

TINGKAT KECEMASAN PADA SISWA KELAS XII SMA NEGERI 5 AMBON DALAM MENGHADAPI UJIAN NASIONAL

¹Sammy A. Walasary

²Anita E. Dundu

²Theresia Kaunang²

¹Kandidat Skripsi Fakultas Kedokteran Universitas Sam Ratulangi Manado

²Bagian Psikiatri Fakultas Kedokteran Universitas Sam Ratulangi Manado

Email: sammyallan_walasary@yahoo.co.id

Abstract: National examination is held to evaluate the competence of Indonesian students after they have finished any formal education level. There is a chance of growing number of students that fail in the examination. Therefore, it becomes an important issue that leads to anxiety among Indonesian students. This study aimed to obtain the anxiety level among SMAN 5 Ambon students facing the national examination. This was a descriptive cross-sectional study design using socio-demographic questionnaire and *Hamilton anxiety rating scale* (HARS). Most of respondents had mild (51.3%) and moderate (40%) level of anxiety.

Conclusion: Anxiety was common among groups of students aged 17 and female.

Keywords: anxiety, national examination, *Hamilton anxiety rating scale*(HARS)

Abstrak:Ujian nasional bertujuan untuk menilai dan mengukur kompetensi peserta didik secara nasional dilaksanakan setelah mengikuti pembelajaran yang diberikan para guru pada pendidikan formal. Salah satu isu yang marak diperbincangkan ialah kekhawatiran tentang kemungkinan banyaknya siswa yang tidak lulus, hal ini akan memicu kecemasan siswa. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui tingkat kecemasan siswa Sekolah Menengah Atas Negeri 5 Ambon dalam menghadapi ujian nasional. Penelitian ini bersifat deskriptif dengan desain potong lintang. Pengumpulan data dilakukan dengan menggunakan kuesioner data sosiodemografik dan *Hamilton anxiety rating scale* (HARS). Sebagian besar responden berada pada kategori kecemasan tingkat ringan (51,3%) dan sedang (40%) dalam menghadapi ujian nasional. **Simpulan:** Kecemasan paling banyak dialami kelompok umur 17 tahun dan jenis kelamin perempuan.

Kata kunci: kecemasan, ujian nasional, *Hamilton anxiety rating scale* (HARS)

Pendidikan nasional mempunyai peranan penting dalam menentukan keberhasilan suatu bangsa, seperti tertuang dalam Undang-Undang Republik Indonesia Nomor 20 Tahun 2003 Pasal 3.¹Hal ini dapat dilihat dari keberhasilan pembelajaran yang dilakukan oleh para guru terhadap para siswanya.² Untuk menilai dan mengukur keberhasilan pembelajaran yang selama ini dilakukan sangat diperlukan adanya suatu evaluasi. Evaluasi dilakukan untuk menilai dan

mengukur sampai sejauh mana tingkat keberhasilan dan kemajuan kegiatan pembelajaran yang telah dilakukan guru kepada siswanya.³

Evaluasi pembelajaran yang diselenggarakan secara nasional atau yang biasa disebut ujian nasional (UN) bertujuan untuk menilai dan mengukur kompetensi peserta didik secara nasional dilaksanakan setelah mengikuti pembelajaran yang diberikan para guru pada pendidikan formal.⁴ Hal ini berdasarkan Undang-

Undang Republik Indonesia nomor 20 tahun 2003 yang menyatakan bahwa dalam rangka pengendalian mutu pendidikan secara nasional dilakukan evaluasi sebagai bentuk akuntabilitas penyelenggara pendidikan kepada pihak-pihak yang berkepentingan.⁵

Salah satu isu yang marak diperbincangkan adalah kekhawatiran tentang kemungkinan banyaknya siswa yang tidak lulus.⁶ Bagi siswa sendiri, adanya UN sebagai penentu kelulusan siswa dalam suatu jenjang pendidikan formal, menjadikan beban yang luar biasa besar bagi calon peserta ujian, bahkan perasaan ini mungkin saja dirasakan sejak siswa menempati kelas akhir dari suatu jenjang.⁷ Siswa mengalami kecemasan jika mereka tidak mampu mencapai standar kelulusan yang telah ditetapkan.⁵ Hal ini seturut dengan pendapat Nevid dkk bahwa ujian merupakan salah satu sumber kecemasan.⁸

Kecemasan adalah pengalaman subjektif dari individu dan tidak dapat diobservasi secara langsung serta merupakan suatu keadaan emosi tanpa objek yang spesifik. Kecemasan terjadi sebagai akibat dari ancaman terhadap harga diri yang sangat mendasar bagi keberadaan individu.⁹ Kecemasan dikomunikasikan secara interpersonal dan merupakan bagian dari kehidupan sehari-hari, menghasilkan peringatan yang berharga dan penting untuk memelihara keseimbangan diri dan melindungi diri.^{10,11}

Stuart dan Sundeen mengidentifikasi tingkat kecemasan menjadi 4 tingkat yaitu: kecemasan ringan, kecemasan sedang, kecemasan berat, dan kecemasan tingkat panik. Kecemasan dalam tingkat ringan dan sedang dapat berpengaruh positif dalam performa belajar siswa, salah satunya dapat meningkatkan motivasi belajar. Namun sebaliknya, dapat berpengaruh buruk apabila kecemasan tersebut dalam tingkat berat ataupun panik.¹² Dua penelitian di Surakarta menunjukkan bahwa rata-rata tingkat kecemasan siswa kelas XII berada pada kategori sedang.^{7,13}

Kecemasan dianggap sebagai salah

satu faktor penghambat dalam belajar yang dapat mengganggu kinerja fungsi-fungsi kognitif seseorang, seperti dalam berkonsentrasi, mengingat, pembentukan konsep dan pemecahan masalah.⁹ Kecemasan dapat berperan dalam timbulnya kelelahan emosional. Gejala kecemasan juga dapat berbentuk gangguan fisik (somatik), seperti: gangguan pada saluran pencernaan, sering buang air, sakit kepala, gangguan jantung, sesak di dada, gemeteran bahkan pingsan.^{13,14}

Sebagai contoh pada penelitian Liu et.al. pada 20 pelajar Amerika Serikat yang menderita asma ringan menunjukkan bahwa tingkat kecemasan para pelajar ini meningkat selama periode ujian dan hal ini dapat memicu peradangan pada saluran nafas sehingga meningkatkan keparahan penyakit asma mereka.¹⁵ Jika kecemasan yang di alami tidak dapat diatasi oleh para siswa maka dapat berakibat pada menurunnya kemampuan siswa dalam mengerjakan soal pada waktu ujian nasional sehingga dapat menyebabkan siswa tersebut dinyatakan tidak lulus karena tidak memenuhi standar minimal nilai kelulusan yang ditetapkan.¹⁶

Berdasarkan latar belakang tersebut maka rumusan masalah pada penelitian ini ialah bagaimana gambaran tingkat kecemasan siswa Sekolah Menengah Atas Negeri 5 Ambon dalam menghadapi ujian nasional. Tujuan penelitian ini untuk mengetahui tingkat kecemasan siswa Sekolah Menengah Atas Negeri 5 Ambon dalam menghadapi ujian nasional.

METODE PENELITIAN

Penelitian ini merupakan survei deskriptif potong lintang. Populasi dalam penelitian ini ialah seluruh siswa kelas XII SMA Negeri 5 Ambon. Metode pengambilan sampel dalam penelitian ini ialah *purposive sampling*, yaitu teknik pengambilan sampel yang kriterianya sesuai dengan keinginan atau tujuan peneliti. Besar sampel yang diambil dalam penelitian ini ditentukan dengan menggunakan rumus Slovin, dengan populasi sebesar 240 dan tingkat kesalahan

yang diharapkan adalah 5% (0,05) maka sampel yang digunakan 150 responden.

Pengumpulan data dilakukan dengan menggunakan kuesioner data sosiodemografik dan *Hamilton anxiety rating scale* (HARS). Kuesioner HARS terdiri dari 14 kelompok pertanyaan yang masing-masing pertanyaan diberi nilai 0-4, dan selanjutnya dijumlahkan, yang dapat menggambarkan tingkat kecemasan seseorang. Data yang telah dikumpulkan melalui kuesioner selanjutnya diolah dan dianalisis menggunakan program SPSS versi 16.0.

HASIL PENELITIAN

Dari total sampel 150 siswa kelas XII SMA Negeri 5 Ambon didapatkan bahwa responden terbanyak yang berjenis kelamin perempuan yaitu 110 siswa (73,3%), sedangkan yang berjenis kelamin laki-laki sebanyak 40 siswa (26,7%). Jumlah responden terbanyak berada pada usia 17 tahun yaitu 96 responden (64%), diikuti oleh usia 16 tahun yaitu 47 responden (31,3%) dan usia 18 tahun sebanyak 7 responden (4,7%). Sebagian besar

responden mengikuti bimbingan belajar yaitu 107 responden (71,3%), dan seluruh responden (100%) mengaku memiliki kepercayaan diri yang tinggi. Dari seluruh responden terdapat 5 siswa (3,4%) tidak memiliki kecemasan, 77 siswa (51,3%) mengalami kecemasan ringan, 60 siswa (40%) mengalami kecemasan sedang, dan 8 siswa (5,3%) mengalami kecemasan berat.

Terdapat perbedaan distribusi kecemasan berdasarkan jenis kelamin (Tabel 1). Pada responden laki-laki yang berjumlah 40, terbanyak mengalami kecemasan tingkat ringan yaitu 22 responden (55%), kemudian kecemasan tingkat sedang yaitu 15 responden (37,5%), tidak ada kecemasan yaitu 3 responden (7,5%), dan tidak ada yang mengalami kecemasan berat sedangkan pada responden perempuan yang berjumlah 110, paling banyak mengalami kecemasan ringan yaitu 55 responden (50%), kemudian kecemasan sedang 45 responden (40,9%), kecemasan berat 8 responden (7,3%), dan tidak ada kecemasan 2 responden (1,8%).

Tabel 1. Distribusi kecemasan berdasarkan jenis kelamin

Jenis kelamin		Tingkat kecemasan				Total
		Tidak ada kecemasan	Kecemasan ringan	Kecemasan sedang	Kecemasan berat	
Laki-laki	Count	3	22	15	0	40
	% within Jenis kelamin	7.5%	55.0%	37.5%	.0%	100.0%
Perempuan	Count	2	55	45	8	110
	% within Jenis kelamin	1.8%	50.0%	40.9%	7.3%	100.0%
Total	Count	5	77	60	8	150
	% within Jenis kelamin Responden	3.3%	51.3%	40.0%	5.3%	100.0%

Kelompok umur yang paling banyak mengikuti penelitian adalah 17 tahun yaitu 96 responden dengan tingkat kecemasan

paling banyak dialami adalah kecemasan ringan (51%). Hal ini serupa dengan 47 responden yang masuk pada kelompok

umur 16 tahun, tingkat kecemasan paling banyak dialami ialah kecemasan ringan (51,1%) sedangkan pada 7 responden yang

berusia 18 tahun, didapatkan 57,1% dengan tingkat kecemasan ringan (Tabel 2).

Tabel 2. Distribusi kecemasan berdasarkan umur

		Tingkat kecemasan					
		Tidak ada kecemasan	Kecemasan ringan	Kecemasan sedang	Kecemasan berat		
Umur Responden	16	Count	3	24	18	2	47
		% within Umur Responden	6.4%	51.1%	38.3%	4.3%	100.0%
	17	Count	2	49	40	5	96
		% within Umur Responden	2.1%	51.0%	41.7%	5.2%	100.0%
	18	Count	0	4	2	1	7
		% within Umur Responden	.0%	57.1%	28.6%	14.3%	100.0%
Total		Count	5	77	60	8	150
		% within Umur Responden	3.3%	51.3%	40.0%	5.3%	100.0%

Responden yang mengikuti bimbingan belajar paling banyak mengalami kecemasan ringan yaitu 58 responden (54,2%), kecemasan sedang yaitu 40 responden (37,4%), kecemasan berat yaitu 7 responden (6,5%), dan 2 responden tidak mengalami kecemasan (1,9%). Untuk kelompok responden yang tidak mengikuti

bimbingan belajar terdapat tingkat kecemasan paling banyak dialami yaitu kecemasan sedang 20 responden (46,5%), kecemasan ringan 19 responden (44,2%), kecemasan berat 1 responden (2,3%), dan 3 responden tidak memiliki kecemasan (7%) (Tabel 3).

Tabel 3. Distribusi kecemasan berdasarkan bimbingan belajar

			Tingkat kecemasan				
			Tidak ada kecemasan	Kecemasan ringan	Kecemasan sedang	Kecemasan berat	Total
Bimbingan belajar	Ya	Count	2	58	40	7	107
		% within Bimbingan belajar	1.9%	54.2%	37.4%	6.5%	100.0%
	Tidak	Count	3	19	20	1	43
		% within Bimbingan belajar	7.0%	44.2%	46.5%	2.3%	100.0%
Total		Count	5	77	60	8	150
		% within Bimbingan belajar	3.3%	51.3%	40.0%	5.3%	100.0%

Seluruh responden mengaku memiliki kepercayaan diri yang tinggi, namun terdapat 5 responden (3,4%) tidak memiliki kecemasan, 77 responden (51,3%)

mengalami kecemasan ringan, 60 responden (40%) mengalami kecemasan sedang, dan 8 responden (5,3%) mengalami kecemasan berat (Tabel 4).

Tabel 4. Distribusi kecemasan berdasarkan kepercayaan diri

		Derajat kecemasan				Total
		Tidak ada kecemasan	Kecemasan ringan	Kecemasan sedang	Kecemasan berat	
Kepercayaan diri ya	Count	5	77	60	8	150
	% within Kepercayaan diri	3.3%	51.3%	40.0%	5.3%	100.0%
Total	Count	5	77	60	8	150
	% within Kepercayaan diri	3.3%	51.3%	40.0%	5.3%	100.0%

BAHASAN

Dari Tabel 1 didapatkan bahwa terdapat 108 responden berjenis kelamin perempuan mengalami kecemasan, sedangkan yang berjenis kelamin laki-laki hanya terdapat 37 responden yang mengalami kecemasan. Hal ini terjadi karena jumlah responden berjenis kelamin wanita lebih banyak dari jumlah responden berjenis kelamin laki-laki (110:40). Hal ini sesuai dengan penelitian lain yang menyatakan bahwa jenis kelamin seseorang tidak menentukan sejauh mana tingkat kecemasan seseorang.¹⁷

Pada Tabel 2 tampak bahwa kelompok usia siswa kelas XII SMA Negeri 5 Ambon berkisar antara 16 hingga 18 tahun, dengan kelompok terbesar berusia 17 tahun. Pada kelompok umur 17 tahun tingkat kecemasan paling banyak yaitu kecemasan ringan yaitu 77 responden, kemudian kecemasan sedang 60 responden, kecemasan berat 8 responden dan 5 responden tidak memiliki kecemasan. Risiko seseorang mengalami kecemasan bukan hanya dinilai dari umur seseorang, terutama bila kelompok yang diteliti adalah kelompok dengan usia sebaya seperti ini, faktor-faktor lain juga harus dipertimbangkan seperti genetika, budaya, dan lingkungan.

Pada Tabel 3 dapat dilihat bahwa terdapat lebih banyak responden yang mengikuti bimbingan belajar mengalami kecemasan. Hal ini hanya disebabkan oleh responden yang mengikuti bimbingan belajar lebih banyak dari responden yang tidak mengikuti bimbingan belajar (107:43).

Hal ini juga sejalan dengan penelitian lain yang menyatakan bimbingan belajar sebagai bentuk dukungan teman sebaya dapat memotivasi siswa untuk lebih giat belajar sehingga dapat mengurangi tingkat kecemasan siswa.¹³

Pada Tabel 4 ditemukan seluruh responden mempunyai rasa percaya diri yang tinggi untuk bisa lulus dalam ujian nasional. Dapat dilihat juga bahwa terdapat 77 responden mengalami kecemasan ringan, 60 responden mengalami kecemasan sedang dan 8 responden mengalami kecemasan berat. Hal ini tidak berbeda jauh dengan dua penelitian sebelumnya di Surakarta yang menyatakan tingkat kecemasan sebagian besar siswa yang akan mengikuti ujian nasional berada pada kategori sedang.^{7,13} Hal ini di sebabkan karena kecemasan siswa saat menghadapi ujian nasional sifatnya situasional atau hanya dalam jangka waktu yang singkat.

SIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian dapat disimpulkan bahwa sebagian besar responden berada pada kategori kecemasan tingkat ringan-sedang dalam menghadapi ujian nasional. Kecemasan paling banyak dialami kelompok umur 17 tahun dan jenis kelamin perempuan karena kedua kelompok ini mendominasi keseluruhan responden. Bagi peneliti lain yang berminat dengan tema yang sama dengan penelitian ini disarankan agar dapat lebih cermat mempertimbangkan faktor-faktor lain yang diperkirakan dapat mempengaruhi tingkat

kecemasan siswa seperti dukungan sosial dari keluarga, peran guru pembimbing dan guru mata pelajaran di sekolah, serta kepribadian siswa itu sendiri yang rentan terhadap rasa cemas.

DAFTAR PUSTAKA

1. **Sayekti IC, Sarwanto, Suparmi.** Pembelajaran IPA Menggunakan Pendekatan Inkuiri Terbimbing Melalui Metode Eksperimen dan Demonstrasi Ditinjau dari Kemampuan Analisis dan Sikap Ilmiah Siswa. *Jurnal Inkuiri* 2012;1(2):142-53
2. **Sudijono A.** Pengantar Evaluasi Pendidikan. Jakarta: Raja Grafindo Persada. 2007:7-13
3. **Daryanto.** Evaluasi Pendidikan. Jakarta: Rhineka Cipta. 2001:12-14
4. **Soedijarto.** Kurikulum, Sistem Evaluasi, dan Tenaga Pendidikan sebagai Unsur Strategis dalam Penyelenggaraan Sistem Pengajaran Nasional. *Jurnal Pendidikan Penabur* 2004;3:89-107
5. **Arikunto S.** Dasar-dasar Evaluasi Pendidikan. Jakarta: Bumi Aksara. 2008:7-19
6. **Ayuningtyas RP.** Hubungan Antara Persepsi Terhadap Kompetensi Guru dengan Kecemasan Menghadapi Ujian Nasional (UN) pada Siswa Kelas IX SMPN 9 Semarang. Semarang: Undip. 2009:1-9
7. **Pratiwi AP.** Hubungan antara Kecemasan Akademis dengan Self-regulated Learning pada Siswa Rintisan Sekolah Bertaraf Internasional di SMA Negeri 3 Surakarta. Semarang: Undip. 2009:95-123
8. **Nevid JS, Rathus SA, Greene B.** Psikologi Abnormal. Edisi Kelima. Jilid 1. Alih bahasa: Jeanette Murad, dkk. Jakarta: Erlangga. 2005:163-66
9. **Stewart DW, de Vries J, Singer DL, Degen GG, Wener P.** Canadian Dental Students' Perceptions of Their Learning Environment and Psychological Functioning Over Time. *Journal of Dental Education* 2006;70(9):972-81
10. **Hawari D.** Manajemen Stress, Cemas dan Depresi. Jakarta: EGC. 2001:34-9
11. **Sukmadinata NS.** Landasan Psikologi Proses Pendidikan. Bandung: Remaja Rosdakarya. 2003:20-34
12. **Stuart GW, Sundeen SJ.** Keperawatan Jiwa. Edisi Ketiga. Jakarta: EGC. 1998:61-86
13. **Puspitasari YP, Abidin Z, Sawitri DR.** Hubungan antara Dukungan Sosial Teman Sebaya dengan Kecemasan Menjelang Ujian Nasional (UN) pada Siswa Kelas XII Reguler SMA Negeri 1 Surakarta. Semarang: Undip. 2010:1-15
14. **Suliswati.** Konsep Dasar Keperawatan Kesehatan Jiwa. Jakarta: EGC. 2005:22-5
15. **Liu LY, et al.** School Examinations Enhance Airway Inflammation to Antigen Challenge. *Am J Respir Crit Care Med* 2002;165:1062-7
16. **Santrock JW.** Psikologi Pendidikan. Edisi Kedua. Cetakan 1. Alih bahasa Tri Wibowo B. S. Jakarta: Kencana. 2007:41-44
17. **Wahyuni S.** Hubungan antara Kepercayaan Diri dengan Kecemasan Berbicara di depan Umum pada Mahasiswa Psikologi. *eJournal Psikologi* 2014;2(1):50-64