

**PERBEDAAN TINGKAT KECEMASAN SISWA KELAS XII DALAM MENGHADAPI
UJIAN AKHIR SEKOLAH DI SMK SWASTA INSAN MANDIRI**

¹Didik Pratama Putra D, ²Risma Dina, ³Seget Tartiyoso

¹Mahasiswa STKIP Budidaya Binjai

shiddiqm02@gmail.com

²Dosen STKIP Budidaya Binjai

rismadina817@gmail.com

³Dosen STKIP Budidaya Binjai

sigittartiyoso25@gmail.com

ABSTRAK

Tujuan penelitian ini untuk mengetahui perbedaan tingkat kecemasan siswa dalam menghadapi ujian akhir sekolah. Penelitian ini dilakukan di SMK Swasta Insan Mandiri. Metode penelitian ini menggunakan teknik non tes yaitu berupa kuesioner (angket). Sampel penelitian ini berjumlah 88 siswa kelas XII. Teknik pengambilan sampel dilakukan secara random. Hasil penelitian menunjukkan bahwa rata-rata hasil kecemasan siswa perempuan adalah 87,8 % sedangkan rata-rata hasil kecemasan siswa laki-laki adalah 88,86 % dimana kategori kecemasan normal siswa perempuan 12 orang (12%), sedangkan siswa laki-laki 18 orang (40,9%), pada kategori kecemasan ringan siswa perempuan 16 orang (36,4%) sedangkan siswa laki-laki 16 (36,4%), pada kecemasan sedang siswa perempuan 12 orang (27,3%), sedangkan laki-laki 8 orang (18,2%), pada kecemasan berat siswa perempuan 2 orang (4,5%) sedangkan siswa laki-laki 1 (2,3%), pada kecemasan sangat berat perempuan 2 (4,5%) sedangkan siswa laki-laki 1 (2,3%). Dan hasil uji t test maka diperoleh hasil thitung > ttabel yaitu $327 > 1,66$ dan nilai sig (2-tailed) < 0,05 maka H_0 ditolak dan H_a diterima. Jadi dapat disimpulkan ada perbedaan tingkat kecemasan perempuan dan laki-laki.

Kata Kunci : Tingkat kecemasan, Ujian akhir sekolah, Siswa

ABSTRACT

The purpose of this study was to determine the level of student anxiety in facing school final exams. This research was conducted at Insan Mandiri Private Vocational High School. This research method uses a non-test technique in the form of a questionnaire (questionnaire). The sample of this research is 88 students of class XII. The sampling technique was carried out randomly. The results showed that the average anxiety result for female students was 87.8 while the average anxiety result for male students was 88.86 where the normal anxiety category for female students was 12 people (12%), while male students were 18 people (40.9%), in the mild anxiety category 16 female students (36.4%) while 16 male students (36.4%), in moderate anxiety 12 female students (27.3%), while the male male 8 people (18.2%), with severe anxiety 2 female students (4.5%) while male students 1 (2.3%), with very severe anxiety female 2 (4.5%) while students male 1 (2.3%). And the results of the t test, the results obtained are $t_{count} > t_{table}$, namely $327 > 1.66$ and the sig value (2-tailed) < 0.05, then H_0 is rejected and H_a is accepted. So it can be concluded that there are differences in the anxiety levels of women and men.

Keywords : Anxiety Level, School Final Exam, Students.

I. PENDAHULUAN

Ujian akhir sekolah seringkali dianggap beban oleh para siswa. Siswa harus mempersiapkan diri dengan baik agar terhindar dari kegagalan. Kegagalan dalam ujian akhir sekolah akan berdampak pada siswa seperti rasa malu, canggung, minder dan menghindari pergaulan yang pada akhirnya mereka akan kehilangan rasa percaya diri dan siswa akan menjadi cemas.

Menurut Suriyanto,dkk (2009) ujian sekolah usaha Pemerintah untuk mengetahui bagaimana tingkat pemahaman siswa. Salah satu elemen yang menentukan kelulusan siswa adalah ujian terakhir sekolah pada tahun tersebut, menjadikan ujian terakhir sekolah yang paling penting.

Kecemasan merupakan sensasi ketakutan yang tidak menyenangkan dan tidak beralasan, yang seringkali disertai dengan efek samping fisiologis (David dalam Riyadi dan Purwanto, 2013). Seperti yang ditunjukkan oleh Dalam, et al (2005) kecemasan adalah reaksi emosional seseorang, yang dipengaruhi oleh jiwa dan alasan tertentu tidak jelas.

Tergantung pada jenis masalah dan lingkungannya, tingkat kecemasan seseorang dapat dibedakan menjadi kecemasan ringan, kecemasan sedang, kecemasan berat, dan panik. (Stuart, 2007). Ketegangan, gangguan tidur, mual, jantung berdebar, hipertensi, gemetar, diare, kehilangan fokus, bingung, dan gelisah adalah beberapa tanda kecemasan. (Stuart, 2007). Oleh karena itu setiap guru harus memperhatikan setiap siswanya karena kecemasan yang dialami siswa ini dapat mengganggu perkembangannya. Dina (2020) mengungkapkan bahwa tugas perkembangan merupakan suatu tugas yang muncul dalam jangka waktu harapan hidup siswa yang akan berdampak pada kehidupan siswa nantinya.

Penelitian yang dipimpin oleh Ratih (2012), dari 153 orang yang menjawab, 109

mengalami kegugupan tinggi. Siswa dapat mengalami efek samping seperti mabuk, mual, diare, dan kesulitan tidur. Sementara itu, penelitian yang dilakukan Agustiar (2010) Terhadap 440 siswa, 61,30 persen mengalami kegelisahan rendah dan 2,40 persen mengalami kegelisahan tinggi.

Selain itu, dari hasil penelitian Casmi, dkk (2017) mengenai Tingkat Kecemasan Siswa di SDN 02 Bandengan Kendal: Sebagian besar siswa mengalami kecemasan ringan, dan sebagian besar berusia 11 tahun. Siswa sekolah dasar (SD) sering mengalami reaksi kecemasan menjelang ujian umum, termasuk jantung berdebar lebih cepat, kehilangan fokus, menjadi lebih khawatir dari yang diharapkan merasa pemarah atau bereaksi berlebihan.

Berdasarkan dari hasil wawancara dengan berapa siswa Kelas XII di SMK Swasta Insan Mandiri, terdapat siswa mengalami kegelisahan, misalnya tangan yang basah, efek samping mental dan fisik, keadaan yang tidak diinginkan seperti kekhawatiran, kecemasan, ketidakpuasan, bahaya terhadap kepercayaan diri, dan kesulitan untuk mencapai sesuatu yang di luar kemampuan seseorang, yang mengakibatkan hilangnya fiksasi dalam menyelesaikan ujian akhir sekolah.

Melihat paparan di atas jelas bahwa kecemasan dalam menghadapi ujian akhir sekolah merupakan hal yang sangat penting untuk diperhatikan, karena kecemasan ini berpengaruh memberikan dampak dari hasil ujian, kecemasan juga dapat membuat menurunnya daya berfikir dan mengambil keputusan jawaban yang benar dalam mengerjakan soal-soal ujian, perasaan takut, menurunnya rasa percaya diri serta gangguan lain pada fisik.

II. METODOLOGI PENELITIAN

Penelitian ini dilakukan di SMK Swasta Insan Mandiri di Jalan Simpang Tiga. P.Susu, Kec. Brandan Barat, Kab. Langkat. Penelitian ini merupakan eksplorasi logis yang jelas. Dalam eksplorasi ini, pendekatan yang digunakan adalah gambaran umum. Siswa adalah populasi dalam eksplorasi ini. SMK Insan Mandiri. Adapun jumlah populasi penelitian adalah 114 siswa.

III. HASIL PEMBAHASAN

Hasil penelitian informasi diperoleh dengan mengumpulkan informasi melalui angket pendapat mengenai kegelisahan menghadapi ulangan sekolah terakhir pada siswa kelas XII. Hasil dari pengedaran instrumen tersebut akan dijadikan sebagai informasi ujian untuk mengetahui tingkat kegelisahan dalam menghadapi ulangan sekolah terakhir pada siswa kelas XII. sampel dalam penelitian ini adalah 114 siswa.

Dalam hal ini data dianalisis secara deskripsi dengan menyajikan tabel distribusi frekuensi.

Tabel 4.1 Kategori Kecemasan Siswa

Tingkat Kecemasan	Kecemasan Siswa			
	P	%	L	%
Normal	12	12%	18	40,9%
Ringan	16	36,4%	16	36,4%
Sedang	12	27,3%	8	18,2%
Berat	2	4,5%	1	2,3%
Sangat Berat	2	4,5%	1	2,3%

Dari tabel diatas dapat dilihat pada kategori kecemasan normal siswa perempuan 12 orang (12%), sedangkan siswa laki-laki 18 orang (40,9%), pada kategori kecemasan ringan siswa perempuan 16 orang (36,4%) sedangkan siswa laki-laki 16 (36,4%), pada kecemasan sedang siswa perempuan 12 orang

(27,3%), sedangkan laki-laki 8 orang (18,2%), pada kecemasan berat siswa perempuan 2 orang (4,5%) sedangkan siswa laki-laki 1 (2,3%), pada kecemasan sangat berat perempuan 2 (4,5%) sedangkan siswa laki-laki 1 (2,3%).

Tabel 2. Hasil uji independent sample t-test

jenis kelamin	N	Mean	Std.	Std. Error
			Deviation	Mean
Hasil Perempuan	44	87.8636	14.14968	2.13314
Laki-laki	44	88.8636	14.56116	2.19518

Selanjutnya dilakukan uji independent sample t-test untuk mengetahui ada tidak perbedaan antara kecemasan laki-laki dan perempuan. Untuk menentukan nilai ttabel, maka didasarkan pada derajat kebebasan (dk), di mana nilai N = 44 pada taraf signifikan 5%, diperoleh nilai ttabel = 1.662. Berdasarkan hasil analisis uji sampel uji t test independen, ditemukan bahwa hasil thitung lebih besar dari ttabel, yaitu 327 lebih besar dari 1,66 dan nilai sig (2-tailed) kurang dari 0,05, sehingga Ho ditolak dan Ha diterima. Jadi dapat disimpulkan ada perbedaan kecemasan perempuan dan laki-laki.

Penelitian Fauziah & Pujiastuti (2020). Penelitian ini menunjukkan bahwa kecemasan siswa sangat rendah dan akan mengakibatkan pada proses pembelajaran siswa yang menjadi terganggu, karena kecemasan akan menjadi faktor yang sangat mempengaruhi diri seseorang.

Penelitian Farah Zayani (2019) dengan menunjukkan bahwa siswa yang mempunyai nilai tinggi dan mendapat perlakuan berupa layanan informasi dari guru BK telah mampu untuk mengatasi seluruh aspek yang berhubungan dengan kecemasan mengikuti ujian.

Dari beberapa hasil penelitian di atas jelas bahwa setiap orang responnya berbeda-beda

dalam menanggapi sesuatu, ada yang memiliki rasa cemas yang berlebihan dan ada yang tidak. Kecemas yang berada pada tingkat yang sangat serius hendaknya dipusatkan pada siswa itu sendiri, terutama orang-orang terdekatnya, sehingga siswa dapat mengetahui efek samping yang memicu kegelisahan tersebut. Keterbatasan penelitian ini adalah peneliti hanya menggambarkan tingkat kecemasan yang dialami siswa terhadap orientasi, sehingga dari penggambaran tersebut perbedaan antara laki-laki dan perempuan tidak terlalu terlihat. Penelitian ini dapat menjadi referensi bagi para ilmuwan lain, namun disarankan untuk menyelidiki sudut pandang dari berbagai sisi terkait kegelisahan secara lebih mendalam.

KESIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian di atas, dapat diasumsikan bahwa terdapat perbedaan tingkat kegelisahan ditinjau dari jenis kelamin pada kategori kecemasan normal siswa perempuan 12 orang (12%), sedangkan siswa laki-laki 18

Untuk melihat nilai ttabel tergantung pada tingkat peluangnya (dk), di mana nilai $N = 44$ pada taraf signifikan 5%, diperoleh nilai ttabel = 1.662. Berdasarkan hasil analisis uji sampel t tes independen, hasilnya adalah bahwa thitung lebih besar dari ttabel, yaitu 327 lebih besar dari 1,66 dan nilai sig (2-tailed) kurang dari 0,05, sehingga H_0 ditolak dan H_a diterima. Oleh karena itu, dapat disimpulkan bahwa kecemasan perempuan dan laki-laki berbeda.

DAFTAR PUSTAKA

Agustiar, W. dan Asmi, Y. (2010). Kecemasan Menghadapi Ujian Nasional dan Motivasi Belajar siswa Kelas XII SMA N "X" Jakarta Selatan. *Jurnal Psikologi*. 8(1) : 9.

- Arikunto. (2006). *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktek*. Jakarta : PT. Rineka Cipta
- Casmi,dkk, (2017). Tingkat Kecemasan Siswa di SDN 02 Bandengan Kendal. *Jurnal Keperawatan Jiwa*,Volume 5 No 1, Hal 60 - 67, Mei (2017)
- Dina, R. (2020). Analisis Pencapaian Tugas Perkembangan Siswa Sd Negeri Serayu Yogyakarta. *Jurnal Serunai Bimbingan dan Konseling* 9 (1), 1-6
- Daradjat, Zakiah. (2010). *Kesehatan Mental*, Jakarta: Toko Gunung Agung, 2010.
- Erikson, Jung, dkk, (2003). *Teori-Teori Psikodinamik (Klinis)*,Yogyakarta: Kanisius.
- Hornby, A.S. (2010). *Oxford Advanced Learner's Dictionary*, New York: Oxford University Press.
- Moleong, Lexy J. (2017). *Metode Penelitian Kualitatif*, cetakan ke-36, Bandung : PT. Remaja Rosdakarya Offset
- Nasution (2004). *Metode Research : Penelitian Ilmiah*, Jakarta: Bumi Aksara,
- Sukmadinata. N.s. (2009). *Landasan Psikologi dan Proses Pendidikan*.Bandung: PT Remaja Rosdakarya.
- Poerwadarminta, W. J. S., (2015). *Kamus Umum Bahasa Indonesia*, Jakarta: Balai Pustaka.
- Ratih, Ni Komang (2012). "Hubungan Tingkat Kecemasan terhadap Koping Siswa SMUN 16 dalam Menghadapi Ujian Nasional",*Skripsi,Tidak,Dipublikasika* , Depok: Perpustakaan UI.
- Subana, M, dkk (2000). *Statistik Pendidikan*. Bandung. Pustaka Setia.
- Suryanto dkk. (2009). Pengaruh Relaksasi Otot Dalam Menurunkan Skor Kecemasan T- TMAS Mahasiswa Menjeang Ujian Program di Akademi Keperawatan Notokusumo Yogyakarta

- Stuart, Gail W. (2007). *Buku Saku Keperawatan Jiwa Edisi 5*. Jakarta : EGC.
- Suliswati, dkk, (2005). *Konsep Dasar Keperawatan Kesehatan Jiwa*, Jakarta: Encourage Creativity
- Somantri, Sujihati. (2006). *Psikologi Anak Luar Biasa*. Bandung : PT. Refika Aditama
- Sugiyono. (2017). *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D*. Bandung : Alfabeta
- Sugiyono. (2018). *Metode Penelitian Kombinasi (Mixed Methods)*. Bandung: CV Alfabeta.
- Somantri, A & Muhidin, S.A (2006). *Aplikasi Statistika dalam Penelitian*. Yogyakarta: Pustaka Setia.
- Tilaar., H.A.R. (2006). *Standarisasi pendidikan nasional*. Jakarta: Penerbit Rineka Cipta.