

Gambaran tingkat kecemasan dengan pengukuran TMAS dan prestasi belajar siswa perempuan dan laki-laki kelas 1 SMA Negeri 1 Kawangkoan

¹Miracle H. Mamuaya

²Christofel Elim

²Lisbeth F. J. Kandou

¹Kandidat Skripsi Fakultas Kedokteran Universitas Sam Ratulangi Manado

²Bagian Psikiatri Fakultas Kedokteran Universitas Sam Ratulangi Manado

Email: miraclechicharito@gmail.com

Abstract: Anxiety arises as a result of the response to stress or conflicts. This is commonly occurs when a person experiences any changes in his/her life and is required to be able to adapt. Anxiety is the most common mental disorders. Around 20% of the world population suffers from anxiety and as many as 47.7% of teenagers often feel anxious. High school students are prone to anxiety. Psychosocial stressor is any situation that causes a change in one's life so that he/she is forced to adapt or cope with stressors that arise. Changes in the learning environment has also become one of the trigger factors of anxiety and depression in high school students. This study aimed to obtain the difference of the degrees of anxiety and depression between high school male students and female students. This was a descriptive analytical study with a cross sectional design. All respondents' achievement and levels of anxiety obtained from TMAS questionnaires were noted. In this study there were 144 selected respondents consisted of 74 female students and 70 male students; all were grade 1 students. The results showed that most male students did not experience anxiety (43 students; 61.42%). On the contrary, most female students experienced anxiety (57 students; 77.02%). Among the male students, most of them who did not experience anxiety had an average value between 80-90 meanwhile among the female students most of them who experienced anxiety had a value achievement of 80-90. **Conclusion:** There was no relationship between the level of anxiety and value of achievement among high school students in Kawangkoan.

Keywords: homeostasis, psychosocial stressors, distorted perception.

Abstrak: Kecemasan timbul akibat adanya respon terhadap kondisi stres atau konflik. Hal ini biasa terjadi bila seseorang mengalami perubahan situasi dalam hidupnya dan dituntut untuk mampu beradaptasi. Kecemasan merupakan gangguan mental terbesar. Diperkirakan 20% dari populasi dunia menderita kecemasan dan sebanyak 47,7% remaja sering merasa cemas. Siswa SMA rentan terhadap kecemasan. Stresor psikososial adalah setiap keadaan yang menyebabkan perubahan dalam kehidupan seseorang sehingga orang itu terpaksa beradaptasi atau menanggulangi stresor yang timbul. Perubahan lingkungan belajar juga menjadi salah satu faktor pencetus kecemasan dan depresi pada siswa SMA. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui perbedaan derajat kecemasan dan depresi antara siswa SMA laki-laki dan perempuan kelas 1 SMA Negeri 1 Kawangkoan. Jenis penelitian ini deskriptif analitik dengan desain potong lintang. Dari keseluruhan responden gambaran yang diamati meliputi nilai capaian siswa dan tingkat kecemasan yang diperoleh dari kuesioner TMAS. Dari hasil penelitian diperoleh 144 responden yang terdiri dari 74 siswa perempuan dan 70 siswa laki-laki dari siswa kelas 1. Sebagian besar remaja laki-laki tidak mengalami kecemasan yakni sebanyak 43 siswa (61,42%) sedangkan pada siswa perempuan sebagian besar mengalami kecemasan yakni sebanyak 57 siswa (77,02%). Pada remaja laki-laki jumlah terbanyak siswa

yang tidak mengalami kecemasan memiliki nilai rata-rata antara 80-90. sedangkan pada remaja perempuan yang memiliki jumlah kecemasan tertinggi berada pada nilai capaian 8.

Simpulan: Tidak ditemukan hubungan antara tingkat kecemasan dan nilai capaian studi pada siswa SMU kelas 1 SMA Negeri 1 Kawangkoan.

Kata kunci: homeostasis, stresorsikososial, distorsipersepsi

Kecemasan timbul akibat adanya respon terhadap kondisi stres atau konflik. Hal ini biasa terjadi dimana seseorang mengalami perubahan situasi dalam hidupnya dan dituntut untuk mampu beradaptasi.¹

Kecemasan akrab sekali dengan kehidupan manusia yang melukiskan kekhawatiran, kegelisahan, ketakutan dan rasa tidak tenang yang biasanya dihubungkan dengan ancaman bahaya baik dari dalam maupun dari luar individu.² Kecemasan merupakan gejala normal pada manusia dan disebut patologik bila gejalanya menetap dalam jangka waktu tertentu dan mengganggu ketentraman individu. Kecemasan sangat mengganggu homeostasis dan fungsi individu, karena itu perlu segera dihilangkan dengan berbagai macam cara penyesuaian.³

Kecemasan merupakan gangguan mental terbesar. Diperkirakan 20% dari populasi dunia menderita kecemasan dan sebanyak 47,7% remaja sering merasa cemas.^{4,5}

Siswa SMU rentan terhadap kecemasan. Stresor psikososial adalah setiap keadaan yang menyebabkan perubahan dalam kehidupan seseorang sehingga orang itu terpaksa beradaptasi atau menanggulangi stresor yang timbul. Perubahan lingkungan belajar juga menjadi salah satu faktor pencetus kecemasan dan depresi pada siswa SMU.

Kecerdasan bukanlah satu-satunya faktor yang menentukan sukses atau tidaknya seseorang dalam belajar, tapi ketenangan jiwa juga mempunyai pengaruh atas kemampuan untuk menggunakan kecerdasan tersebut.⁶ Kecemasan memengaruhi hasil belajar siswa, karena kecemasan cenderung menghasilkan kebingungan dan distorsi persepsi. Distorsi tersebut dapat mengganggu belajar dengan menurunkan kemampuan memusatkan

perhatian, menurunkan daya ingat, mengganggu kemampuan menghubungkan satu hal dengan yang lain.⁷

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui apakah terdapat perbedaan derajat kecemasan dan depresi antara siswa SMU laki-laki dan perempuan.

METODE PENELITIAN

Jenis penelitian ini ialah deskriptif analitik dengan desain potong lintang. Penelitian ini dilakukan di SMU Negeri 1 Kawangkoan. Teknik sampling yang digunakan dalam penelitian ini ialah *purposive random sampling*.

Responden mengisi kuesioner TMAS untuk mengetahui angka kecemasan. Responden dinyatakan cemas bila jumlah jawaban ya pada pilihan yang *favorable* dan jumlah jawaban tidak pada pilihan yang *unfavorable* ≥ 21 .

HASIL PENELITIAN

SMU negeri 1 Kawangkoan berada di Kecamatan Kawangkoan Kabupaten Minahasa. Sekolah ini memiliki laboratorium, perpustakaan, aula serba guna, halaman/lapangan olah raga, kantin, ruang tata usaha, ruang guru, dan ruang kepala sekolah.

Dalam penelitian ini responden yang terpilih sebanyak 144 responden dari kelas 1 yakni 74 responden perempuan dan 70 responden laki-laki. Dari keseluruhan responden gambaran yang diamati meliputi nilai capaian siswa dan tingkat kecemasan yang diperoleh dari kuesioner TMAS.

Pada Tabel 1 dapat dilihat bahwa umumnya nilai remaja perempuan memiliki nilai di atas rata-rata yakni sebanyak 64 siswa (93,3%), dengan nilai terendah antara 60-70 yakni sebanyak 3 siswa (4,28%). Pada siswa laki-laki ditemukan nilai tertinggi >90 sebanyak 2 siswa (2,85%),

namun ada juga siswa laki-laki yang memiliki nilai <60 sebanyak 10 siswa (14,28%).

Tabel 1. Distribusi nilai capaian siswa kelas I SMA negeri 1 Kawangkoan

Distribusi nilai capaian	Laki-laki		Perempuan	
	N	%	N	%
> 90	2	2,85	0	0
80-90	48	68,57	64	93,3
70-80	7	10	7	10
60-70	3	4,28	3	4,28
< 60	10	14,28	0	0

Pada Tabel 2 dapat dilihat bahwa sebagian besar siswa laki-laki tidak mengalami kecemasan yakni sebanyak 56 siswa (80%). Hal ini berbeda dengan siswa perempuan dimana sebagian besar siswa perempuan mengalami kecemasan yakni sebanyak 65 siswa (87,83%).

Tabel 2. Distribusi kecemasan siswa kelas 1 SMA Negeri 1 Kawangkoan

Jenis kelamin	Cemas		Tidak cemas	
	N	%	N	%
Laki-laki	14	20	56	80
Perempuan	65	87,83	9	12,85

Pada Tabel 3 dapat dilihat bahwa sebagian besar remaja laki-laki tidak mengalami kecemasan yakni sebanyak 43 siswa (61,42%). Keadaan ini berbeda dengan siswa perempuan yaitu sebagian besar siswa perempuan mengalami kecemasan yakni sebanyak 57 siswa perempuan (77,02%). Pada siswa laki-laki jumlah terbanyak yang tidak mengalami kecemasan memiliki nilai rata-rata antara 80-90, sedangkan pada siswa perempuan yang memiliki jumlah kecemasan tertinggi berada pada nilai capaian 80-90.

Tabel 3. Distribusi nilai capaian dan tingkat kecemasan remaja siswa kelas 1 SMA Negeri 1 Kawangkoan

Nilai Capaian	Laki-laki				Perempuan			
	Cemas		Tidak cemas		Cemas		Tidak cemas	
	N	%	N	%	N	%	N	%
> 90	0	0	2	2,85	0	0	0	0
80-90	5	7,14	43	61,42	57	77,02	7	10
70-80	4	5,71	3	4,28	5	6,75	2	2,70
60-70	0	1,42	3	4,28	3	4,05	0	0
< 60	5	7,14	5	7,14	0	0	0	0

BAHASAN

Pada penelitian ini dapat dilihat bahwa capaian nilai studi tertinggi dicapai oleh laki-laki, demikian juga dengan capaian nilai studi terendah. Hal ini berbeda dengan capaian nilai studi yang dicapai oleh siswi perempuan yang memiliki nilai di atas rata-rata, namun tidak melebihi nilai tertinggi siswa laki-laki dan tidak lebih rendah daripada capaian siswa laki-laki. Keberhasilan belajar siswa selain ditentukan oleh kemampuan kognitif, ternyata terdapat faktor bukan kognitif yang tidak

kalah penting bahkan dapat memengaruhi perkembangan seseorang.

Banyak anak-anak dengan taraf kecerdasan tinggi yang sebenarnya berpotensi untuk berprestasi bagus namun justru memiliki prestasi rendah karena beberapa faktor yang mendukung untuk berprestasi tidak dimilikinya serta tidak *task commitment*.⁸ Komitmen terhadap tugas (*task commitment*) secara awam dapat dipahami sebagai motivasi dari dalam diri atau motivasi internal yang dapat menjadi daya dorong amat kuat untuk memunculkan

potensi yang dimiliki. Rendahnya keterikatan terhadap tugas dapat memunculkan kesenjangan antara potensi yang dimilikinya dengan prestasi yang ditunjukkannya.⁹ Prestasi hasil belajar atau juga disebut sebagai prestasi belajar adalah nilai atau skor yang diperoleh siswa setelah mengikuti kegiatan pembelajaran dalam waktu yang tertentu. Prestasi belajar adalah hasil penilaian pendidik terhadap proses belajar dan hasil belajar siswa atau juga kemampuan-kemampuan yang dimiliki siswa setelah siswa menerima pengalaman belajarnya. Penilaian tersebut dilakukan untuk menentukan seberapa jauh proses belajar dan hasil belajar siswa telah sesuai dengan tujuan instruksional yang sudah ditetapkan, baik menurut aspek isi maupun aspek perilaku. Penelitian yang dilakukan oleh Basse, Joshua dan Alice pada tahun 2008 menyebutkan bahwa jenis kelamin ternyata memiliki keterkaitan dengan prestasi belajar. Perempuan cenderung lebih berprestasi daripada laki-laki dalam nilai pelajaran.¹⁰ Hasil kajian mereka menunjukkan bahwa terdapat konsistensi yang lebih tinggi antara usia dan tingkat pendidikan bagi perempuan dibandingkan laki-laki. Secara implisit dapat diartikan bahwa perempuan lebih berhasil di sekolah daripada laki-laki. Penelitian Naderi et al. pada tahun 2009 menunjukkan korelasi lemah antara jenis kelamin dan prestasi akademik sehingga faktor jenis kelamin ini tidak dapat secara utuh atau menjadi satu-satunya aspek pembanding prestasi belajar siswa.¹¹ Pada penelitian ini, ditemukan bahwa nilai siswa laki-laki memiliki nilai tertinggi dan terendah, sedangkan nilai prestasi siswa perempuan memiliki nilai di bawah nilai laki-laki, tetapi di atas nilai rata-rata. Hal ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Basse et al. bahwa jenis kelamin perempuan memiliki nilai lebih tinggi daripada jenis kelamin laki-laki.

Pada penelitian ini dapat dilihat bahwa sebagian besar siswa perempuan SMA Negeri 1 Kawangkoan mengalami kecemasan yang berbeda dengan siswa laki-laki. Penelitian yang dilakukan oleh

Sudrajat tahun 2008 mengatakan bahwa faktor-faktor pemicu timbulnya cemas pada siswa diklasifikasikan menjadi tiga yaitu: faktor kurikulum, faktor guru, dan faktor manajemen sekolah. Remaja perempuan memiliki tingkat kecemasan lebih tinggi dibandingkan laki-laki. Perempuan lebih merasa dirinya kurang kompeten, kurang logis, dan kurang independen daripada laki-laki. Laki-laki merasa kurang sensitif dalam interpersonalnya, hangat dan ekspresif. Hasil penelitian yang didapatkan dari Sudrajat sama dengan hasil penelitian saat ini dimana didapatkan bahwa perempuan memiliki kecemasan yang lebih tinggi daripada siswa laki-laki.¹²

SIMPULAN

Dari hasil penelitian dan bahasan dapat disimpulkan bahwa tidak terdapat hubungan antara tingkat kecemasan dan nilai capaian studi pada siswa SMU Negeri 1 Kawangkoan.

Penelitian lebih lanjut diperlukan untuk menegaskan hasil ini.

DAFTAR PUSTAKA

1. **Philip S, Patch VD.** Handbook of Psychiatry (3rd ed). California: Lange Medical, 1974; p. 50-3.
2. **Prawirohusodo S.** Ansietas. Simposium Gangguan Kecemasan dan Penanggulangannya dalam Praktek Sehari-hari. Surakarta: Ikatan Dokter Ahli Jiwa Indonesia Cabang Surakarta, 1991.
3. **Maramis WF.** Catatan Ilmu Kedokteran Jiwa. Surabaya: Airlangga University Press, 2005; p 38, 107, 252-4.
4. **Stuart GW.** Buku Saku Keperawatan Jiwa. Jakarta: EGC, 2002; p. 144.
5. **Haryadi, Doddy.** 2007. Perilaku bermasalah remaja muncul lebih dini. [cited 2009 Oct 19]. Available from: <http://www.duniaguru.com>.
6. **Setyonegoro RK.** Ansietas dan Depresi, Suatu Tinjauan Umum tentang Diagnostik dan Tatalaksana. Jakarta: Dharma Husada, 1991; p. 2-4.
7. **Daradjat Z.** Kesehatan Mental. Jakarta: Aji Masagung, 1988; p. 106.
8. **Kaplan HI, Saddock BJ.** Sinopsis Psikiatri (8th ed). Jakarta: Bina Rupa Aksara,

- 2005; p. 1-8.
9. **Trismiati.** 2004. Perbedaan tingkat kecemasan antara pria dan wanita akseptor kontrasepsi mantap di RSUP Dr. Sardjito Yogyakarta. [cited 2009 Oct 10]. Available from: http://www.psikologi.binadarma.ac.id/jurnal/jurnal_trismiati.pdf.
10. **Kaplan HI, Saddock BJ.** Synopsis of Psychiatry (7th ed). Philadelphia: Lange Medical Publication Maruzen, 1997; p. 777-817.
11. **Conley T.** Breaking free from the anxiety trap. 4 October 2009. Available from: <http://www.wshg.org.uk>.
12. **Butcher JN.** A beginner's guide to the MMPI-2 (2nd ed). Washington DC: American Psychological Association, 2005; p. 3-5.