukung dan memperoleh nilai skor tinggi yaitu item nomer tujuh yang memiliki butir pernyataan kemampuan akademik tidak hanya diukur dengan standar nilai kelulusan. Hal ini senada seperti yang

dilansir oleh harian ibukota Standar nilai kelulusan yang ditetapkan oleh pemerintah, yang selalu dinaikkan setiap tahunnya membuat siswa khawatir apakah mereka dapat mencapai target tersebut atau tidak.<sup>120</sup> Jadi, ketegangan emosi siswa dalam menghadapi Ujian Nasional berupa perasaan-perasaan seperti perasaan cemas, takut, khawatir tidak lulus Ujian Nasional yang dapat disebabkan oleh standar nilai kelulusan yang tinggi.

Pada kebijakan pemerintah mengenai mekanisme ketidakkelulusan, siswa masih menganggap kebijakan seperti, mengulang tahap 1, mengulang tahun depan, dan program paket C sebagai bahaya yang mengancam. Hal ini dapat dikaitkan dengan, ketika individu mempersepsikan Ujian Nasional sebagai bahaya yang mengancam, maka individu akan membawa serta pengalamannya yang artinya, jika siswa tidak lulus Ujian Nasional, siswa akan menilai Ujian Nasional sebagai bahaya yang mengancam. Jadi, walaupun akan ada kesempatan untuk lulus, tetap saja akan membawa dampak psikologis siswa.

Persepsi yang lain yang dapat menjadi *stressor* dalam timbulnya kecemasan adalah persepsi terhadap mekanisme tes.

---

<sup>120</sup> Sriwijayapos , kausalitas Ujian Nasional dan Prilaku siswa-guru,p.1.2010

([http://www.sripoku.com/view/22873/kausalitas\\_un\\_dan\\_prilaku\\_siswa-guru](http://www.sripoku.com/view/22873/kausalitas_un_dan_prilaku_siswa-guru))

Persepsi terhadap mekanisme tes memperoleh persentase sebesar 61,5%. Mekanisme tes dapat diartikan sebagai prosedur pelaksanaan Ujian Nasional yang terdiri lima deskriptor yaitu: waktu pengerjaan tes, prosedur pengisian tes, pengaturan tempat duduk, pengawasan dan kesulitan tes. Adapun item yang paling banyak dipilih siswa adalah item nomor empat yang merupakan deskriptor dari waktu pengerjaan tes, kalimat pernyataan item nomor empat adalah waktu ujian yang terbatas membuat terburu-buru mengerjakan soal. Hal ini senada dengan yang diungkap oleh Diana Citra Hasan yaitu tekanan waktu pengerjaan soal membuat siswa mudah panik sehingga siswa gagal mengingat hal-hal yang mereka sudah kuasai,<sup>121</sup>

Hal ini menunjukkan bahwa waktu yang terbatas berkontribusi pada timbulnya kecemasan. Waktu tes dapat berkontribusi pada kecemasan, sesuai penelitian yang dilakukan Eaton dan Hill bahwa siswa yang memiliki kecemasan rendah dan tinggi memiliki kemampuan yang sama akuratnya dalam mengerjakan ujian, tetapi ketika diberikan waktu pengerjaan, siswa yang cemas akan membuat tiga kali kesalahan lebih banyak, menghabiskan dua kali banyak waktu untuk mengerjakan soal dan dua kali banyak mencontek.<sup>122</sup>

---

<sup>121</sup> Diana Citra Hasan, *Test Anxiety* : sisi lain dari Ujian Nasional, p.1, 2006  
([http://diana1asril.multiply.com/journal/item/21/Test\\_Anxiety\\_Sisi\\_Lain\\_dari\\_Ujian\\_Nasional](http://diana1asril.multiply.com/journal/item/21/Test_Anxiety_Sisi_Lain_dari_Ujian_Nasional))

<sup>122</sup> Anita E. Woolfolk, *Educational Psychology seventh edition*. (USA : Allyn and Bacon, 1998)  
p.397

Hal lain yang dapat mendukung persentase diatas adalah data dari studi pendahuluan yang menyatakan bahwa siswa merasa pengawasan yang terlalu ketat akan menyebabkan kecemasan, sehingga hasil yang ditunjukkan sesuai dengan hasil studi awal yang dilakukan.

Persepsi lain yang memiliki persentase paling rendah dalam penyebab kecemasan adalah persepsi terhadap tuntutan lingkungan dengan persentase 48,17%. Siswa SMA N 19 Jakarta tidak menganggap tuntutan dari lingkungan sebagai bahaya yang mengancam. Hanya saja walaupun persepsi terhadap tuntutan lingkungan tidak menjadi sumber kecemasan dalam menghadapi Ujian Nasional, tetap saja dapat mempengaruhi kecemasan dalam menghadapi Ujian Nasional. Hal ini dapat didukung dengan item yang memiliki skor tertinggi yaitu item nomer dua puluh yang menyatakan dengan pernyataan tuntutan guru untuk lulus dan mendapat nilai yang baik, menambah ketegangan bagi siswa dalam menghadapi Ujian Nasional. Hal ini sesuai dengan teori yang menyatakan bahwa sikap orangtua dan guru yang menuntut anak mendapatkan nilai yang terbaik, pengharapan orangtua yang tinggi terhadap nilai ujian anaknya membuat anak tersebut cemas sehingga anak yang cemas cenderung merasa tertekan dan khawatir bila tidak dapat

mengerjakan ujian dengan baik.<sup>123</sup> Hasil penelitian ini menyatakan bahwa tuntutan guru lebih besar daripada orang tua. Kemungkinan penyebabnya karena guru yang terjun langsung sebagai pemberi materi UN, sehingga guru menuntut lebih karena jika siswa tidak berhasil lulus Ujian Nasional maka Kredibilitas/kemampuan guru juga dipertanyakan.

Berdasarkan hasil pembahasan di atas, yang dipersepsikan lebih menakutkan adalah hal-hal yang berkaitan kebijakan pemerintah. Dari hasil penelitian dapat diketahui bahwa anggapan sebagian besar siswa cemas karena standar nilai kelulusan yang ditetapkan sesuai dengan anggapan siswa SMA N 19, Data dari Tiap-tiap deskriptor per sub-indikator.

---

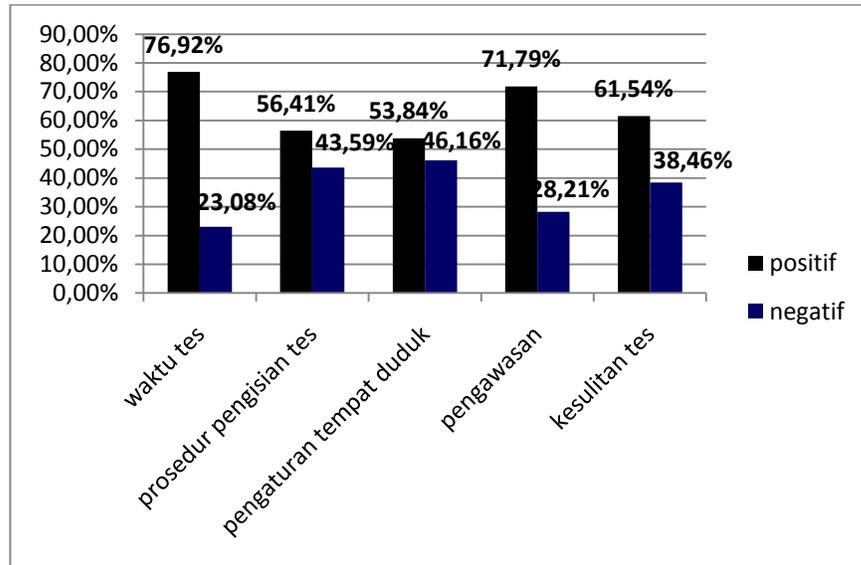
<sup>123</sup> Charles E Schaefer dan Howard L Millman, *How To Help Childern With Common Problems*, ( New York : Van Nostrand Reinhold company, 1981), p. 76

### 3. Data dari tiap-tiap sub-indikator Persepsi terhadap Ujian Nasional

#### a. Persepsi terhadap Mekanisme Tes

Tabel 4.4  
Data sub-indikator Persepsi Terhadap Mekanisme Tes

Mekanisme tes	median	kategorisasi		Jumlah responden	persentase
Waktu tes	5	$\geq 5$	Positif	30	76,92%
		$< 5$	Negatif	9	23,08%
Prosedur pengisian tes	6	$\geq 6$	Positif	22	56,41%
		$< 6$	Negatif	17	43,59%
Pengaturan tempat duduk	6	$\geq 6$	Positif	21	53,84%
		$< 6$	Negatif	18	46,16%
Pengawasan	6	$\geq 6$	Positif	28	71,79%
		$< 6$	Negatif	11	28,21%
Kesulitan Tes	6	$\geq 6$	Positif	24	61,54%
		$< 6$	Negatif	15	38,46%



Grafik4.4  
Data sub-indikator mekanime tes

Berdasarkan hasil perhitungan di atas, maka faktor tertinggi penyebab kecemasan siswa pada sub-indikator adalah waktu tes dengan persentase sebesar 76,92%, faktor kedua pengawasan dengan skor sebesar 71,79%, faktor ketiga kesulitan tes dengan persentase 61,54%, faktor keempat prosedur pengisian dengan persentase 56,41% dan faktor terakhir adalah pengaturan tempat duduk mendapat persentase sebesar 53,84%. Kelima faktor yang ada pada mekanisme tes memiliki persentase pada kategori positif yang artinya mendukung variabel penelitian yaitu semua faktor dipersepsikan siswa sebagai bahaya yang mengancam.

Waktu tes memiliki persentase tertinggi sebesar 76,92% yang artinya waktu pengerjaan tes masih dinilai sebagai bahaya yang

mengancam oleh siswa SMA N 19 Jakarta. Hal ini senada dengan yang diungkapkan oleh Jurnal Citra Hasan yang mengatakan bahwa Tekanan waktu pengerjaan soal membuat siswa mudah panik sehingga siswa gagal mengingat hal-hal yang mereka sudah kuasai.<sup>124</sup> Sehingga waktu 120 menit yang diberikan untuk mengerjakan soal UN dianggap belum cukup. Hasil persentase ini didukung juga oleh sesuai penelitian yang dilakukan Eaton dan Hill bahwa siswa yang memiliki kecemasan rendah dan tinggi memiliki kemampuan yang sama akuratnya dalam mengerjakan ujian, tetapi ketika diberikan waktu pengerjaan, siswa yang cemas akan membuat tiga kali kesalahan lebih banyak, menghabiskan dua kali banyak waktu untuk mengerjakan soal dan dua kali banyak mencontek.<sup>125</sup>

Pengawasan pada saat Ujian Nasional memiliki persentase sebesar 71,79% pada kategori positif yang artinya mekanisme pengawasan masih dipersepsikan sebagai bahaya yang mengancam oleh siswa SMA 19 Jakarta. Dalam hal ini yang dimaksud pengawasan yaitu orang yang mengawas pada saat Ujian nasional berlangsung. Kebanyakan siswa takut dengan pengawasan yang terlalu ketat. Hal ini sejalan dengan pendapat yang mengatakan bahwa pengawasan terlalu ketat oleh guru,

---

<sup>124</sup> ibid

<sup>125</sup> Anita E. Woolfolk, *Educational Psychology seventh edition*. (USA : Allyn and Bacon,1998) p.397

adanya tim independen dan polisi dapat menyebabkan siswa cemas.<sup>126</sup> Dengan adanya dua pengawas dalam ruangan memungkinkan siswa berfikir seperti ada yang mengawasi sehingga mungkin saja siswa menjadi tegang dan tidak berkonsentrasi. Hal yang mendukung bahwa faktor utama yang menjadi penyebab cemas pada siswa kelas XII ditunjukkan dari hasil studi pendahuluan peneliti yaitu sebanyak 16,7 % siswa merasa pengawasan pada ujian nasional terlalu ketat sehingga dapat menimbulkan perasaan cemas.

Selain itu, kesulitan tes memiliki persentase sebesar 61,54% pada kategori positif. Yang artinya kesulitan tes masih dipersepsikan sebagai bahaya yang mengancam oleh siswa SMA N 19 Jakarta. Kesulitan tes juga merupakan bagian dari mekanisme tes. Dari hasil studi pendahuluan 33,4% menyatakan bahwa siswa takut jika soal Ujian Nasional yang dihadapi sulit. Menurut diana citra hasan kesulitan tes yang telalu tinggi dapat menyebabkan siswa menjadi cemas<sup>127</sup>. Kesulitan tes memang masih membayang-bayangi siswa yang akan menghadapi ujian nasional, selain tingkat kesulitan tes yang tinggi, materi yang padat

---

<sup>126</sup> Harian Kompas, Ujian Nasional Masih menjadi momok menakutkan, p.1 2010  
(<http://edukasi.kompas.com/read/2010/03/23/16523975/Ujian.Nasional.Masih.Jadi.Momok>)

<sup>127</sup> ibid

juga membuat soal terasa lebih sulit karena untuk ujian nasional, siswa dibebani memahami materi dari kelas satu sampai kelas 3.

Prosedur pengisian tes memiliki persentase sebesar 56,41% pada kategori positif yang berarti mendukung variabel penelitian yaitu mendukung kecemasan. menurut diana citra hasan instruksi tes yang terlalu panjang dan sulit dipahami juga membawa kecemasan tersendiri bagi para siswa.<sup>128</sup> Prosedur pengisian tes dapat meliputi pengisian lembar jawaban dengan menggunakan LJK(Lembar Jawab Komputer/opscan), kerumitan mengisi identitas, dan instruksi tes yang terlalu panjang mungkin saja memakan waktu yang lama untuk dipahami dan dikerjakan.

Faktor terakhir yang memiliki persentase paling rendah dalam penyebab kecemasan adalah pengaturan tempat duduk dengan persentase sebesar 53,84%. Pengaturan posisi tempat duduk juga berperan dalam penyebab kecemasan. Siswa akan lebih memilih posisi tempat duduk yang paling aman untuk dirinya, alasannya bisa bermacam-macam ada yang alasannya baik atau buruk. Tetapi untuk ujian nasional posisi diatur dengan sedemikian rupa, satu kelas maksimal diisi dengan 20 siswa dan diatur sesuai

---

<sup>128</sup> Diana Citra Hasan , *Test Anxiety* : sisi lain dari Ujian Nasional,p.1,2006  
([http://diana1asril.multiply.com/journal/item/21/Test\\_Anxiety\\_Sisi\\_Lain\\_dari\\_Ujian\\_Nasional](http://diana1asril.multiply.com/journal/item/21/Test_Anxiety_Sisi_Lain_dari_Ujian_Nasional)  
)

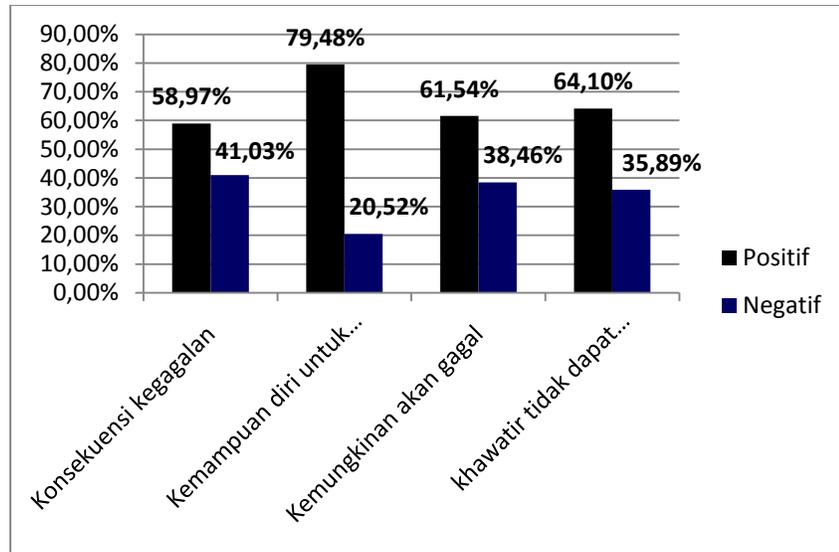
dengan nomer induk nasional. Pengaturan tempat duduk inilah yang terkadang membuat kecemasan tersendiri bagi siswa.

b. Persepsi terhadap Kebijakan pemerintah

Pada sub-indikator kebijakan pemerintah akan dipisahkan antara standar kelulusan dan mekanisme penanganan ketidakkelulusan, hal ini disebabkan oleh kedua hal tersebut memiliki sub komponen yang berbeda dan untuk memudahkan peneliti dalam menganalisis hasil presentase.

Tabel 4.5  
Data sub-indikator Kebijakan Pemerintah mengenai standar kelulusan

Kebijakan pemerintah mengenai standar kelulusan	median	kategorisasi		Jumlah responden	persentase
Konsekuensi kegagalan	6	≥ 6	Positif	23	58,97%
		< 6	Negatif	16	41,03%
Kemampuan diri untuk mencapai standar nilai	5	≥ 5	Positif	31	79,48%
		< 5	Negatif	8	20,52%
Kemungkinan akan gagal	5	≥ 5	Positif	24	61,54%
		< 5	Negatif	15	38,46%
Khawatir tidak dapat mencapai standar kelulusan	5	≥ 5	Positif	25	64,10%
		< 5	Negatif	14	35,89%



Grafik 4.5  
Data sub-indikator kebijakan pemerintah mengenai standar nilai kelulusan

Dari data dan grafik di atas yang memiliki persentase tinggi adalah kemampuan diri untuk mencapai standar nilai kelulusan yang memperoleh persentase 79,48% pada kategorisasi positif. Hal ini berarti persepsi terhadap kebijakan standar nilai kelulusan masih beragam. Kemampuan diri dalam hal ini berkaitan dengan keyakinan diri akan kemampuan akademik yang dimiliki, kemampuan diri yang mempengaruhi kecemasan memiliki arti yaitu ketidakpercayaan diri dalam menghadapi ujian nasional. Hal ini juga didukung oleh studi pendahuluan dengan hasil sebagian

siswa merasa tidak percaya diri pada kemampuannya sendiri untuk dapat mencapai standar kelulusan.

Faktor kedua adalah kekhawatiran tidak dapat mencapai standar kelulusan yang ditetapkan dengan persentase 64,10% pada kategori positif dengan arti siswa masih khawatir terhadap standar nilai yang tinggi sehingga masih menjadi pemicu terbentuknya kecemasan. Kekhawatiran yang terjadi adalah kekhawatiran tidak mencapai standar yang ditetapkan, hal ini disebabkan standar kelulusan dijadikan satu-satunya patokan untuk lulus dari SMA, selain itu standar kelulusan yang terus ditingkatkan juga dapat menjadikan kekhawatiran tersendiri bagi siswa. Hasil data kelulusan tahun lalu di SMA Negeri 19 juga dapat menyebabkan kekhawatiran bagi siswa karena terdapat 4 siswa yang dinyatakan tidak lulus pada tahun yang lalu.

Faktor ketiga adalah kemungkinan akan gagal dengan perolehan persentase 61,54% pada kategori positif yang artinya pemikiran kemungkinan akan gagal masih menjadi pemicu terjadi kecemasan. Pemikiran tentang kemungkinan gagal dapat dipengaruhi oleh kinerja siswa yang ditunjukkan selama 3 tahun belajar di sekolah. Siswa yang sering mendapatkan nilai ulangan rendah dan peringkat rendah dalam kelasnya akan berfikir bahwa

dia mungkin saja akan gagal dalam menghadapi Ujian Nasional, selain itu standar nilai yang terus meningkat dapat membuat siswa berfikir peluang untuk gagal akan lebih besar.

Faktor terakhir adalah konsekuensi kegagalan yang memperoleh persentase sebesar 58,97% pada kategori positif dengan artian bahwa pemikiran tentang konsekuensi kegagalan dapat membentuk kecemasan. setiap siswa pasti akan memikirkan konsekuensi kegagalan jika tidak lulus ujian nasional. Lebih lanjut Spielberger mengatakan pikiran tentang pikiran tentang konsekuensi kegagalan sebagai *worry*, yaitu pikiran siswa tentang konsekuensi kegagalan ketika menghadapi ujian nasional.<sup>129</sup> Bagi siswa yang cemas akan memikirkan konsekuensi kegagalan dengan pikiran negatif, artinya siswa tersebut akan memikirkan hal-hal yang buruk jika tidak lulus, seperti hidup akan hancur jika tidak lulus ujian nasional, masa depan akan suram jika tidak lulus ujian nasional dan konsekuensi tidak dapat melanjutkan ke perguruan yang lebih tinggi jika tidak lulus ujian nasional akan menjadi pemikiran yang lebih dominan karena berkaitan dengan

---

<sup>129</sup> Charles D Spielberger, 1979 *Loc.cit*,p.86

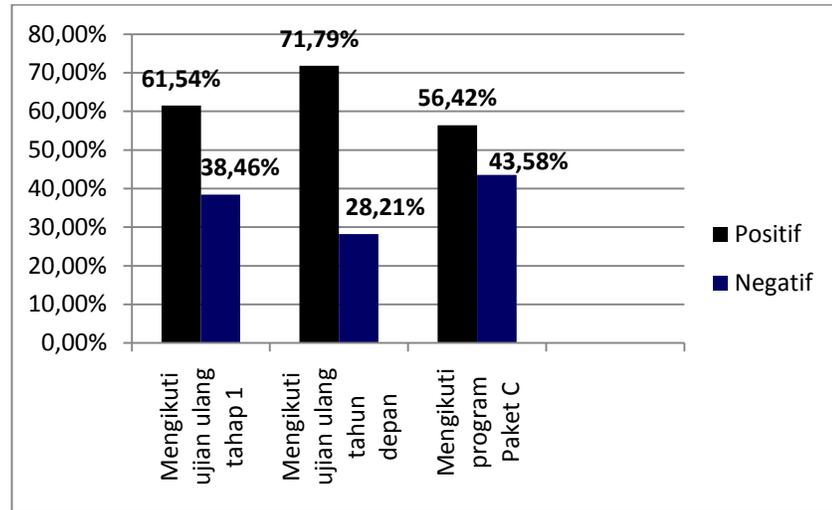
minat remaja pada pendidikan yang berfokus pada melanjutkan ke jenjang pendidikan yang lebih tinggi.<sup>130</sup>

Tabel 4.6

Sub indikator Kebijakan pemerintah mengenai mekanisme ketidaklulusan

Kebijakan pemerintah mengenai mekanisme ketidaklulusan	Median	kategorisasi		Jumlah responden	persentase
Mengikuti ujian ulang tahap 1	5	≥ 5	Positif	24	61,54%
		<5	Negatif	15	38,46%
Mengikuti ujian ulang tahun depan	6	≥ 6	Positif	28	71,79%
		< 6	Negatif	11	28,21%
Mengikuti Program Paket C	7	≥ 7	Positif	22	56,42%
		< 7	Negatif	17	43,58%

<sup>130</sup> Elizabeth B Hurlock.. *Perkembangan Anak jilid 1*. ( Jakarta: Erlangga,1991),P.206



Grafik 4.6  
Sub indikator Kebijakan pemerintah mengenai mekanisme ketidakkulusan

Pada persepsi terhadap kebijakan pemerintah mengenai mekanisme kelulusan diperoleh data faktor paling tinggi yang menyebabkan kecemasan adalah mengikuti ujian ulang tahun depan yaitu sebesar 71,79% pada kategori positif. Hal ini dimakanai bahwa siswa masih mempersepsikan ujian ulang tahun depan sebagai bahaya yang mengancam. Bagi siswa yang tidak lulus diberikan kesempatan untuk mengulang tahun depan dengan artian siswa dapat belajar kembali selama satu tahun ajaran dan mengikuti ujian nasional, tetapi bagi siswa SMA Negeri 19 mengikuti ujian tahun depan akan berdampak pada tekanan psikologis. Rasa malu dan takut tidak lulus menjadi dampaknya.

Bagi siswa yang mengalami kecemasan tinggi mengulang tahun depan merupakan beban psikis yang berat karena harus berhadapan kembali pada situasi yang mengancam yaitu ujian nasional.

Faktor kedua yang menyebabkan siswa cemas adalah kebijakan pemerintah untuk mengadakan ujian ulang tahap pertama guna memberi kesempatan untuk memperbaiki nilai. Kebijakan ini memperoleh persentase sebesar 61,54% pada kategori positif. Hal ini dimaknai bahwa ujian ulang tahap pertama masih dinilai sebagai hal yang membahayakan. Pada tahun pelajaran 2009/2010 pemerintah melalui Departemen Pendidikan Nasional membuat kebijakan mengadakan ujian ulang untuk memperbaiki nilai ujian nasional. Ujian ini tidak diadakan setahun kemudian, tetapi diadakan ketika siswa memperoleh nilai ujian nasional dan siswa tersebut tidak mendapatkan hasil yang sesuai dengan standar yang ditetapkan maka siswa tersebut dapat mengikuti ujian ulang kembali, dampak dari ujian ulang ini cukup baik karena siswa dapat memperbaiki nilai tetapi ujian nilai itu pun dapat berdampak negatif bagi siswa yang memiliki kecemasan tinggi karena siswa yang cemas akan menganggap ujian ulang sebagai sebuah ancaman bagi dirinya

Faktor yang memiliki persentase paling kecil adalah mengikuti program paket C yaitu sebesar 43,58% pada kategori positif (*favourable*). Hal ini dimaknai bahwa program paket C juga masih dinilai sebagai bahayayang mengancam. program paket C digunakan untuk program kesetaraan bagi individu yang ingin mendapatkan ijazah setara dengan SMA. Sebelum kebijakan ujian nasional yang menetapkan lulus atau tidaknya siswa, program paket C hanya diminati oleh para pekerja atau individu yang belum tamat SMA guna mendapatkan ijazah tetapi setelah munculnya kebijakan ujian nasional, program paket C mulai diminati oleh siswa yang tidak lulus agar mendapatkan ijazah SMA. Ijazah kesetaraan paket C bisa digunakan untuk melamar kerja atau kuliah, tapi mengikuti program paket C bukanlah suatu kebanggaan bagi siswa SMA 19. Hal ini ditunjang oleh item nomor 30 pada deskriptor program paket C dengan pernyataan mengikuti program paket C menggambarkan kegagalan pendidikan saya. Hal ini juga terjadi akibat pemikiran siswa yang mungkin merasa disamakan dengan para pekerja atau individu yang hanya tamat SMP.

Dari data diatas dapat diketahui bahwa persepsi kebijakan pemerintah masih dipandang sebagai bahaya yang mengancam, baik kebijakan terhadap standar nilai kelulusan ataupun terhadap

mekanisme penanganan ketidakkulusan. Hal ini diperoleh dari hasil persentase yang semuanya menunjukkan pada kategori positif yaitu mendukung variabel kecemasan yang artinya siswa masih mempersepsikan kebijakan pemerintah sebagai bahaya yang mengancam sehingga menimbulkan kecemasan.

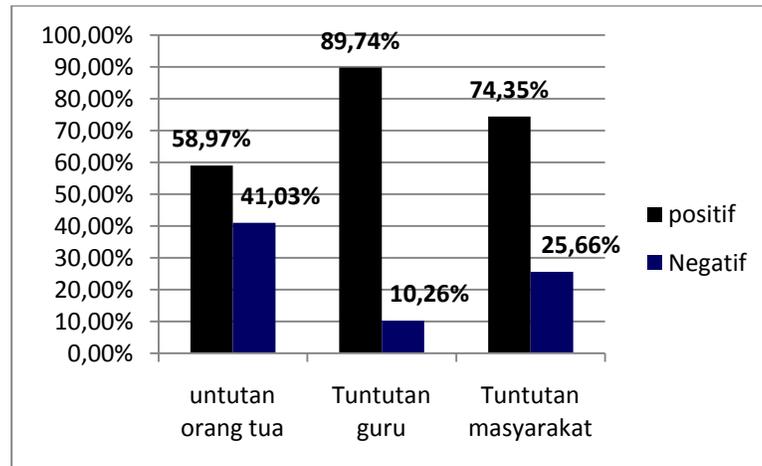
c. Tuntutan lingkungan untuk lulus dan menjaga citra positif

Tuntutan lingkungan dapat diartikan sebagai harapan lingkungan baik orangtua, guru ataupun masyarakat sekitar terhadap keberhasilan siswa dalam mengikuti Ujian Nasional

Tabel 4. 7  
Sub indikator Tuntutan lingkungan untuk lulus dan menjaga citra positif

Tuntutan lingkungan untuk lulus dan menjaga citra positif	median	Kategorisasi		Jumlah responden	persentase
Tuntutan orangtua	6	≥ 6	Positif	23	58,97%
		<6	Negatif	16	41,03%
Tuntutan guru	5	≥ 5	Positif	35	89,74%
		< 5	Negatif	4	10,26%
Tuntutan masyarakat	5	≥ 6	Positif	29	74,35%

		< 6	Negatif	10	25,66%
--	--	-----	---------	----	--------



Grafik 4. 7

#### Sub indikator Tuntutan lingkungan untuk lulus dan menjaga citra positif

Dari data di atas dapat terlihat bahwa tuntutan yang dipersepsikan sebagai tuntutan yang paling mengancam adalah persepsi terhadap tuntutan guru yang memiliki persentase sebesar 89,74 pada kategori positif yang artinya mendukung variabel penelitian. Dalam hal ini guru berkaitan dengan institusi sekolah yang berhubungan langsung dengan siswa. Seperti yang diungkapkan Schaefer dan Millman yang mengungkapkan sikap guru yang menuntut anak mendapatkan nilai yang terbaik membuat anak tersebut cemas sehingga anak yang cemas cenderung

merasa tertekan dan khawatir bila tidak dapat mengerjakan ujian dengan baik.<sup>131</sup> Tekanan- tekanan dari guru atau pihak juga bisa mereka tunjukkan dari pemberian materi soal ujian yang *overload* (terlalu banyak), pendalaman materi yang dipadatkan tiap harinya, pengadaan bimbingan belajar untuk menunjang UN. Guru juga terus menekan secara psikologis misalnya, guru sering menceramahi siswa untuk belajar dan belajar dan selalu membicarakan standar nilai kelulusan yang tinggi. Tanpa disadari hal tersebut membuat siswa cemas.

Tuntutan kedua yang dipersepsikan sebagai bahaya yang mengancam adalah tuntutan masyarakat yang memiliki persentase sebesar 74,35% pada kategori positif yaitu mendukung variabel penelitian. Masyarakat tidaksecara langsung menuntut siswa untuk lulus. Tetapi masyarakat lebih mendeskreditkan jika siswa tersebut gagal. Gunjingan tetangga dan teman sebaya membuat siswa merasa terpojokkan dan malu. Terkadang masyarakat mencap bahwa siswa yang tidak lulus UN sebagai siswa yang tidak pintar/bodoh. Karena tekanan itulah siswa menjadi cemas karena memikirkan konsekuensi digunjingkan oleh masyarakat jika tidak lulus.

---

<sup>131</sup> Charles E Schaefer dan Howard L Millman, *How To Help Childern With Common Problems*, ( New York : Van Nostrand Reinhold company, 1981), p. 76

Tuntutan yang memiliki persentase kecil tetapi masih dinilai sebagai bahaya yang mengancam adalah tuntutan orangtua dengan persentase 58,97% pada kategori positif yang berarti mendukung variabel penelitian. Dalam hal ini tuntutan orangtua adalah bagaimana anaknya dapat lulus dari sekolah menengah atas dengan nilai yang memuaskan. 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.<sup>132</sup> Semua anak pasti ingin membanggakan orangtuanya, ketika orang tua mengharapkan anak dapat lulus dari sekolah menengah atas dengan nilai yang memuaskan menambah beban tersendiri bagi diri anak tersebut, sehingga dapat menimbulkan tekanan dan perasaan takut tidak bisa mencapai apa yang diharapkan orangtua.

### **C. Pembahasan Hasil Penelitian**

Dapat dikatakan bahwa SMAN 19 Jakarta akan menjadi cemas ketika para siswa mempresentasikan ujian nasional sebagai sumber stress (*stressor*). Hal ini sejalan dengan teori Spielberger yang menyebutkan bahwa kecemasan terjadi akibat adanya penilaian kognitif

---

<sup>132</sup> Charles E Schaefer dan Howard L Millman, *How To Help Children With Common Problems*, ( New York : Van Nostrand Reinhold company, 1981), p. 76

terhadap faktor eksternal sebagai bahaya yang mengancam.<sup>133</sup> Penilaian kognitif dalam ini merupakan aspek psikologis dari persepsi dimana dalam proses penginterpretasian yang merupakan penilaian kognitif seseorang. Faktor- faktor penyebab kecemasan yang dipaparkan pada penelitian ini terdiri dari dua dimensi yaitu: persepsi terhadap Ujian Nasional dan kecenderungan kepribadian/ *anxiety trait (A-Trait)*.

Persepsi terhadap Ujian Nasional merupakan proses seleksi, organisasi dan intepretasi terhadap ujian nasional yang pada akhirnya individu akan menilai positif atau negatif terhadap Ujian nasional.<sup>134</sup> Dari hasil data yang telah dipaparkan dalam analisis data, dapat diketahui bahwa persepsi terhadap Ujian Nasional ada pada kategori positif dengan persentase sebesar 56,41% yang artinya Ujian Nasional masih dianggap sebagai bahaya yang mengancam. Hal ini mungkin saja disebabkan karna Ujian Nasional masih dijadikan patokan untuk lulus. Pada persepsi terhadap Ujian Nasional, yang masih dinilai sebagai persepsi yang membahayakan adalah persepsi terhadap kebijakan pemerintah mengenai standar nilai kelulusan yang berkaitan dengan kemampuan diri siswa, Kemampuan diri dalam hal ini berkaitan dengan keyakinan diri akan kemampuan akademik yang dimiliki, kemampuan diri

---

<sup>133</sup> Spielberger, 1972. Loc.cit p. 43

<sup>134</sup> Jay. E. Gould, (File: Document: BioPsych : What is perceptions. Last Revised 2/10/03), 2003, p.1 (<http://uwf.edu/jgould/perception.pdf>)

yang mempengaruhi kecemasan memiliki arti yaitu ketidakpercayaan diri dalam menghadapi ujian nasional.

Kebijakan pemerintah mengenai mekanisme ketidakkulusan juga masih dipersepsikan sebagai hal yang negatif, terutama persepsi terhadap kebijakan mengikuti ujian ulang tahun depan jika ada siswa yang tidak lulus ujian nasional. Sesuai dengan keputusan pemerintah mengenai Ujian Nasional dijelaskan bahwa jika ada siswa yang tidak lulus maka boleh mengikuti Ujian Nasional tahun depan, walaupun tujuannya baik tetapi tetap saja akan menambah beban psikologis bagi siswa.

Selain persepsi terhadap kebijakan pemerintah, persepsi lain yang mempengaruhi timbulnya kecemasan adalah persepsi terhadap mekanisme yang memperoleh persentase sebesar 61,53%. Hal-hal yang dipersepsikan sebagai bahaya yang mengancam pada persepsi terhadap mekanisme tes adalah waktu tes dan pengawasan. tekanan waktu pengerjaan soal membuat siswa mudah panik sehingga siswa gagal mengingat hal-hal yang mereka sudah kuasai.<sup>135</sup> Penelitian yang dilakukan oleh Eton dan Hill bahwa siswa yang memiliki kecemasan rendah dan tinggi memiliki kemampuan yang sama akuratnya dalam mengerjakan ujian, tetapi ketika diberikan waktu pengerjaan, siswa yang cemas akan membuat tiga kali kesalahan lebih banyak, menghabiskan

---

<sup>135</sup> Diana citra hasan, *loc. Cit.*

dua kali banyak waktu untuk mengerjakan soal dan dua kali banyak mencontek.<sup>136</sup> Selain waktu pengerjaan tes, pengawas juga masih dipersepsikan sebagai bahaya yang mengancam, Pengawas yang berasal dari sekolah lain dapat membuat suasana menjadi tegang, pengaturan tempat duduk yang tidak seperti biasanya juga membuat kecemasan bagi siswa karena siswa tidak mudah untuk bergerak secara bebas.

Persepsi lain yang mempengaruhi timbulnya kecemasan adalah persepsi terhadap tuntutan lingkungan untuk lulus dan menjaga citra positif, tetapi pada penelitian ini hasil persentase tidak menunjukkan bahwa siswa menganggap tuntutan lingkungan untuk lulus dan menjaga citra positif sebagai bahaya yang mengancam.

Dimensi kedua yang mempengaruhi kecemasan adalah dimensi kecenderungan kepribadian/ *anxiety trait (A-Trait)*. *A-Trait* adalah dianggap sebagai gambaran perbedaan individu dalam kecenderungan untuk menjadi cemas, dimana individu cenderung melihat dunia sebagai bahaya yang mengancam dan selalu mengalami kecemasan sesaat (*A-state*) dalam jangka waktu yang panjang. Orang-orang yang tinggi dalam *A-Trait*-nya cenderung merasakan lebih banyak situasi yang membahayakan atau mengancam dibandingkan orang-orang yang rendah

---

<sup>136</sup> Anita E. Woolfolk, *Educational Psychology seventh edition*. (USA : Allyn and Bacon,1998) p.397

dalam *A-Trait* dan untuk merespon situasi yang mengancam dengan evaluasi *A-state* dari intensitas yang lebih besar.<sup>137</sup>

Dari data hasil penelitian, diketahui bahwa tingkat *A-trait* pada siswa SMA N 19 Jakarta ada pada kategori tinggi, tingkat *A-Trait* yang tinggi membuat individu melihat segala situasi lebih berbahaya daripada individu yang memiliki *A-Trait* rendah. Dikaitkan dengan kecenderungan *A-Trait* pada siswa, *A-Trait* tinggi menurut Mandler dan Sarason menjelaskan bahwa siswa yang memiliki *A-Trait* 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.<sup>138</sup>

#### **D. Keterbatasan Penelitian**

Peneliti menyadari bahwa penelitian yang dilakukan memiliki kekurangan dan jauh dari sempurna, sehingga perlu dicermati adanya berbagai kelemahan diantaranya:

Data hasil penelitian ini tidak bisa dijadikan standar mutlak faktor-faktor penyebab kecemasan siswa dalam menghadapi Ujian Nasional di sekolah lain. Hal ini disebabkan karena penelitian hanya

---

<sup>137</sup> *Ibid*,p.53

<sup>138</sup> Charless D Spielberger, 1979, Op.Cit, p.86

mengambil lingkup SMA N 19 Jakarta sebagai sampel penelitian sehingga dapat saja faktor-faktor penyebab kecemasan dalam menghadapi Ujian Nasional berbeda di sekolah lain.

## **BAB V**

### **KESIMPULAN, IMPLIKASI DAN SARAN**

Sebagai akhir dari penulisan skripsi, pada bab ini akan ditulis kesimpulan dari hasil penelitian yang diperoleh. Selain itu, dalam bab ini terdapat saran-saran untuk memberikan masukan sehingga dapat digunakan untuk menyempurnakan hasil penelitian di masa yang akan datang.

#### **A. Kesimpulan**

Berdasarkan deskripsi data faktor – faktor penyebab kecemasan siswa kelas XII dalam menghadapi ujian nasional di SMAN 19 Jakarta, diketahui gambaran sebagai berikut :

1. Pada dimensi persepsi diperoleh data yaitu sebesar 56,41% siswa masih menganggap Ujian Nasional sebagai bahaya yang mengancam, sedangkan 43,59% siswa menganggap Ujian Nasional sebagai bahaya yang tidak mengancam. Dari hasil tersebut dapat diketahui bahwa Ujian Nasional masih dianggap oleh siswa SMA N 19 sebagai bahaya yang mengancam
2. Persepsi yang memiliki persentase dengan nilai tinggi adalah persepsi terhadap kebijakan pemerintah dan mekanisme tes artinya siswa mempersepsikan mekanisme tes dan kebijakan pemerintah

sebagai bahaya yang mengancam, sedangkan tuntutan lingkungan untuk lulus dan menjaga citra positif tidak dianggap siswa sebagai bahaya yang mengancam

3. Pada persepsi terhadap mekanisme tes, persepsi negatif terlihat pada faktor waktu tes dan pengawasan. Pada persepsi kebijakan pemerintah, persepsi negatif terlihat pada kebijakan mengenai standar nilai kelulusan berupa pemikiran siswa atas kemampuan dirinya apakah bisa melampaui batas nilai yang sudah ditentukan atau tidak. Selain itu, pada kebijakan pemerintah mengenai mekanisme penanganan ketidakkelulusan yang merupakan persepsi negatif adalah mengulang ujian tahun depan.
4. Faktor kedua adalah *anxiety trait*/ kecenderungan kepribadian . kategori *A-Trait* pada siswa SMA N19 yang menjadi sampel penelitian ini adalah tinggi. Orang dengan *A-Trait* tinggi akan melihat sebuah situasi lebih berbahaya dibandingkan orang dengan orang yang rendah *A-Trait* nya. Dari pernyataan ini menunjukkan bahwa Kecenderungan kepribadian pada hasil penelitian ini tinggi dan persepsi terhadap ujian nasional juga tinggi, sesuai dengan teori yang menyatakan bahwa jika punya *A-trait* tinggi akan melihat situasi sebagai hal yang mengancam

## B. Implikasi

Dari hasil perhitungan di atas diketahui bahwa hasil persepsi menunjukkan positif mendukung variabel penelitian, artinya siswa mempersepsikan Ujian nasional sebagai bahaya yang mengancam. Hal ini didukung oleh kategori *anxiety trait/ A-Trait* yang tinggi. Dari hasil yang telah diperoleh, jika tidak ada penindaklanjutan secara khusus yang terjadi adalah performa/ kinerja siswa menjadi buruk, seperti: siswa sulit konsentrasi, dalam belajar tidak bisa menyelesaikan tugas dengan optimal, atau bahkan menjadi enggan untuk belajar sebagai bentuk penghindaran. Hal ini bisa berdampak pada kegagalan siswa dalam Ujian dan penurunan tingkat kelulusan bagi pihak sekolah.

## C. Saran

Berdasarkan penelitian yang telah dilakukan dan hasil pengolahan data yang didapatkan maka peneliti mengemukakan saran yang dapat bermanfaat untuk menyempurnakan hasil penelitian yaitu sebagai berikut :

### 1. Bagi guru pembimbing

Dengan mengetahui faktor - faktor penyebab kecemasan dapat membantu guru pembimbing dalam menambah pengetahuan dan pemahaman mengenai kecemasan siswa menghadapi ujian nasional sehingga dapat membantu mendiagnosis dan menangani siswa yang memiliki masalah tersebut. Pembuatan program konseling untuk

siswa yang memiliki masalah kecemasan dalam menghadapi ujian nasional juga perlu dibuat sehingga guru pembimbing memiliki formulasi pendekatan konseling yang tepat bagi siswa yang cemas dalam menghadapi ujian nasional. Pendekatan yang dapat digunakan untuk mengurangi kecemasan adalah rileksasi, *rational emotive therapy*, dan psikoanalisis. Rileksasi dapat digunakan untuk mengurangi kecemasan, cara kerjanya adalah merilekskan ketegangan baik fisik maupun psikis dengan membangkitkan obyek kecemasan atau membayangkan peristiwa yang pasien alami.<sup>139</sup> *Rational Emotive Therapy (RET)* digunakan untuk mengurangi kecemasan yaitu memodifikasi pikiran-pikiran yang irasional (penilaian terhadap ancaman) menjadi pemikiran yang realistis, RET harus meyakini siswa bahwa bahwa ketakutan siswa tentang konsekuensi kegagalan pada faktanya dibesar-besarkan, kecemasannya disebabkan lebih kepada kepercayaan irasionalnya daripada bahaya sesungguhnya.<sup>140</sup> Psikoanalisis menyelidiki penyebab masalah emosional klien, membantu pasien menyelidiki pemikiran alam bawah sadarnya dalam rangka menemukan trauma

---

<sup>139</sup> Charles D Spielberger, *Understanding Stress and Anxiety* ( New York: Harper & Row, Publisher 1979)P.98

<sup>140</sup> *Ibid*,p.102

tekanan masa kecil yang dapat mempengaruhi pikiran, perasaan dan perilakunya pada masalah saat ini.<sup>141</sup>

## 2. Bagi guru bidang studi

Guru bidang studi diharapkan tidak menekan siswa dengan pengharapan yang berlebihan terhadap nilai yang akan diperoleh siswa, guru juga diharapkan memotivasi siswa untuk terus semangat dan menunjukkan sikap siap membantu siswa jika kesulitan memahami pelajaran/materi ujian. Selain itu, guru diharapkan dapat membuat metode pembelajaran yang aktif dan kreatif sehingga siswa dapat mengikuti pelajaran dengan antusias sehingga dapat memahami materi dengan lebih baik. Hal ini dapat membuat siswa termotivasi dalam belajar dan selalu siap untuk menerima pembelajaran dengan perasaan yang gembira sehingga dapat mencegah dan mengurangi terjadinya kecemasan dalam menghadapi ujian nasional.

## 3. Bagi orang tua

Akan lebih bermanfaat untuk anak jika tidak membebani dengan pengharapan yang berlebihan. Hal ini dapat membuat anak tertekan sehingga mudah mengalami kecemasan. Orang tua diharapkan mengerti kemampuan anak dan memahami apa yang dibutuhkan anak sehingga dapat mengurangi kecemasan anak dalam

---

<sup>141</sup> Ibid,p.103

menghadapi ujian nasional. Orang tua juga dapat memberi dukungan untuk anak dengan cara meluangkan waktu untuk membicarakan masalah-masalah pelajaran yang tidak bisa diselesaikan anak, memberikan *reward*/penghargaan kepada anak jika anak bisa mencapai target nilai yang ditetapkan dan memberikan motivasi dan semangat kepada anak setiap kali akan menghadapi ujian.

#### 4. Bagi Siswa

Akan lebih bermanfaat jika tetap fokus dalam belajar dan tidak terpengaruh pada pemberitaan-pemberitaan negatif tentang Ujian Nasional serta banyak berlatih soal-soal ujian yang akan di Ujian Nasionalkan sehingga dapat mempersiapkan diri dalam menghadapi ujian. Siswa juga disarankan untuk belajar mengendalikan emosi, seperti: berlatih rileksasi, lebih mendekatkan diri pada Tuhan dengan solat atau melatih diri untuk lebih sabar, sehingga jika ketegangan akibat Ujian Nasional terjadi, siswa dapat mengendalikan diri dan tetap fokus dalam belajar.

## DAFTAR PUSTAKA

- Arikunto, Suharsimi. 2006. *Prosedur Penelitian ; Suatu Pendekatan Praktik*. Jakarta: Rineka Cipta
- Atkinson, Rita.L., Atkinson, dkk..1993. *Pengantar Psikologi edisi kedelapan Jilid 2*. Alih Bahasa: Nurdjaman Tufic. Jakarta: Erlangga. p. 212
- Amartha, Oniex Diah. 2007. *Studi deskriptif tentang tingkat kecemasan dan gaya belajar siswa kelas III dalam menghadapi Ujian Nasional*. Jakarta: Skripsi Fakultas Psikologi Universitas Nasional
- Badan Standar Nasional Pendidikan. 2009. *Prosedur Operasi Standar (POS) Ujian Nasional (UN) Sekolah Menengah Atas/Madrasah Aliyah (SMA/MA) tahun ajaran 2009/2010*
- Baron, A Robert and Donn Byrne. 2004. *Social Psychology, fourth edition*, alih bahasa Ratna Juwita. Jakarta: Erlangga
- Endang, Fatimah .2006. *Psikologi Perkembangan*. Bandung: Pustaka Setia
- Gould, E Jay. *What is perceptions*. 2003  
<http://uwf.edu/jgould/perception.pdf>
- Greenberger, Denis dan Christine A Padesky. 2008. *Manajemen Pikiran: Metode ampuh untuk mengatasi depresi, kemarahan. Kecemasan dan perasaan merusak lainnya*. Jakarta: Erlangga
- Gufon, Nur M dan Rini Risnawati. 2010. *Teori-Teori Psikologi*. Jogja: Ar-ruz Media group
- Hasan, Dian Citra. *Test Anxiety: Sisi Lain Dari Ujian Nasional*. 2006.  
[http://diana1asril.multiply.com/journal/item/21/Test Anxiety Sisi Lain dari Ujian Nasional](http://diana1asril.multiply.com/journal/item/21/Test_Anxiety_Sisi_Lain_dari_Ujian_Nasional)
- Hurlock, B. Elizabeth. 1991. *Perkembangan Anak jilid 1*. Jakarta: Erlangga
- Febrian . 26 april 2010. Tempo interaktif  
<http://www.tempointeraktif.com/hg/jakarta/2010/04/26/brk,20100426-243174.id.html>

- Harian Kompas. *Ujian Nasional masih menjadi Momok*.2010  
<http://edukasi.kompas.com/read/2010/03/23/16523975/Ujian.Nasional.Masih.Jadi.Momok>
- Harian Republik. *Tingkat Ujian Nasional Merosot*. 2008  
<http://www.republika.com/2008/06/23/1756934/Tingkat.Ujian.Nasional.Merosot>.
- Irwin L. Kutash & Louis B. Schlesinger. 1981. *Handbook on Stress and Anxiety*. Jossey-Buss Publishers. San Fransisco. California
- Komalasari, Gantina. 1995. *Kecemasan menghadapi Pensiun pada PNS* .  
Tesis S2. Universitas Indonesia
- Margono. 2004. *Metodologi Penelitian Pendidikan (suatu Pendekatan Praktik)*. Jakarta: PT reinika cipta
- Ngadrin.2004. *Artikel Pendidikan: Ujian Nasional Sebagai alat Evaluasi*.  
<http://edukasi.kompas.com/read/2004/06/21/16523975/artikel.pendidikan.ujian.nasional.sebagai.alat.evaluasi.Jadi.Momok>
- Ormrod, J.E. 2006. *Educational Psychology: Developing Learnes (5<sup>th</sup> ed,)*  
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.
- Poskota . *Siswa SMA/MA/SMK harap-harap cemas tunggu hasil UN*. 2010  
<http://www.poskota.co.id/berita-terkini/2010/04/25/siswa-smamasmk-harap-harap-cemas-tunggu-hasil-un>
- Primusanto. 2000. *Hubungan Antara Tipe Kepribadian Mahasiswa Dengan Tingkat Kecemasannya Dalam Proses Pembuatan Skripsi*. Jakarta: Skripsi Universitas Indonesia
- Ridho, Irsyad, dkk. 2007. *Menggugat Ujian Nasional*. Jakarta: Education Forum (teraju)

- Riduwan. 2005. *Belajar Mudah Penelitian untuk guru, karyawan dan peneliti pemula*. Alfabeta: Bandung
- Riyanto, Yatim. 2001. *Metodologi Penelitian Pendidikan*. Surabaya: SIC
- Salvin, E Robert. 2009. *Education psychology, theory and practice ninth edition*. New Jersey: Upper Saddle Rivers
- Sarafino, EP. 1998. *Health Psychologi Biopsyocho sosial interaction*. USA: Jhon Wiley and Sour, Inc
- Schaefer, Charles and Howard L Milman. 1981. *How To Help Childern With Common Problems*. New York : Van Nostrand Reinhold company
- Sobur, Alex. 2003. *Psikologi Umum*. Bandung: Pustaka
- Spielberger, charles D. 1972. *Anxiety Anxiety Current Trends in Theory and Research, vol. 1*. New York: Harper and Row, Publisher
- Spielberger, Charles D. 1979. *Understanding Stress and Anxiety*. New York: Harper and Row, Publisher
- Spielberger, Charles D.1983. *Manual For the State-Trait Anxiety Inventory*. Palo Alto: Consulting Psychologist Perss, Inc
- Sriwijayapos. Kausalitas Ujian Nasional dan Prilaku siswa-Guru.2010  
[http://www.sripoku.com/view/22873/kausalitas UN dan Prilaku siswa guru](http://www.sripoku.com/view/22873/kausalitas_UN_dan_Prilaku_siswa_guru)
- Sukmadinata, NS. 2003. *Landasan Psikologi Proses Pendidikan*. Bandung: PT Rosda Karya
- Suparmoko. 1994. *Metodologi Penelitian Praktis*. Jogja: BPPE
- Suwarto,Wiji. 2006. *Dasar-Dasar Ilmu Pendidikan*. Jogja: Ar-Ruz Media
- Sudjana. 2002. *Metode Statistika, edisi ke-6*. Bandung:Trasito
- Walgito,Bimo. 2002. *Psikologi Umum*. Jogjakarta: Penerbit ANDI
- Woolfolk, Anita E. 1998. *Educational Psychology Seventh edition*. USA: Allyn and Bacon

[www.kemendiknas.go.id](http://www.kemendiknas.go.id)

<http://www.depdiknas.go.id>

<http://www.statisticssolution.com/methode-chapter/directory-of-survey-instruments/state-trait-anxiety-inventory/>