

BAB I

PENDAHULUAN

1.1. Latar Belakang Masalah

Performa akademik merujuk pada pencapaian hasil belajar yang dicapai oleh individu, yang diukur berdasarkan kemampuan siswa dalam menguasai materi pembelajaran. Bentuk performa ini dapat terlihat dari tugas-tugas yang diselesaikan maupun pekerjaan rumah yang dikerjakan oleh siswa, yang pada akhirnya menggambarkan kemampuan mereka dalam memperoleh hasil yang telah ditetapkan. Performa akademik tidak hanya mencerminkan kemampuan siswa dalam menguasai materi, tetapi juga merupakan hasil dari interaksi proses belajar-mengajar di sekolah yang melibatkan siswa, guru, dan institusi pendidikan (Prima & Fikry, 2021). Evaluasi performa akademik dilakukan secara terencana dan sistematis, baik selama, awal, maupun akhir pembelajaran untuk memperoleh data akurat tentang pencapaian akademik siswa serta memberikan umpan balik yang berguna bagi perbaikan pembelajaran (Purwanto, 2002).

Penilaian performa akademik memiliki tujuan yang lebih spesifik dibandingkan dengan jenis penilaian lainnya. Tujuan utamanya adalah untuk mengevaluasi perkembangan dan kemampuan siswa dalam periode waktu tertentu, serta untuk memahami usaha siswa dalam meningkatkan kemampuan akademik mereka. Dengan demikian, penilaian ini berfungsi untuk memberikan gambaran tentang tingkat kemampuan kognitif siswa dan seberapa efektif metode pembelajaran yang digunakan di kelas (Syah, 2007). Prediksi performa akademik yang akurat dapat mencegah kegagalan dan membantu siswa mencapai kesuksesan lebih tinggi, terutama dengan evaluasi yang berkelanjutan untuk membantu guru memahami cara terbaik dalam mendukung kemampuan siswa (Pandey & Taruna, 2016).

Performa akademik memainkan peran penting dalam evaluasi sistem pendidikan. Sebagai instrumen penilaian, ia memberikan informasi mengenai kemajuan siswa dalam memahami materi pelajaran, serta

efektivitas metode yang diterapkan. Selain itu, hasil performa akademik juga menjadi acuan kelayakan siswa untuk melanjutkan ke jenjang pendidikan lebih tinggi dan menentukan apakah mereka memenuhi standar yang ditetapkan untuk mencapai tujuan pembelajaran (Nurkencana & Sumartana, 1986). Berbagai aspek yang memengaruhi performa akademik, seperti keberhasilan akademik, pengendalian impuls, dan produktivitas akademik siswa, juga turut menjadi indikator penting dalam penilaian ini (DuPaul et al., 1991).

Ada dua kategori utama yang memengaruhi performa akademik, yakni faktor internal dan eksternal. Faktor internal mencakup kondisi fisik dan psikologis siswa yang memengaruhi proses pembelajaran, sedangkan faktor eksternal melibatkan dukungan sosial dari keluarga dan teman sebaya, serta kondisi lingkungan belajar yang ada (Thaib, 2013). Di sisi lain, performa akademik terdiri dari beberapa dimensi, termasuk dimensi pengetahuan, pemahaman, keterampilan berpikir kritis dan kreatif, keterampilan komunikasi, serta kolaborasi. Dimensi pengetahuan meliputi aspek faktual, konseptual, prosedural, dan metakognitif yang masing-masing berfokus pada pemahaman mendalam tentang materi pelajaran dan kemampuan analitis dalam memecahkan masalah (Gunawan & Paluti, 2017)

Dimensi pemahaman merujuk pada proses mental di mana siswa mengolah informasi untuk menjadi lebih bermakna, yang mengarah pada kemampuan untuk menjelaskan materi dengan kata-kata mereka sendiri (Aunurrahman, 2012). Sedangkan keterampilan berpikir kritis, yang sangat penting untuk mengelola informasi dan mengambil keputusan yang logis, menjadi salah satu indikator rendahnya kemampuan berpikir tingkat tinggi siswa di Indonesia (McComas, 2014). Keterampilan berpikir kreatif, di sisi lain, berfokus pada kemampuan untuk menghasilkan ide-ide baru yang orisinal dan relevan, serta seringkali dianggap sebagai aspek yang tidak terstruktur namun penting dalam pembelajaran (Johnson, 2014).

Keterampilan komunikasi yang efektif juga memainkan peran penting dalam mendukung kemampuan berpikir kritis dan kreatif siswa.

Melalui komunikasi yang konstruktif, siswa dapat memperkaya pemahaman mereka tentang materi pelajaran dan mengembangkan solusi kreatif terhadap masalah yang dihadapi (Wilhalminah, 2017; Miranty et al., 2020). Di samping itu, keterampilan kolaborasi dan kerjasama dalam tim, yang melibatkan partisipasi aktif dan sikap saling menghargai antar anggota tim, sangat penting dalam dunia pendidikan maupun dunia kerja untuk mencapai tujuan bersama yang lebih besar (Le et al., 2018).

Kecemasan, sebagai salah satu faktor internal yang dapat memengaruhi performa akademik, seringkali muncul sebagai respons emosional terhadap situasi yang menantang atau tidak pasti, seperti ujian atau interaksi sosial di sekolah. Kecemasan ini bisa mengganggu konsentrasi, mempengaruhi kondisi fisik siswa, dan menghambat proses belajar mereka (Sudrajat, 2008). Kartika & Aviani (2023) mengelompokkan kecemasan menjadi empat kategori: psikologis, kognitif, somatik, dan motorik, yang masing-masing memiliki dampak berbeda terhadap kemampuan siswa untuk belajar dan berprestasi di sekolah. Kecemasan akademik, yang seringkali berhubungan dengan rasa takut terhadap ujian atau fobia sekolah, merupakan fenomena yang perlu mendapat perhatian serius dalam mendukung performa akademik siswa. Secara umum, kegelisahan yang wajar bisa dianggap sebagai sesuatu yang berguna untuk memotivasi. Namun, apabila kegelisahan itu sangat kuat serta cenderung negatif, oleh karenanya justru bisa berdampak buruk serta mengganggu kesehatan fisik serta psikologis orang yang mengalaminya.

Setiap siswa mengalami kecemasan yang tidak sama antar yang satu dengan yang lain sebab kecemasan ialah suatu emosi seseorang yang berkaitan dengan perasaan terancam oleh berbagai hal yang umumnya tidak jelas. Kecemasan bisa terjadi kepada siapapun serta di manapun termasuk murid pada saat berada di sekolah. Kecemasan yang terjadi pada murid bisa berubah kecemasan neurotik objektif ataupun kecemasan moral, seperti yang dikemukakan oleh Soelaeman (2005:105).

Menurut Mukholil (2018), terdapat tiga jenis kecemasan yang perlu diperhatikan, yakni: pertama, kecemasan yang timbul karena merasa berdosa ataupun bersalah; kedua, kecemasan yang muncul karena melihat ataupun mengetahui adanya bahaya yang mengancam dirinya; serta ketiga, kecemasan yang tidak jelas bentuknya, di mana ketakutan yang dirasakan tidak sebanding dengan objek yang ditakuti, bahkan objek itu sebenarnya tidak berbahaya.

Dari penjelasan di atas bisa disimpulkan jika kecemasan memiliki beberapa jenis, yakni kecemasan yang objektif seperti menyadari adanya bahaya, kecemasan yang tidak realistis ataupun neurotis, serta kecemasan yang sesuai dengan moral serta hati nurani seperti merasa bersalah ataupun berdosa. Bisa dikategorikan ke dalam dua hal yakni gejala psikis serta fisik. Menurut Wood et al (2007:186) berbagai gejala kecemasan yang sifatnya fisik antara lain pegal-pegal, gelisah kedutan di kelopak mata, berkeringat, kencing secara terus-menerus, wajah tegang, mulut kering, susah untuk berkonsentrasi, gangguan perut rasa tersumbat di tenggorokan, tangan berkeringat serta jantung berdebar.

Sudrajat (2008:13) memaparkan jika tak dapat beberapa faktor yang bisa memicu kecemasan terhadap siswa seperti target kurikulum sekolah yang begitu tinggi, tugas diberikan secara padat dan sistem penilaian yang kurang adil serta ketat, iklim kegiatan belajar mengajar yang kurang kondusif.

Menurut beberapa pengertian dari kecemasan yang sudah dijabarkan oleh para ahli, kecemasan belajar adalah kondisi dimana seseorang merasa takut, khawatir, gelisah, dan tidak nyaman terhadap proses pembelajaran dan ujian yang dilakukan di lingkungan sekolah.

Kecemasan belajar memiliki beberapa indikator yang menandakan lebih rinci mengenai perasaan cemas yang dialami oleh siswa. Indikator tersebut meliputi perasaan cemas, ketegangan, ketakutan, insomnia, sulit konsentrasi, depresi, dan gangguan somatik & sensorik (Hamilton 1959).

Menurut Mukholil, (2018) saat seseorang mengalami kecemasan, tubuh merespons dengan sejumlah reaksi fisik yang mencerminkan kondisi

tersebut, antara lain: 1) Berdebar-debar, di mana individu merasa detak jantungnya cepat akibat pengaruh stres. 2) Gemetar, seperti pada tangan atau lutut yang terasa gemetar saat seseorang berusaha melakukan sesuatu atau merasa terhuyung-huyung. 3) Tegangan, yang merupakan gejala utama dari kecemasan, di mana otot-otot, terutama di bagian leher belakang, terasa kencang dan menegang, sering kali menyebabkan rasa tidak nyaman atau sakit. Ketegangan saraf pada kulit kepala juga dapat memicu pusing, yang dapat meningkatkan kecemasan. 4) Gelisah atau sulit tidur, di mana individu mungkin merasa kesulitan untuk tidur dengan tenang. 5) Keringat berlebihan, mirip dengan kondisi tubuh saat terpapar panas. Selain itu, kecemasan juga bisa menyebabkan gejala fisik lainnya seperti gatal-gatal pada tangan dan kaki, serta dorongan untuk buang air kecil yang lebih sering dari biasanya.

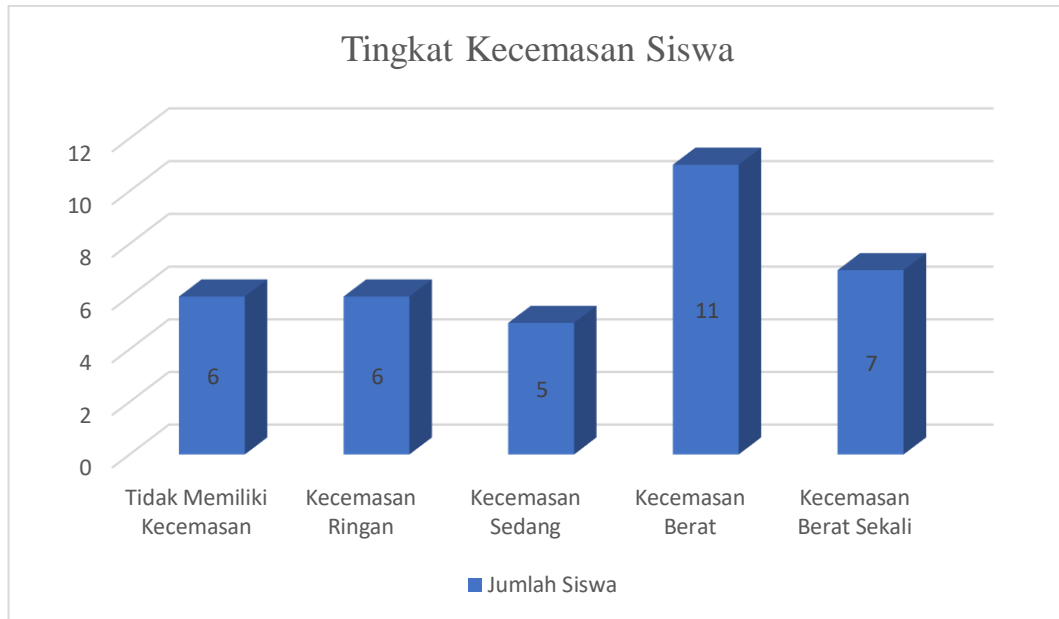
Kecemasan yang dialami oleh siswa menggambarkan kondisi emosional yang erat kaitannya dengan perasaan takut. Terdapat berbagai jenis kecemasan yang dapat muncul pada siswa, antara lain: 1) Ketakutan terhadap situasi sekolah secara umum, 2) Ketakutan terhadap aspek-aspek tertentu dalam lingkungan sekolah, seperti interaksi dengan guru, teman, pelajaran, atau ujian, dan 3) Fobia sekolah, yang membuat siswa enggan untuk hadir di sekolah. Masing-masing jenis kecemasan ini menunjukkan betapa kompleksnya perasaan takut yang bisa dialami oleh siswa dalam konteks pendidikan.

konsentrasi dalam belajar adalah salah satu aspek psikologis yang sulit untuk diukur atau dinilai oleh orang lain, karena hanya individu yang bersangkutan yang dapat merasakannya secara langsung. Hal ini disebabkan oleh fakta bahwa aktivitas fisik yang terlihat pada seseorang tidak selalu mencerminkan kondisi pikiran yang sebenarnya. Konsentrasi belajar siswa sangat dipengaruhi oleh kemampuan otak untuk memusatkan perhatian pada materi yang sedang dipelajari. Pemusatan perhatian ini sangat penting agar siswa dapat dengan mudah memahami dan menyerap informasi yang diberikan. Namun, kecemasan yang dialami siswa terkait proses belajar sering kali mengganggu kemampuan mereka untuk

mempertahankan fokus, sehingga mereka kesulitan dalam memproses dan menguasai materi yang dipelajari..

Perasaan depresi muncul sebagai hasil dari perubahan dalam proses kognitif dan emosional yang disebabkan oleh suatu peristiwa traumatis atau akumulasi berbagai peristiwa traumatis yang dialami oleh seseorang. Secara umum, depresi dapat timbul akibat keadaan yang membuat individu terus-menerus memikirkan peristiwa traumatis yang mengganggu kesejahteraan mental mereka (Kurniawan & Kumolohadi, 2015). Banyak faktor yang dapat berkontribusi terhadap munculnya depresi, dan salah satunya adalah produktivitas. Schaller dan Stevens dalam (Khairunisa et al., 2019) menemukan bahwa produktivitas dapat memberikan dampak jangka panjang terhadap kesehatan individu, yang pada gilirannya dapat memicu gejala depresi dan kecemasan. Dampak depresi bervariasi bagi setiap individu, karena depresi tidak hanya memengaruhi kondisi emosional tetapi juga memengaruhi kesehatan fisik mereka..

Gejala somatik kecemasan ditandai dengan berbagai tanda fisik, seperti sakit dan nyeri otot, kekakuan, kedutan otot, gigi gemeretak, dan suara yang tidak stabil. Sementara itu, gejala sensorik meliputi tinitus, penglihatan kabur, wajah yang tampak merah atau pucat, rasa lemas, serta perasaan seperti ditusuk-tusuk. Berdasarkan hasil studi pendahuluan yang telah dilakukan oleh peneliti di sebuah sekolah SMP, penulis melakukan tes sederhana dan wawancara dengan 35 siswa kelas 8D. Dari hasil tersebut, ditemukan bahwa rata-rata kecemasan belajar siswa di kelas tersebut termasuk dalam kategori kecemasan berat. Berikut ini adalah data hasil tes kecemasan yang telah dilakukan.:

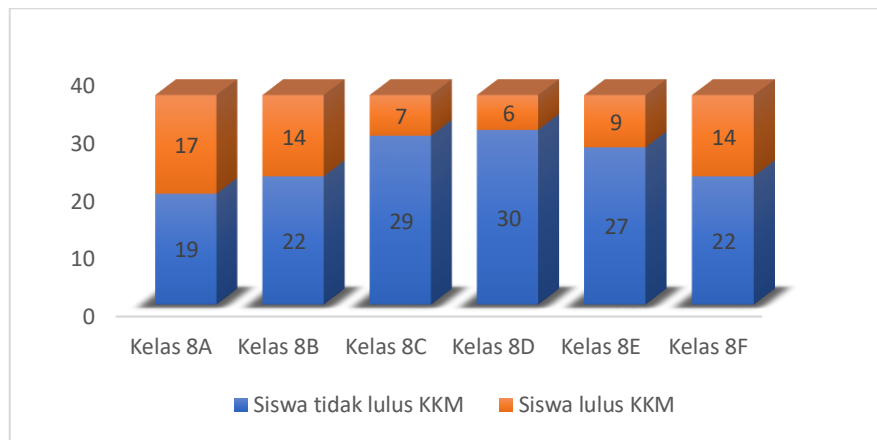


Gambar 1.1 Diagram Batang Tingkat Kecemasan Siswa di Kelas 8D

Dalam studi pendahuluan yang dilakukan oleh penulis di salah satu SMP Negeri di Jakarta Timur, penulis melaksanakan tes sederhana serta wawancara individu dengan siswa-siswa di kelas 8D. Terdapat 36 siswa di kelas tersebut, namun pada hari pelaksanaan studi, satu siswa tidak hadir. Oleh karena itu, penulis melakukan tes dan wawancara untuk mengukur tingkat kecemasan pada 35 siswa yang hadir. Hasil yang diperoleh dari tes dan wawancara menunjukkan bahwa 6 siswa tidak mengalami kecemasan, 6 siswa memiliki kecemasan ringan, 5 siswa menunjukkan tingkat kecemasan sedang, 11 siswa memiliki kecemasan yang cukup berat, dan 7 siswa mengalami kecemasan yang sangat berat.

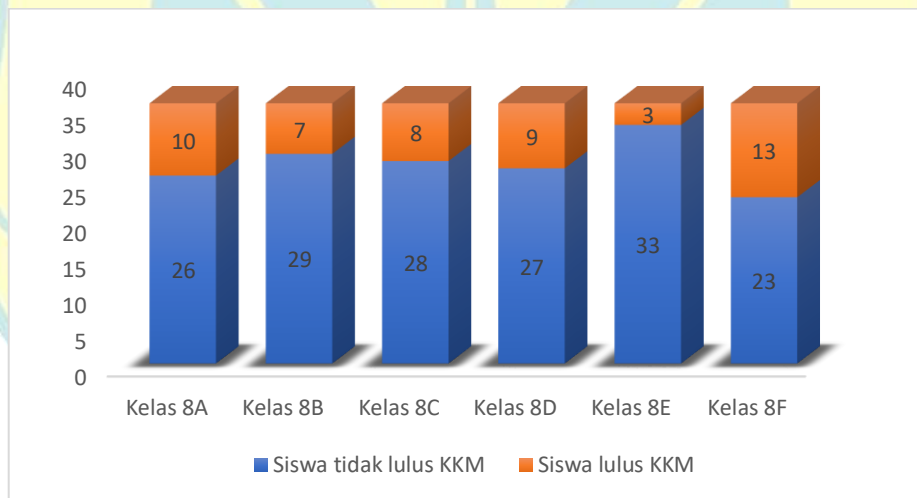
Sesuai dengan hasil wawancara yang dijalankan oleh penulis dengan beberapa guru serta kepala sekolah salah satu SMP Negeri di Jakarta Timur, ditemukan jika performa akademik siswa di sekolah ini cukup baik dalam penilaian tugas tugas harian yang diberikan oleh guru dan nilainya sebagian besar diatas KKM (Kriteria Ketuntasan Minimal). Namun, tidak sedikit juga siswa yang nilai UTS (Ujian Tengah Semester) dan UAS (Ujian Akhir Semester) dibawah KKM, lalu pihak sekolah mengadakan kegiatan remedial setelah PTS dan PAS guna memperbaiki nilai-nilai siswa yang berada di bawah KKM, setelah itu rata rata nilai siswa menjadi pas KKM. Berikut ini adalah diagram yang menunjukkan hasil nilai UTS

(Ujian Tengah Semester) dan UAS (Ujian Akhir Semester) kelas 8 dan kelas 9 di salah satu SMP Negeri di Jakarta Timur.



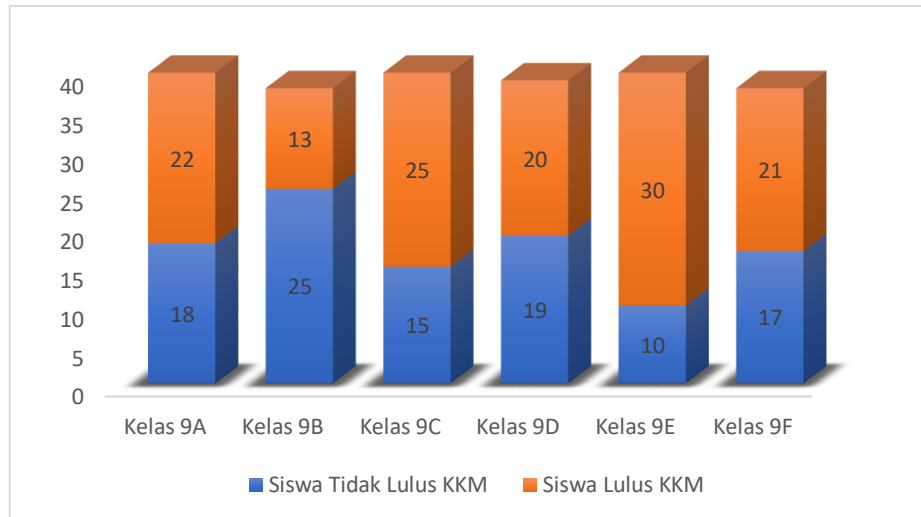
Gambar 1.2 Diagram Batang Perbandingan Siswa Yang Lulus dan Tidak Lulus KKM UTS Kelas 8

Berdasarkan hasil ujian tengah semester pada kelas 8, dapat diketahui masih banyak siswa yang tidak lulus KKM, rata-rata siswa yang tidak lulus ujian berada di atas 50% dari total siswa di masing masing kelas.



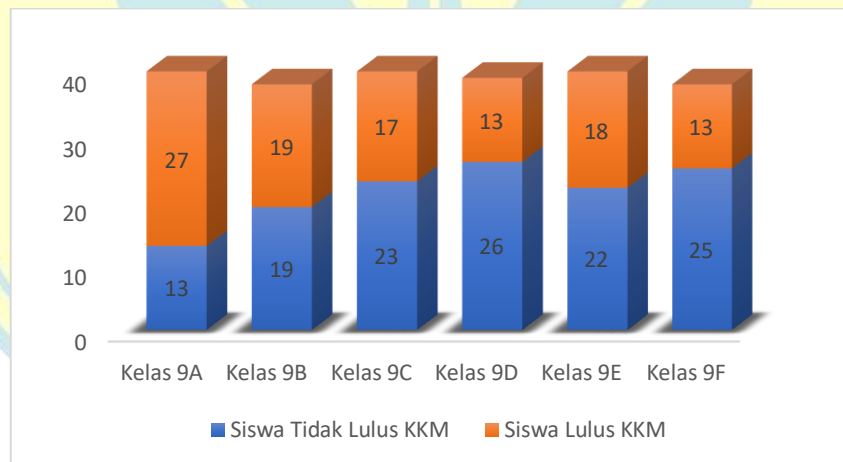
Gambar 1.3 Diagram Batang Perbandingan Siswa Yang Lulus dan Tidak Lulus KKM UAS Kelas 8

Berdasarkan hasil ujian akhir semester pada kelas 8, dapat diketahui bahwa siswa yang tidak lulus KKM lebih banyak daripada ujian tengah semester lalu, rata-rata siswa yang tidak lulus ujian lebih dari 70% dari total siswa di masing masing kelas.



Gambar 1.4 Diagram Batang Perbandingan Siswa Yang Lulus dan Tidak Lulus KKM UTS Kelas 9

Berdasarkan hasil ujian tengah semester pada kelas 9, adanya perbedaan siswa yang tidak lulus KKM pada setiap kelas. Rata-rata siswa yang tidak lulus KKM masih tergolong rendah yaitu masih dibawah 50% dari total masing masing kelas.



Gambar 1.5 Diagram Batang Perbandingan Siswa Yang Lulus dan Tidak Lulus KKM UAS Kelas 9

Berdasarkan hasil ujian akhir semester pada kelas 9, adanya peningkatan jumlah siswa yang tidak lulus KKM. Rata-rata jumlah siswa yang tidak lulus KKM ada di atas 50% pada tiap kelas.

Berdasarkan beberapa kajian terdahulu serta cara belajar siswa di salah satu SMP Negeri di Jakarta Timur yang menjadi acuan penulis untuk menjalankan kajian pengaruh kecemasan belajar terhadap performa akademik menjadi penguat dijalankannya kajian ini di lingkungan SMP

1.2. Identifikasi Masalah

Merujuk pada informasi yang sudah disebutkan sebelumnya, penulis mencatat beberapa permasalahan yang akan dijadikan subjek kajian, seperti berikut:

1. Siswa mengalami kecemasan belajar pada saat proses pembelajaran di sekolah.
2. Kurangnya performa akademik siswa pada mata pelajaran prakarya.

1.3. Pembatasan Masalah

Karena cakupan permasalahan yang cukup luas, diperlukan pembatasan masalah yang jelas dalam menganalisis seluruh permasalahan yang ditemukan. Oleh karenanya, penulis memutuskan untuk membatasi permasalahan yang terkait serta dijelaskan seperti berikut:

1. Menganalisis tingkat kecemasan pada pembelajaran tatap muka.
2. Menganalisis tingkat performa akademik pada pembelajaran tatap muka.
3. Menganalisis pengaruh kecemasan belajar terhadap performa akademik siswa pada pembelajaran.

1.4. Rumusan Masalah

Berdasarkan identifikasi masalah serta batasan masalah di atas, bisa dirumuskan masalah seperti berikut: Apakah terdapat pengaruh kecemasan belajar terhadap performa akademik siswa?

1.5. Kegunaan Penelitian

Merujuk pada permasalahan itu, tujuan dari kajian yang dijalankan penulis ialah untuk memberi manfaat yang bersifat teoritis serta praktis, yakni:

1. Secara Teoritis
 - a. Menambah ilmu pengetahuan serta pembelajaran sehingga kajian ini bisa menjadi bahan tambahan ataupun masukan dalam pengetahuan serta informasi.

- b. Mengetahui ada ataupun tidaknya pengaruh kecemasan belajar terhadap performa akademik pada siswa salah satu SMP Negeri di Jakarta Timur.

2. Secara Praktis

- a. Bagi Mahasiswa Pendidikan Kesejahteraan Keluarga: Kajian ini bisa menjadi referensi serta informasi mengenai kecemasan belajar terhadap performa akademik.
- b. Bagi Penulis: Kajian ini menjadi wadah bagi penulis untuk lebih dalam memahami pengaruh dari kecemasan belajar terhadap performa akademik siswa di salah satu SMP di Jakarta Timur.
- c. Bagi Universitas: Kajian ini diharapkan menjadi bahan pembelajaran ilmiah serta menjadi pelengkap bahan bacaan mahasiswa di perpustakaan Universitas Negeri Jakarta mengenai pengaruh kecemasan belajar terhadap performa akademik.
- d. Bagi Sekolah: Hasil penelitian ini bisa menjadi bahan evaluasi untuk sekolah mengenai proses pembelajaran yang dilakukan di SMP Jakarta untuk menekan angka kecemasan siswa pada saat melakukan pembelajaran.
- e. Bagi Guru: Penelitian ini berguna untuk memahami bagaimana tingkat kecemasan siswa pada saat proses pembelajaran sedang berlangsung sehingga guru dapat melakukan intervensi terhadap proses pembelajaran dengan kondisi siswa.
- f. Bagi siswa: Hasil penelitian ini bisa dijadikan acuan untuk menilai kecemasan akademik dan performa akademik siswa sehingga dapat dijadikan pembelajaran untuk melaksanakan proses belajar di sekolah.