

ANALISIS TINGKAT KECEMASAN PADA SISWA SEKOLAH MENENGAH KEJURUAN (SMK) DALAM MENGHADAPI UJIAN NASIONAL

Ratna Kurniawati¹, Tri Suraning Wulandari², Retno Lusmiati A³

¹Akper alkautsar Temanggung, ratnaummudzaky@gmail.com

²Akper Alkautsar Temanggung, woelancahya@yahoo.com

³AkperAlkautsar Temanggung retno30kusuma@gmail.com

ABSTRAK

Latar belakang : Ujian Nasional merupakan evaluasi bagi siswa tingkat akhir dari suatu jenjang pendidikan yang dilaksanakan serentak secara nasional di seluruh Indonesia. Evaluasi ini memiliki tujuan sebagai pengukuran kemampuan siswa sesudah melakukan pembelajaran bersama guru di sekolah masing-masing. Topik permasalahan paling sering diperbincakan menjelang kegiatan ujian nasional adalah kekhawatiran apabila banyak siswa tidak lulus dalam ujian tersebut. Kecemasan menjadi factor menghambat kemampuan belajar dan fungsi kognitif seseorang terutama dalam hal konsentrasi, daya ingat, konseptual, dan memecahkan permasalahan. **Tujuan** : menganalisa korelasi tingkat kecemasan pada siswa SMK saat ujian Nasional. **Metode** : dengan pendekatan kuantitatif crosssectional. Analisa kecemasan diukur menggunakan korelasi pearson. **Hasil** : jumlah sampel 161 siswa, responden laki-laki 36 siswa (22,4%) dan perempuan 125 siswa (77,6%). Siswa merasakan kecemasan ada 73 orang (45,3%) dengan variasi tingkat kecemasan yang dialami yaitu tingkat ringan 55 siswa (34,2%), tingkat sedang 19 siswa (11,8%), tingkat berat 14 siswa (8,7%). Hubungan kecemasan didapatkan nilainya ada $0,004 < \alpha$ (0,05) menunjukkan ada hubungan kuat antara kecemasan pada siswa SMK laki-laki atau perempuan sebelum ujian nasional. **Simpulan** : diperoleh hubungan signifikan berkaitan kecemasan siswa SMK sebelum menjalani ujian nasional. Tingkat kecemasan setiap siswa cukup bervariasi. Pihak sekolah perlu mempersiapkan metode untuk menurunkan tingkat kecemasan bagi siswa agar dapat melewati ujian Nasional tanpa rasa cemas dan mendapat hasil terbaik

Kata kunci : Kecemasan, Siswa, Ujian Nasional

ABSTRAK

Background: The National Examination is an evaluation for final year students from a level of education which is carried out simultaneously nationally throughout Indonesia. This evaluation aims to measure the ability of students after participating in learning by teachers in their respective schools. The most frequent topic of discussion ahead of the national exam activities is the concern if many students do not pass the exam. Anxiety is a factor that hinders a person's learning ability and cognitive function, especially in terms of concentration, memory, conceptual, and problem solving. **Objective:** to analyze the correlation of anxiety levels in SMK students when facing the National exam. **Method:** using a cross-sectional quantitative approach. Anxiety analysis was measured using Pearson's correlation. **Results:** The number of samples was 161 students, male respondents were 36 students (22.4%) and female respondents were 125 students (77.6%). 73 students (45.3%) experienced anxiety with variations in the level of anxiety experienced, namely mild level 55 students (34.2%), moderate level 19 students (11.8%), severe level 14 students (8.7%). Anxiety correlation obtained a value of $0.004 < \alpha$ (0.05) indicating that there is a strong relationship between anxiety in male and female vocational students before the national exam. **Conclusion:** there is a significant relationship with the

anxiety of vocational students before taking the national exam. The anxiety level of each student is quite varied. The school needs to prepare a method to reduce anxiety levels for students so they can pass the National exam without worry and get the best results

Keywords: Anxiety, Students, National Examination

A. Latar Belakang

Pendidikan berperan vital menentukan keberhasilan sebuah bangsa, termaktub dalam UU RI No. 20 Tahun 2003 Pasal 3 (Sayekti,2012). Alat pengukuran pada kesuksesan pembelajaran melalui evaluasi. “Evaluasi diterapkan sebagai pengukuran dan penilaian seberapa jauhnya tingkat kemajuan dan keberhasilan aktivitas pembelajaran yang sudah diterapkan oleh guru untuk siswa” (Daryanto,2001).

Evaluasi pembelajaran dengan nasional dikenal dengan ujian nasional (UN) dimana memiliki tujuan menjadi pengukuran dan penilaiann kompetensi siswa dengan nasional. Ini sesuai dalam UU RI No. 20 tahun 2003 menjelaskan “sebagai pengendalian kualitas pendidikan dalam lingkup nasional diterapkan evaluasi untuk akuntabilitas pelaksanaan pendidikan untuk pada pihak yang memerlukannya” (Arikunto, 2008).

Perbincangan hangat beredar di masyarakat yaitu kemungkinan banyak siswa tidak lulus ujian nasional (Ayuningtyas RP,2008). Ujian nasional merupakan dasar untuk menentukan kelulusan siswa yang menempuh pendidikan formal, berakibat beban sangat besar untuk calon peserta ujian. Siswa tingkat akhir suatu jenjang pendidikan mulai muncul perasaan cemas (Pratiwi AP, 2009). Kecemasan terjadi jika siswa tidak bisa mewujudkan nilai batas lulus yang ditentukan, oleh karena itu ujian menjadi sebuah kecemasan (Nevid JS, 2005).

Kecemasan adalah pengalaman subjektif seseorang yang bisa diamati langsung Kecemasan menjadi penyebab ancaman harga diri individu yang begitu mendasari (Stewart DW, 2006). Kecemasan dari sudut pandang interpersonal yakni sebuah keseharian hidup, menghasilkan peringatan utama pada pemeliharaan keseimbangan diri serta perlindungan dirinya (Hawari, 2001 dan Sukmadinata,2003).

Stuart dan Sundeen membagi kecemasan ada 4 tingkatan yaitu: kecemasan berat, sedang dan ringan serta panik. Kecemasan ringan serta sedang memberikan dampak positif untuk prestasi pembelajaran siswa, salah satunya upaya peningkatan motivasi belajar. Sedangkan tingkat berat dan panik berakibat buruk (Stuart GW, 1998). Menurut Pratiwi dan Puspitasari yang melakukan temuan di Surakarta menyatakan tingkat kecemasan siswa kelas XII ada dalam kriteria sedang (Pratiwi AP, 2009 dan Puspitasari YP, 2010).

Kecemasan dinilai sebagai faktor hambatan pembelajaran sehingga memberikan gangguan kinerja fungsi kognitif yaitu konsentrasi, kemampuan mengingat, memecahkan permasalahan dan membentuk suatu konsep (Stewart, 2006). Kecemasan menimbulkan kelelahan emosional. Tanda kecemasan secara fisik diantaranya buang air terus menerus, gangguan pencernaan, gangguan jantung, sakit kepala, gemetar, dada sesak, pingsan (Puspitasari YP, 2010 dan Suliswati, 2005).

Temuan Liu dkk terhadap 20 pelajar berlatar belakang merasakan asma ringan di Amerika Serikat, saat mengalami kecemasan akan merangsang peradangan saluran pernapasan hingga asma bertambah parah. Apabila kecemasan yang dialami tidak teratasi berdampak pada kemampuan siswa menyelesaikan soal ujian, maka nilai standar kelulusan tidak terpenuhi. (Liu LY,2022)

Berdasarkan latar belakang maka penelitian di atas, rumusan masalah penelitian artikel ilmiah ini yaitu bagaimana penjelasan tingkat kecemasan siswa SMK 17 Temanggung untuk melakukan Ujian Nasional. Tujuan penelitian adalah melihat gambaran tingkat kecemasan siswa Sekolah Menengah Kejuruan 17 Temanggung untuk menghadapi ujian nasional.

Metode Penelitian

Penelitian kecemasan dilakukan secara kuantitatif menggunakan *crosssectional*. Teknik pengambilan sampel menggunakan *purposive sampling*. Peneliti hendak melihat keterkaitan dari penerapan ujian akhir nasional pada tingkat kecemasan pada anak SMK. Besar sampelnya dipilih berdasarkan rumus Slovin. Banyaknya populasi adalah siswa SMK sebanyak 200 siswa dengan tingkat kesalahan 5% (0,05) maka kebutuhan sampel sebanyak 161 responden dipilih menggunakan *nonprobability sampling*. Penelitian dilaksanakan dengan membagikan kuesioner tingkat kecemasan satu bulan sebelum Ujian Nasional terlaksana. Variabel independent penelitian yaitu ujian akhir nasional, sedangkan variable dependen tingkat kecemasan. Definisi operasional dari tingkat kecemasan yaitu ukuran emosi atau kecemasan tidak baik dalam individu dilakukan pengukuran melalui kuesioner kecemasan terstandar. Kuesioner berupa data demografi dan Hamilton anxiety rating scale (HARS) dibagi dalam 14 kelompok pertanyaan bernilai 0-4 poin, keseluruhan jawaban dari responden dihitung untuk mendapat skor gambaran kecemasan seseorang. Pengambilan data dilakukan pada bulan Desember tahun 2018. Analisa data diterapkan melalui uji korelasi pearson dan univariate.

Hasil Penelitian

Responden penelitiannya yaitu siswa SMK 17 Temanggung kelas III sebanyak 161 siswa. Siswa laki-laki sejumlah 36 orang (22,4 %) dan siswi perempuan sebanyak 125 orang (77,6%). Penilaian kecemasan menggunakan kuesioner HARS (*Hamilton Anxiety Range Skore*). Gambaran responden dapat dilihat pada tabel 4.1

Tabel 1.1. Karakteristik responden

Jenis kelamin	Jumlah siswa	Persen (%)	Valid Persen	Cumulative Percent
laki-laki	36	22,4	22,4	22,4
Perempuan	125	77,6	77,6	100,0
Total	161	100,0	100,0	

Siswa dengan merasakan kecemasan ada 73 siswa (45,3%), Kecemasan sedang 19 siswa (11,8%), ringan 55 siswa (34,2%), berat 14 siswa (8,7%). Dan ada siswa tidak merasakan cemas sesuai Tabel 4.2.

Tabel 1.2 Hasil tingkat kecemasan

Tingkat kecemasan	Jml siswa	Persentase (%)
Tidak ada	73	45,3
Ringan	55	34,2
Sedang	19	11,8
Berat	14	8,7
	161	100,0

Analisa data berawal dari pengujian normalitan menggunakan one 0,000 menjelaskan data terdistribusi normal. Hubungan kecemasan pada persiapan ujian UN dengan uji korelasi pearson didapatkan $0,004 < \alpha (0,05)$, dimana adanya hubungan kecemasan dari siswa perempuan dan laki-laki padaaktivitas ujian nasional anak SMK.

Analisa data dilakukan dengan uji normalitas agar bisa melihat apakah data terdistribusi normal atau tidak, melalui *one sample Kolmogorov smirnov test* dan signifikansinya 0,05 serta apabila $< 0,05$ maka menerapkan *uji meen whitney test*. Didapatkan pengujian normalitas 0,000 menjelaskan data berdistribusi normal. Korelasi kecemasan pada persiapan UN dilakuakn pengukuran melalui *korelasi pearson* senilai $0,004 < \alpha (0,05)$, dimana adanya hubungan kecemasan antar siswa pada aktivitas Ujian Nasional (UN) siswa SMK 17 Temanggung. Siswa laki-laki dan perempuan mempunyai kesempatan serupa dalam merasakan kecemasan.

Pembahasan

1. Respon Kecemasan pada anak SMK

Temuan Untari (2014) menyebutkan respon fisiologis kecemasan tingkat ringan dan tingkat sedang yaitu peningkatan kapasitas individu. Kecemasan tingkat panik dan berat justru bisa membuat kapasitas yang berlebih dan lemah. Respon fisiologis berkaitan pada kecemasan mendapatkan pengaturan dari otak pada sistem otomatis, dimana reaksinya menghasilkan respon parasimpatis dan respon simpatis. Respon ini menyebabkan individu yang pendiam dan memberikan pengurangan pada aktifitas dan respon simpatis membuat seorang lebih aktif sering disebut "hiperaktif". Kedua hal tersebut kurang bermanfaat bagi tubuh, terlihat secara nyata individu merasakan kecemasan akan terganggu psikomotorik, afektif, dan kognitifnya (Lastina & Abidin, 2013).

Gangguan kognitif membuat seseorang sulit berkonsentrasi secara maksimal. Jika hal ini dialami ketika ujian akibatnya nilai ujian tidak maksimal. Pikiran tidak fokus, kurang realistis, menyebabkan hasil prestasi belajar mahasiswa menurun. Adanya keterkaitan tingkat kecemasan terhadap prestasi belajar, hal ini dijelaskan Nurhayati dan Absorin (2009) Penelitian Untari (2014) lebih spesifik lagi menjelaskan terdapat keterkaitan yang negatif dan signifikan dari kecemasan dengan prestasi belajar. Menurut Suhariyanto (2011) ada faktor berpengaruh pada proses pembelajaran dan hasilnya. Faktor dari luar seperti instrumental dan lingkungan, serta internal seperti psikologis dan fisiologis. Keadaan lingkungan (seperti kampus/sekolah) nyaman dan tenang bisa membentuk siswa menjadi gampang melakukan penguasaan pada pelajaran atau materi kuliah dengan maksimal (Rizal, 2011).

2. Kecemasan berkaitan dengan Ujian Nasional

Kecemasan melakukan Ujian Nasional Berbasis Kompetensi (UNBK) menggambarkan kondisi kejiwaan seseorang dipenuhi rasa khawatir dan takut, tertekan, tidak tenang serta kekacauan pikiran mengenai Ujian Nasional. Pengamatan dilakukan satu minggu sebelum pelaksanaan UNBK, ada siswa tampak pucat, emosional, mudah tersinggung, gelisah, sering menarik nafas, dan muncul perilaku lain berbeda dari sebelumnya. Perilaku tersebut menunjukkan para siswa merasakan adanya kecemasan. Tetapi hasil pengamatan tidak mendalami sampai tingkatan kecemasan yang dialami siswa SMK di Kuta ketika UNBK tahun pelajaran 2017/2018. Perubahan fisik diantaranya; siswa merasakan gelisah, gugup, gemetar, berkeringat, bergetar, kerongkongan dan mulut mengering, susah bernafas dan berbicara, merasakan lemas, jantung bergetar, mati rasa, pusing sensitif dan sering buang air kecil. Perubahan kognitif siswa merasakan khawatir, dari keyakinan pada hal yang mengerikan akan dialami, perasaan ketakutan dan gangguan akan suatu hal yang hendak terjadi kedepannya, merasakan takut, tidak bisa menyelesaikan permasalahan, kehilangan kontrol diri, berfikir jika semua hal tidak bisa diberikan pengendalian, susah berkonsentrasi dan tidak bisa fokus. Terlihat siswa SMK di Kuta merasakan kecemasan ketika UNBK tahun pelajaran 2017/2018. Tingkat kecemasan siswa SMK di Kuta melakukan UNBK tahun pelajaran 2017/2018 begitu beragam. (Apriliana, 2018)

3. Pentingnya dukungan sosial untuk mengurangi kecemasan menghadapi ujian nasional

Temuan Lastina (2013) mengungkapkan sebuah faktor memicu terjadi kecemasan melakukan ujian nasional oleh siswa SMA Negeri 2 Kota Magelang yaitu dorongan sosial, dimana R^2 senilai 0,338 ini artinya dukungan sosial untuk siswa berkontribusi efektif senilai 33,80% adanya kecemasan saat ujian nasional siswa SMA Negeri 2 Kota Magelang. Kecemasan saat ujian nasional adalah sebuah keadaan tidak menyenangkan dan kurang baik dari seseorang saat mempersiapkan ujian mendapat pengaruh dari faktor pada individu misalnya tidak percaya diri ketika sedang ujian, (Lastina & Abidin, 2013)

4. Perbedaan siswa laki-laki dan perempuan menghadapi kecemasan

Hasil penelitian menyatakan tingkat kecemasan siswa laki-laki serta perempuan menghadapi ujian keduanya ada dalam kelompok tinggi. Rata-rata siswa perempuan ada 164.4, dimana lebih tinggi daripada laki-laki ada 152.2. Kesimpulannya siswa perempuan mengalami kecemasan lebih tinggi daripada laki-laki ketika melakukan ujian sekolah. Hurlock (1999) memaparkan salah satu faktor yang mempengaruhi kecemasan adalah jenis kelamin. Temuan Rana dan Mahmood (2010) menjelaskan terdapat perbedaan respon cemas menurut jenis kelamin, khususnya kecemasan menjalani evaluasi atau ujian. Perempuan menunjukkan tingkat kecemasan lebih besar daripada laki-laki. Tingkat emosional perempuan lebih besar daripada laki-laki. Pernyataan dari Beck (2012) disebutkan jika perempuan merasakan kecemasan dua kali lebih besar daripada laki-laki, kondisi ini dipengaruhi oleh kerja hormone. Dari segi hormonal, perempuan akan cepat menunjukkan sisi empati dibandingkan laki-laki. Perempuan mempunyai tingkat "error-related negativity" yang aktif daripada laki-laki, akibatnya seorang perempuan menjadi lebih takut melakukan kesalahan juga lebih sensitif dalam keadaan yang dinilai salah (Sari, 2017). Dari temuannya, hasil penelitian ini juga menunjukkan jika jenis kelamin mempengaruhi kecemasan pada siswa SMK 17 Temanggung saat ujian nasional

Kesimpulan

Ada korelasi signifikan dari kecemasan siswa dengan ujian nasional untuk siswa SMK YP 17 Temanggung, baik siswa putra dan putri melalui signifikansinya $0.004 < \alpha (0,05)$, kemudian membutuhkan tindakan dan intervensi dalam menurunkan tingkat kecemasan siswa SMK sebelum menempuh Ujian Nasional. Tingkat kecemasan yang dialami para sangat bervariasi.

DAFTAR PUSTAKA

- Arikunto S. Dasar-dasar Evaluasi Pendidikan. Jakarta: Bumi Aksara. 2008:7-19
- 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
- Apriliana, I. P. A. (2018). Tingkat kecemasan siswa SMK menghadapi ujian nasional berbasis komputer tahun 2018. *Counsellia: Jurnal Bimbingan Dan Konseling*, 8(1), 37. <https://doi.org/10.25273/counsellia.v8i1.2341>
- Daryanto. Evaluasi Pendidikan. Jakarta: Rhineka Cipta. 2001:12-14
- Hawari D. Manajemen Stress, Cemas dan Depresi. Jakarta: EGC. 2001:34-9
- Lastina, F. F., & Abidin, Z. (2013). Hubungan Antara Dukungan Sosial Dengan Kecemasan Menghadapi Ujian Nasional Pada Siswa Sma Negeri 2 Kota Magelang. *Empati*, 2(3), 359–368.
- Nevid JS, Rathus SA, Greene B. Psikologi Abnormal. Edisi Kelima. Jilid 1. Alih bahasa: Jeanette Murad, dkk. Jakarta: Erlangga. 2005:163-66
- 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
- Purwadi, Andri. Faktor-faktor yang Mempengaruhi Kecemasan Pada Siswa Kelas XII Otomotif dan Mesin Dalam Menghadapi Ujian Nasional SMK Bina Patria 2 Sukoharjo. Surakarta: STIKES PKU Muhammadiyah. 2014
- 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
- Rizal. (2011). HUBUNGAN ANTARA TINGKAT KECEMASAN SISWA DALAM MENGHADAPI UJIAN DENGAN HASIL BELAJAR AKUNTANSI SISWA KELAS XI SMA NEGERI 1 RAHA 1 Oleh: Rizal 2. *Hubungan Antara Tingkat Kecemasan Siswa Dalam Menghadapi Ujian Dengan Hasil Belajar Akuntansi Siswa Kelas XI SMA Negeri 1 Raha, 1*, 65–74.

- Sari, A. W. (2017). TINGKAT KECEMASAN SISWA DALAM MENGHADAPI UJIAN SEKOLAH DITINJAU dari jurusan yaitu jurusan IPA dan jurusan IPS serta menghadapi US ditinjau dari daerah asal yaitu Minangkabau dan non Minangkabau serta perbedaannya dan (4) tingkat kecemasan siswa kelamin. *Jurnal Bikotetik.*, 01 (02), 37–72.
- Santrock JW. Psikologi Pendidikan. Edisi Kedua. Cetakan 1. Alih bahasa Tri Wibowo B. S. Jakarta: Kencana. 2007:41-44
- 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
- Sudijono A. Pengantar Evaluasi Pendidikan. Jakarta: Raja Grafindo Persada. 2007:7-13
- Sevilla, Consuelo G. *et. al* (2007). *Research Methods*. Rex Printing Company. Quezon City.
- 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
- Soedijarto. Kurikulum, Sistem Evaluasi, dan Tenaga Pendidikan sebagai Unsur Strategis dalam Penyelenggaraan Sistem Pengajaran Nasional. *Jurnal Pendidikan Penabur* 2004;3:89-107
- Sukmadinata NS. Landasan Psikologi Proses Pendidikan. Bandung: Remaja Rosdakarya. 2003:20-34
- Stuart GW, Sundeen SJ. Keperawatan Jiwa. Edisi Ketiga. Jakarta: EGC. 1998:61-86
- Suliswati. Konsep Dasar Keperawatan Kesehatan Jiwa. Jakarta: EGC. 2005:22-5
- Sugiyono. Metode Penelitian: Kuantitatif, Kualitatif, dan R &D. Bandung: Alfabeta 2011
- The, H. M., & Psychol, M. (1993). Hamilton Anxiety Rating Scale (HAM-A) Reference : Hamilton M . The assessment of anxiety states by rating . *Br J Med Psychol* 1959 ; Additional references, 61(4), 81–82.
- Videbeck, Sheila L. Buku Ajar Keperawatan Jiwa, Jakarta : EGC.2008
- Wahyuni S. Hubungan antara Kepercayaan Diri dengan Kecemasan Berbicara di depan Umum pada Mahasiswa Psikologi. *eJournal Psikologi* 2014;2(1):50-64