

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Pendidikan secara umum adalah suatu proses kehidupan dalam mengembangkan diri dari masing-masing individu untuk dapat hidup dan melangsungkan kehidupan dan karena pendidikan tidak akan pernah habisnya maka menjadi seorang yang terdidik itu sangatlah penting (Alpian, Anggraeni, Wiharti, & Soleha, 2019). Pengertian pendidikan yang disebutkan dalam UU SISDIKNAS No.20 tahun 2003 bahwa pendidikan adalah usaha sadar terencana untuk mewujudkan suasana belajar dan proses pembelajaran agar peserta didik secara aktif mengembangkan potensi manusia dalam spiritual, keagamaan, pengendalian diri, kepribadian, kecerdasan, akhlak mulia, serta keterampilan yang diperlukan dirinya, masyarakat, bangsa dan negara. Dalam pengertian yang sederhana dan umum makna pendidikan sebagai usaha manusia untuk menumbuhkan dan mengembangkan potensi-potensi pembawaan baik jasmani maupun rohani sesuai dengan nilai-nilai dan norma-norma yang ada dalam masyarakat. (UUD RI, 2003)

Dalam sistem pendidikan Indonesia, wajib belajar untuk pendidikan dasar yaitu 9 tahun (tingkat SD sampai SMP) tercantum dalam Peraturan Pemerintah No.47 Tahun 2008 mengenai Wajib Belajar (Wardani, 2015). Kemudian pada tahun 2012 lanjutan untuk wajib belajar 9 tahun Pemerintahan Pusat merancang program wajib belajar selama 12 tahun (sampai SMA) atau dikenal sebagai Pendidikan Menengah Universal (PMU) tercantum dalam Peraturan Menteri Pendidikan dan Kebudayaan No.80 Tahun 2013 dan program tersebut dimaksudkan untuk menjaga kesinambungan keberhasilan pelaksanaan program Wajib Belajar Pendidikan Dasar 9 Tahun. (Wardani, 2015).

Sekolah sebagai lembaga formal yang disertai tugas untuk mendidik dikarenakan peranan sekolah sangat besar sebagai sarana tukar pikiran antar peserta didik. (Alpian, Anggraeni, Wiharti, & Soleha, 2019). Dalam menjalankan kegiatan sekolah terutama saat didalam kelas, tidak hanya guru yang dituntut untuk aktif melainkan perlu adanya keterlibatan peserta didik dalam proses pembelajaran karena peserta didik terlibat secara langsung sehingga dituntut juga mengenai keaktifannya supaya tercapai pembelajaran yang efektif (Rohani, Pengelolaan Pengajaran, 2004). Peserta didik dalam menjalankan aktivitas di kelas yaitu belajar, mereka memiliki kepribadian tersendiri antara anak yang satu dengan anak yang lain (Kartono, 1995). Perbedaan kepribadian antar individu tersebut dapat mempengaruhi cara mereka dalam belajar. Khususnya dalam merespon guru pada saat memberikan materi pelajaran. (Yamin & Maisah, 2009)

Menurut Sudjana (2013) dalam Kemendikbud (2020) mengenai belajar bukanlah hanya sebatas seseorang hanya menghafal, mengingat, mengerjakan tugas, melainkan sebuah proses seseorang dalam melakukan sebuah perubahan mulai dari tingkah laku, keterampilan atau kemampuannya. Belajar merupakan sebuah kegiatan aktif dan proses dalam membuat suatu pengalaman, belajar juga akan mempengaruhi fisik dan psikis seseorang dikarenakan pada dasarnya belajar adalah suatu reaksi terhadap situasi yang dialami oleh individu. (KEMENDIKBUD, 2020)

Belajar merupakan suatu proses yang melahirkan perubahan tingkah laku sehingga seorang akan mempunyai sikap atau cara yang berbeda dengan sikap atau cara sebelum belajar. Slameto (2003) mengemukakan "Belajar ialah suatu proses usaha yang dilakukan individu untuk memperoleh suatu perubahan perilaku yang baru secara keseluruhan, sebagai hasil dari pengalaman individu itu sendiri dalam interaksi individu lingkungannya". (Mukholil, 2018)

Hal yang sering terjadi masalah dalam kegiatan belajar adalah mengenai keaktifan kelas. Umumnya untuk memulai suatu percakapan didalam kelas, seperti bertanya kepada guru, ataupun mempresentasikan

hasil diskusi kelompok di depan kelas, dengan rasa percaya diri yang tinggi peserta didik tidak akan mengalami kecemasan berkomunikasi serta dapat mengeluarkan segala pendapat atau tanggapan terhadap materi yang sedang dipelajari (Putri, 2015). Pada dasarnya ruang kelas mempunyai fungsi untuk memberikan perasaan yang aman sehingga peserta didik dapat bereksplorasi dengan bebas juga membantu mereka dalam bersosialisasi atau berinteraksi dengan teman sekelasnya. (Bergin & Bergin, 2009)

Namun terdapat diantaranya kesulitan aktif dikelas yang ditandai dengan sedikit berbicara atau membisu, rasa takut yang intens, dan persepsi yang terlalu berlebihan terhadap sesuatu yang belum pasti, merasa rendah diri, kurang bersemangat, dan enggan berkompetensi (Rachmawaty, 2015). Penelitian yang dilakukan oleh Joshi pada tahun 2013 mengenai kecemasan sosial terhadap remaja di India mempunyai hasil bahwasanya tingkat kecemasan sosial remaja yaitu 117,50 dengan lingkup keemasannya meliputi takut akan kritikan, *overthinking* mengenai kinerja masa lalu, merasa malu (tampil didepan umum). (Joshi, 2013).

Penelitian yang dilakukan oleh Nurfatimah dkk (2020) dengan judul "*Analisis Keaktifan Belajar Siswa Kelas Tinggi Di Sdn 07 Sila Pada Masa Pandemi Covid-19*" berdasarkan observasi mengenai keaktifan menyatakan ide atau pendapat tidak semua peserta didik mampu menyampaikan ide atau pendapat tetapi sebagian yang lain sangat aktif terutama dalam kegiatan diskusi kelompok. Kemudian mengenai keaktifan bertanya dan menjawab tidak semua peserta didik mempunyai keberanian untuk menjawab atau mengajukan pertanyaan, rata-rata yang menunjukkan keberanian adalah peserta didik yang termasuk ranking 5-10 besar. (Nurfatimah, Affandi, & Jiwandono, 2020)

Djamarah (2018) berpendapat bahwasanya permasalahan peserta didik mengenai keaktifan kelasnya terdapat faktor yang mempengaruhinya yaitu dalam diri peserta didik (internal) ataupun luar diri peserta didik (eskternal) (Susanto, 2016). Faktor internal meliputi motivasi, kebiasaan,

kecemasan, aktivitas, minat, dan sebagainya. Sedangkan faktor eksternal meliputi lingkungan keluarga, lingkungan masyarakat, lingkungan sekolah, keadaan sosial, dan sebagainya. Dari berbagai faktor yang mempengaruhi proses peserta didik dalam belajarnya, penelitian ini berfokus pada kecemasan dan lingkungan sosialnya. (Susanto, 2016)

Spielberger (1972) mengungkapkan bahwasanya kecemasan merupakan suatu reaksi emosional yang ditimbulkan oleh individu dalam situasi tertentu sebagai sebuah ancaman atau bahaya (Fauziah, Rafiyah, & Solehati, 2018). Dalam teorinya kecemasan dibagi menjadi 2 yaitu *state anxiety* dan *trait anxiety*, terdapat 3 unsur utama yang dapat mempengaruhi seseorang terhadap kecemasan diantaranya perasaan ketidakpastian (*uncertainty*), perasaan ketidakberdayaan (*helplessness*), dan diakhiri dengan terjadinya masalah (*future orientation*). (Fauziah, Rafiyah, & Solehati, 2018)

Zelazo dan Lyons (2012) berpendapat bahwa untuk mengurangi kecemasan pada proses belajar, pendidikan pengaturan diri pada usia dini adalah penting. Kecemasan sosial dan belajar secara negatif mempengaruhi kinerja pendidikan siswa (Chaudhry & Akbar, 2020). Ader dan Erktin (2010) mempelajari bahwa peserta didik sebagian besar menghadapi kecemasan belajar atau sosial yang mempengaruhi kinerja pendidikan mereka. Jenis peserta didik ini tidak meminta bantuan selama kelas atau studi kelompok. Sehingga dibutuhkan kesadaran tentang pengaturan diri untuk meningkatkan kinerja akademik serta keaktifan kelas mereka. (Chaudhry & Akbar, 2020)

Hurlock (1990) menjelaskan bahwa awal masa remaja berkisar dari 13-16 tahun atau 17 tahun dan akhir masa remaja berkisar usia 17 tahun keatas (Ma'rifah & Budiani, 2012). Perkembangan yang dialami pada seusia remaja awal meliputi usaha pencarian identitas, perkembangan seksual, perkembangan sosial dengan teman sebaya dan lingkungan masyarakat (Ma'rifah & Budiani, 2012). Terkadang jika remaja tidak bisa mengontrol emosi dan perasaan, mereka menggunakan berbagai mekanisme

pertahanan seperti mengasingkan diri sebagai pertahanan utama untuk melawan rasa cemas, bingung, kacau, serta gelisah dan hal tersebut berlaku saat dirumah maupun di lingkungan sosialnya (mis. sekolah) (Gardner, 1996).

Berfokus pada penelitian, fenomena yang akan diangkat merupakan peserta didik jenjang SMP salah satu sekolah di Jakarta Timur. Pada hasil observasi mengenai fenomena permasalahan belajar yang sering dialami oleh peserta didik adalah cemas akan tinggal kelas, takut menghadapi ulangan atau ujian, khawatir memperoleh nilai rendah dalam ulangan/ujian/PR, dan kesulitan berbicara didalam kelas kemudian mengenai tingkat pengaruh permasalahan belajar tersebut terhadap aktivitas sehari-hari mendapatkan hasil sebanyak 44,5% dengan intensitas kadang-kadang, 36% untuk intensitas tidak pernah, dan 19,5% untuk intensitas sering. Dimana jika dilihat dari hasil observasi ditemukan bahwasannya peserta didik terkadang mempunyai kecemasan dalam proses belajar dan hal tersebut terkadang juga mengganggu aktivitas sehari-harinya, hal tersebut menjadi topik utama dalam penelitian ini yaitu membahas mengenai kecemasan belajar dibantu dengan instrumen yang terdiri dari 3 aspek kecemasan belajar yaitu takut akan evaluasi (*fear of evaluation*), manifestasi perilaku (*behavioral manifestation*), dan interfensi memori/daya ingat (*memory interference*) dimana pembahasan mengenai kecemasan belajar akan lebih spesifik untuk melihat kecenderungan peserta didik terhadap kecemasan belajarnya.

Dalam observasi, peneliti juga mewawancarai beberapa peserta didik dan mereka mengaku bahwa hal yang paling mengganggu mereka adalah mengenai anggapan orang lain terhadap dirinya, takut salah saat menjawab pertanyaan yang diberikan oleh guru sehingga mereka pun merasa kurang percaya diri, sedikit berbicara, serta cemas. Oleh karena itu, mereka lebih memilih diam untuk meminimalisir kesalahan yang akan membuat mereka menjadi *overthinking* dan menyalahkan dirinya sendiri serta saat pelajaran berlangsung mereka akan takut jika membuat kesalahan didalam kelas.

Pada konteks sistem belajar di Indonesia saat ini terutama dikarenakan Pandemi Covid-19, keaktifan belajar merupakan hal yang paling diutamakan (Supriatna, Rohayani, & Sabaria, 2021). Kegiatan belajar-mengajar selama Pandemi Covid-19 mempunyai perubahan yang luar biasa dimana guru maupun peserta didik beradaptasi untuk melakukan kegiatan secara *online* (Basar, 2021). Proses kegiatan belajar selama masa Pandemi Covid-19 seharusnya tetap dapat membantu peserta didik dalam mengembangkan bakat dan minat sesuai dengan kemampuan peserta didik namun nyatanya belum dapat dikatakan ideal dikarenakan beberapa hambatan yang dihadapi seperti komunikasi antar peserta didik dengan guru menjadi minim sehingga guru sedikit kesulitan untuk menjangkau peserta didik. (Basar, 2021)

Kecemasan belajar adalah komponen yang mampu mempengaruhi kinerja akademik lebih negatif dengan demikian telah mendapat perhatian dari berbagai peneliti dalam beberapa tahun terakhir. Menjelajahi lebih lanjut mengenai kecemasan belajar, Reyes (1984) mengidentifikasi pikiran yang menghasilkan kecemasan belajar yang lebih tinggi seperti gagal dalam ujian atau ujian, prediksi kegagalan, pikiran merendahkan diri, mendapatkan nilai lebih rendah, berpikir bahwa mereka telah melupakan segalanya dan tidak tahu apa-apa dan berpikir bahwa mereka akan mengecewakan keluarga mereka (Maqsood & Ijaz, 2013). Perbedaan gender juga telah teridentifikasi, perempuan mendapatkan tingkat kecemasan kinerja yang lebih tinggi daripada pria. (Nausheen & Richardson, 2013)

Penelitian yang dilakukan oleh Merrit, Richards, & Davis pada tahun 2001 ditemukan bahwasannya dalam proses belajar, kecemasan belajar muncul ketika siswa melakukan pekerjaan kelas, ujian, tugas, atau presentasi atau dengan kata lain setiap kali mereka diminta untuk tampil di depan orang lain dan kecemasan ini dapat mengganggu kemajuan akademik mereka (Merrit, Richards, & Davis, 2001). Kecemasan belajar dapat memanifestasikan dirinya dalam berbagai cara termasuk cara fisiologis, perilaku, emosional dan kognitif. Manifestasi fisiologis dari

kecemasan seperti telapak tangan berkeringat, pernapasan cepat dan dangkal, muka memerah, gugup, agitasi, detak jantung meningkat, nada suara rendah, gelisah, gagap, gemetar, sakit perut dan sebagainya. Secara perilaku, kecemasan belajar dapat digambarkan sebagai penghindaran situasi kinerja, penolakan sekolah dan prestasi akademik yang buruk. (Ameringen, Mancini, & Farvolden, 2003)

Mengenai kecemasan belajar, dalam ranah bimbingan dan konseling Guru BK mempunyai peranan penting dalam mengatasi, meminimalisir kecemasandimana memberikan layanan bimbingan maupun konseling secara tepat terhadap permasalahan yang dihadapi oleh peserta didik (Rosmawati, 2017). Dalam pelaksanaannya Guru BK melakukan sebuah observasi dapat berupa tes maupun non-tes kemudian menganalisis hasil data yang diperoleh kemudian membuat sebuah program BK dimana hal tersebut bertujuan agar kegiatan atau pelaksanaan BK dapat terlaksana dengan baik, efektif, dan efisien. (Suhertina, 2015)

Berdasarkan pemaparan latar belakang yang telah dijelaskan diatas mengenai kecemasan belajar, maka peneliti tertarik untuk melakukan penelitian dengan judul "**Gambaran Kecemasan Belajar Peserta Didik SMP Swasta di Jakarta Timur**".

B. Identifikasi Masalah

Sesuai dengan latar belakang masalah yang telah dipaparkan diatas, maka peneliti mengidentifikasi beberapa masalah sebagai berikut:

1. Bagaimana gambaran tingkat **Kecemasan Belajar** peserta didik SMP Swasta di Jakarta Timur ?
2. Bagaimana gambaran kecemasan belajar peserta didik laki-laki dan perempuan ?
3. Apa kecenderungan faktor kecemasan belajar peserta didik SMP Swasta di Jakarta Timur ?

C. Pembatasan Masalah

Agar permasalahan dalam penelitian ini lebih terarah, spesifik, dan jelas maka perlu adanya pembatasan masalah demi tercapainya tujuan yang diinginkan oleh peneliti. Dengan melihat beberapa identifikasi masalah yang sudah dipaparkan, peneliti tertarik untuk membahas mengenai kelekatatan kecemasan yang dialami oleh peserta didik SMP Swasta di Jakarta Timur.

D. Perumusan Masalah

1. Bagaimana gambaran **Kecemasan Belajar** peserta didik SMP Swasta di Jakarta Timur ?

E. Kegunaan Penelitian

a) Manfaat Teoritis

Penelitian ini diharapkan dapat menambah wawasan dan pengetahuan mengenai kecemasan belajar serta juga diharapkan menjadi sebuah rujukan untuk mengembangkan ilmu pengetahuan.

b) Manfaat Praktis

1) Bagi Mahasiswa

Hasil penelitian ini dapat digunakan sebagai bahan masukan bagi peneliti dalam meningkatkan pengetahuan dan wawasan di bidang pendidikan secara teori maupun aplikasi dalam lingkungan sekolah.

2) Bagi Guru Bimbingan dan Konseling

Hasil penelitian ini dapat digunakan untuk membantu Guru BK dalam melihat tingkat dan kecenderungan faktor dari kecemasan belajar serta implikasinya pada proses belajar dan membantu dalam membuat program BK serta penentuan layanan yang akan diberikan kepada peserta didik.

3) Bagi Peneliti Lain

Hasil penelitian ini dapat digunakan sebagai bahan referensi bagi peneliti lain dengan topik atau pembahasan yang sama.