

# TINGKAT KECEMASAN SISWA SMU DALAM MENGHADAPI UMPTN

Siti Sutarmi Fadhilah\*

Program Pendidikan IP, FKIP Universitas Sebelas Maret

**Abstract:** *The purpose of this research was to know the difference of Senior High School student's anxiety level in facing the university enrollment selection (UMPTN), viewed from academic achievement, study program background, and their sexes. The descriptive method was used in this research in the causal comparative approach. The population of this research was students of Senior High School I in Mojogedang Karanganyar, and the samples were 90 students. The members of the samples were designed in purposive random sampling. The data were collected by using questionnaires and examination documents. To analyze the data, the Chi-square technique was used. The result of analysis showed that there was a different anxiety level of student viewed from academic achievement ( $X_h > X_t$  or  $4,481 > 3,481$ ); but if it was viewed from study program background there was no difference ( $X_h < X_t$  or  $0,216 < 3,841$ ); and if it was viewed from the sexes there was a difference ( $X_h < X_t$  or  $2,58 < 3,841$ ).*

**Kata kunci:** tingkat kecemasan, prestasi belajar, jenis kelamin, jurusan

## PENDAHULUAN

Dewasa ini kualitas dan kuantitas sumber daya manusia merupakan persoalan global terutama di negara-negara berkembang termasuk Indonesia. Tingkat kepadatan penduduk yang tinggi menjadi salah satu faktor yang mendorong rendahnya kualitas sumber daya manusia lebih-lebih generasi muda atau remaja. Kondisi semacam ini berpengaruh terhadap perubahan dan perkembangan di segala bidang kehidupan dalam masyarakat, salah satunya adalah bidang pendidikan. Hal ini menimbulkan tantangan yang harus dihadapi, bahkan menimbulkan suasana yang tidak seimbang, dan persaingan dalam mendapatkan kesempatan termasuk di antaranya kesempatan masuk Perguruan Tinggi Negeri. Banyak lulusan SMU yang berkompetisi untuk masuk ke Perguruan Tinggi Negeri, menimbulkan berbagai masalah yang

serius, persaingan semakin ketat. UNS pada tahun 1999/2000, peminat sebanyak 48.594, daya tampung 2.489, ratio 20 : 1 (Sumber PUML. 44. File UMPTN 1C). Hal tersebut akan berakibat timbulnya keadaan yang tidak seimbang, seperti: kekhawatiran, rasa tidak tenteram, rasa tidak aman, krisis kepercayaan dan keyakinan dalam menghadapi tantangan perkembangan zaman yang semakin maju pesat. Lebih-lebih siswa SMU yang termasuk pada usia remaja, dengan segala cirinya yang "rawan". Para remaja mempunyai tugas dan tanggung jawab sebagai siswa di sekolah, juga tugas sebagai generasi muda harapan bangsa. Di ambang pintu kedewasaan telah menanti tugas-tugas baru, tugas-tugas orang dewasa, sebagai suami isteri, sebagai insan beragama. Untuk itu bila remaja sebagai generasi penerus bangsa tidak memiliki kesiapan dan tidak dapat

\*Alamat korespondensi: Jalan Notokusumo No. 2 Singopuran, Kartasura

memberikan sumbangan dalam gelanggang kehidupan pembangunan, maka akan lancar leburlah kehidupan bangsa kita. Dengan demikian kedudukan angkatan muda adalah vital. Kedudukan itu merupakan kehormatan tetapi juga membawa tugas berat, tugas belajar sebagai siswa SMU dan sebagai anggota masyarakat.

Akhirnya, pendidik yang harus membina dan membimbing mereka. Bukan hanya mengatur mereka menuju pintu kedewasaan, menuju ke pendidikan yang lebih tinggi, tetapi juga sebagai penerus bangsa yang handal. Lebih lanjut remaja sebagai siswa dalam proses belajar dituntut agar dapat mengembangkan potensi atau kemampuan yang dimilikinya yang mengarah pada kemajuan keberhasilan studinya. Keberhasilan yang dimaksud di sini adalah mereka diharapkan dapat mencapai prestasi belajar yang tinggi, yang merupakan salah satu persyaratan untuk melanjutkan ke perguruan tinggi.

Setiap siswa pasti mempunyai keinginan untuk memperoleh prestasi belajar yang tinggi, hal ini sesuai dengan kebutuhan akan dihargai, kebutuhan akan dipuji, kebutuhan akan kedudukan dan kebutuhan menghasilkan sesuatu. Namun usaha untuk memenuhi kebutuhan tersebut sering menemui hambatan. Akibatnya timbul rasa kekhawatiran, gelisah, takut, dan kecemasan. Zakiah Daradjat (1990) memberikan definisi kecemasan adalah manifestasi dari berbagai proses emosi yang bercampur baur, yang terjadi ketika orang mengalami tekanan perasaan (frustasi) dan pertentangan batin (konflik). Pendapat Freud yang dikutip oleh Hall & Tasrif (1980) mengemukakan bahwa kecemasan adalah suatu pengalaman perasaan yang ditimbulkan oleh ketegangan-ketegangan dalam alat intern tubuh. Ketegangan-ketegangan ini adalah akibat dorongan-dorongan dari dalam atau dari luar dan dikuasai oleh susunan urat syaraf otonom. Selanjutnya Rubin, dkk., (1981) menyatakan bahwa *"anxiety is vague feeling that something bad is about to happen. It is closely related to fear and it up sets us both pysicaly and psychologically"*.

Dari beberapa pendapat tersebut dapat disimpulkan bahwa kecemasan adalah suatu perasaan yang menyakitkan, rasa tidak tenteram yang dialami seseorang akibat kecewa. Orang yang mengalami kecemasan terkandung unsur-unsur: (1) perasaan tidak tenteram dan timbul rasa ketakutan; (2) penghayatan rasa nyeri/ sakit sehingga dalam menanggapi sesuatu timbul ketidakpastian, dan samar-samar. Oleh karena itu, seseorang yang cemas akan selalu gelisah, was-was, tak dapat konsentrasi, tegang, bingung, karena memikirkan hal yang akan terjadi.

Para ahli mengatakan bahwa hidup penuh dengan kecemasan tetapi orang dapat lolos dari kecemasan asal saja ia berusaha menanggulangnya dengan cara yang wajar.

Persoalannya sekarang dapatkah orang hidup tanpa kecemasan? Kecemasan tak mungkin dihilangkan karena merupakan bagian dari kehidupan seseorang individu. Hanya saja orang harus berusaha memperkecil/mengurangi kecemasan itu dengan teknik dan mekanisme yang dapat dipelajari sejak masa kanak-kanak.

Hal ini sesuai pendapat Zakiah Daradjat (1987), bahwa kecemasan akan hari depan yang kurang pasti telah menimbulkan problem lain yang mungkin menambah suramnya masa depan remaja, misalnya semangat belajar menurun, kurang konsentrasi, rasa tertekan timbul, bahkan kadang-kadang sampai mudahnya mereka terpengaruh oleh hal-hal yang tidak baik, kenakalan remaja dan penggunaan narkoba. Pendapat Henderson dan Gillespie yang dikutip Musthafa Fami dan Zakiah Daradjat (1992) menyatakan bahwa banyak situasi menekan yang menghambat dan menyebabkan terjadinya konflik jiwa di antara situasi yang menekan itu adalah: keadaan ekonomi, gagal dalam pendidikan keluarga, gagal dalam pekerjaan, cara pendidikan yang salah, cacat jasmani dan sebagainya. Situasi yang menekan dan menghambat tersebut mengakibatkan serangkaian reaksi yang mencemaskan. Apabila situasi itu terjadi berulang-ulang, maka kecemasan akan bertumpuk yang kemudian pengaruhnya akan tampak pada

perilaku individu. Kecemasan yang bersumber dari situasi tertekan pada seorang siswa, lebih menitik beratkan pada hubungan antara siswa (anak) dengan orang yang ada dilingkungannya. Hal ini searah dengan pendapat Harry Stack Sullivan yang dikutip oleh Arthur, dkk., (1962) bahwa konsep tentang kecemasan sebagai sesuatu yang timbul dari keadaan tertekan yang terdapat dalam hubungan anak dengan orang lain yang selanjutnya tetap melekat pada diri anak sebagai sumber kesukaran.

Siswa yang prestasi belajarnya tinggi karena kebutuhan psikologisnya terpenuhi dalam hal ini kebutuhan berprestasi, diasumsikan akan merasa tenteram, lebih mempunyai kepercayaan diri, dan cenderung lebih siap dalam menghadapi tantangan. Di samping itu juga optimis, tidak murung, mereka akan luwes dalam bertindak, terbuka, mudah dalam mengerjakan tugas, cepat, serta tepat dalam mengambil keputusan. Dengan demikian ia akan dapat mempersiapkan diri dalam menghadapi UMPTN tanpa mengalami kecemasan. Siswa SMU yang berasal dari jurusan IPA dan Jurusan IPS diprediksikan akan berbeda tingkat keemasannya. Hal ini kemungkinan adanya ketidaksamaan dalam mempelajari ilmu antara ilmu pasti dengan ilmu sosial.

Kemungkinan lain, yaitu prestasi belajar juga berhubungan erat dengan tingkat kecemasan yang dihadapi oleh siswa. Semakin tinggi prestasi belajarnya diasumsikan akan semakin rendah tingkat kecemasan siswa terutama dalam menghadapi UMPTN. Bagi siswa yang prestasi belajarnya rendah diduga akan timbul rasa rendah diri, kurang percaya diri, canggung, pemalu, dan sering ragu dalam bertindak serta tidak mudah mengambil keputusan dalam memilih perguruan tinggi yang sesuai dengan kemampuannya, karena takut menghadapi kegagalan. Adanya perbedaan jenis kelamin, juga diasumsikan berbeda pula tingkat keemasannya. Ada beberapa pendapat berkenaan dengan jenis kelamin, di mana antara laki-laki dan perempuan mempunyai perbedaan baik fisik maupun psikologis.

Perbedaan fisik dan psikologis antara laki-laki dan perempuan ini juga diduga menyebabkan perbedaan tingkat kecemasan.

Untuk memberikan gambaran yang jelas mengenai arah penelitian, perlu dirumuskan masalahnya. Adapun rumusan masalahnya adalah sebagai berikut: Adakah perbedaan tingkat kecemasan siswa SMU dalam menghadapi UMPTN ditinjau dari prestasi belajar siswa, jurusan, dan jenis kelamin siswa.

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui tingkat kecemasan siswa SMU dalam menghadapi UMPTN. Tujuan ini dapat diperinci sebagai berikut: (1) Ingin mengetahui ada tidaknya perbedaan tingkat kecemasan siswa SMU menghadapi UMPTN ditinjau dari prestasi belajar; (2) Ingin mengetahui ada tidaknya perbedaan tingkat kecemasan siswa SMU dalam menghadapi UMPTN antara siswa yang berasal dari jurusan IPA dengan IPS; dan (3) Ingin mengetahui ada tidaknya perbedaan tingkat kecemasan dilihat dari jenis kelamin.

Dari hasil penelitian ini akan diperoleh masukan yang bermanfaat bagi pendidik dan pengajar khususnya guru pembimbing (konselor) akan pentingnya persiapan dalam menghadapi ujian masuk perguruan tinggi negeri. Di samping itu juga perlu lebih mengefektifkan pelaksanaan bimbingan konseling di sekolah menengah umum. Dengan bekal dari bimbingan konseling siswa akan lebih siap dalam menghadapi ujian masuk perguruan tinggi negeri.

Bagi perguruan tinggi negeri akan memperhitungkan antara lulusan dan peminat dengan rasio penerimaan mahasiswa lebih diperkecil, sehingga dimungkinkan kesempatan melanjutkan ke jenjang pendidikan tinggi makin terbuka.

Demikian halnya dengan anak (siswa) SMU terutama mereka yang duduk di kelas III. Banyak di antara mereka yang diliputi kecemasan dalam menghadapi tugas dan tanggung jawab sebagai anak dan siswa di sekolah. Anak sebagai si terdidik, khususnya siswa SMU yang menghayati usia remaja, mempunyai ciri-ciri: masih goncang,

serta bingung dalam memilih suatu keputusan, sehingga remaja sering mengalami ketakutan, kecemasan, baik cemas terhadap hasil yang diperoleh maupun cemas terhadap harapan-harapannya. Kecemasan dapat memberikan efek fisik misalnya sakit perut yang berpindah-pindah, tetapi kita tidak boleh memperkecil artinya, sebab kecemasan mempunyai fungsi adaptasi. Kecemasan memberitahukan bahwa kita sedang merasa akan mengalami frustrasi, keruntuhan kepribadian, kehilangan nama baik dan sebagainya. Sebagai mekanisme pemberitahuan terhadap hal-hal yang tidak menyenangkan maka kecemasan dapat dianggap sebagai penolong jiwa seseorang dalam hidup.

Bila ditinjau secara subjektif, kecemasan merupakan perasaan yang tidak enak dan ingin cepat-cepat dihilangkan. Tetapi bila ditinjau secara objektif kecemasan merupakan pola psikobiologis yang berfungsi sebagai pemberitahuan akan adanya bahaya. Akibatnya tindakan seseorang dapat lebih efektif apabila ada penyesuaian yang baik terhadap trauma psikis dan konflik. Bila tidak demikian kecemasan akan menjadi beban batin yang bertambah hebat/berat.

Pada beberapa orang kecemasan dapat berlangsung terus menerus. Keadaan seperti ini sangat melelahkan/ menegangkan. Jika demikian keadaannya, maka kecemasan tidak berfungsi lagi sebagai pemberitahuan tetapi bahkan sangat merugikan bagi kesehatan jiwa. Manifestasinya orang tersebut merasa tidak aman, sehingga perbuatannya/perilakunya tidak efektif. Ini berarti kecemasan merupakan suatu perasaan yang menyakitkan, rasa tidak tenteram yang dialami oleh seseorang akibat dari kecewa. Dengan demikian seseorang yang mengalami kecemasan terkandung unsur-unsur sebagai berikut: (a) Perasaan tidak tenteram dan timbulnya rasa ketakutan; (b) Penghayatan rasa nyeri/sakit sehingga dalam menanggapi sesuatu timbul ketidakpastian, ragu-ragu, dan samar-samar. Oleh karena itu siswa yang sedang mengalami kecemasan pada dirinya akan gelisah, was-was, tidak dapat berkonsentrasi.

Siswa yang mengalami kecemasan akan terlihat tegang, bingung, karena memikirkan hal yang akan terjadi. Ada beberapa hal yang perlu dicatat, bahwa siswa yang sedang dalam kecemasan akan terlihat: (a) ada pengalaman emosi yang tidak menyenangkan; (b) adanya perubahan fisiologis; (c) ada rasa takut, yaitu rasa gentar atau tidak berani terhadap suatu obyek yang konkrit, dan rasa cemas yaitu gentar atau rasa tidak berani terhadap hal-hal yang tidak konkret (tidak jelas) waktu hujan, cemas pada waktu ujian, karena tidak belajar.

Timbulnya kecemasan mungkin mempunyai lebih dari satu sumber. Kecemasan dapat merupakan campuran antara kecemasan neurotis dan kecemasan objektif atau antara kecemasan neurotis dan kecemasan moral. Juga dapat merupakan campuran antara ketiganya. Adler (dalam Mustofa Fahmi & Zakiah Daradjat, 1987) berpendapat bahwa pertumbuhan kecemasan dimulai dari masa kanak-kanak pertama. Misalnya rasa "kurang" yang mengakibatkan anak merasa tidak aman. Pada mulanya Adler mengartikan "kurang" itu dari segi anggota tubuh, lalu lebih diperluas hingga mencakup kurang dalam arti maknawi dan sosial.

Teori kurang dimaksudkan adalah kekurangan pada salah satu anggota tubuh, baik tidak sempurnanya pertumbuhan atau kurang dari segi fisiologis atau fungsinya. Juga karena tidak dapat bekerja setelah lahir. Di samping itu pendidikan keluarga atau pola asuh yang diberikan oleh orang tua kepada anaknya sewaktu kanak-kanak, besar pengaruhnya terhadap pertumbuhan kecemasan dan usahanya untuk mengadakan kompensasi.

Kecemasan disebabkan oleh adanya tiga unsur, yaitu: (1) rasa tidak berdaya; (2) rasa permusuhan; (3) rasa ingin menyendiri. Unsur-unsur tersebut timbul karena akibat dari (1) tidak adanya rasa hangat dalam keluarga dan perasaan bahwa ia anak yang ditolak, tidak disayangi, dan ia adalah makhluk yang lemah di tengah-tengah alam permusuhan. Hal ini merupakan faktor terpenting dari sebab timbulnya kecemasan; (2) tidak adanya keadilan antara sesama sau-

dara, ingkar janji, tidak menghargai anak, suasana keluarga yang bermusuhan. Semua itu dapat membangkitkan kecemasan pada anak; (3) lingkungan yang penuh dengan bermacam komplikasi dan pertentangan yang mengandung bermacam halangan dan tekanan. Betapa pun wajah dan bentuk kecemasan, ia timbul dari satu sumber, yaitu perasaan individu bahwa ia lemah, tidak berdaya, tidak memahami diri sendiri dan orang lain. Ia hidup di tengah-tengah alam permusuhan yang penuh dengan kontradiksi.

Kecemasan merupakan keadaan atau situasi kejiwaan yang senantiasa terjadi dan bisa timbul dalam kehidupan sehari-hari. Kecemasan wajar terjadi dan mesti diterima, dialami oleh setiap individu dalam segala usia termasuk siswa Sekolah Menengah Umum (SMU). Hal ini bukan berarti bahwa kecemasan itu selalu sama pada setiap orang siswa. Kecemasan berbeda-beda sesuai dengan tingkat kesanggupan seseorang dalam hal menerima dan mengatasinya. Kecemasan sangat tergantung pada dua faktor, yaitu individu itu sendiri dan keadaan di luar individu. Kedua faktor tersebut juga dapat mengakibatkan berapa lama kecemasan itu mengendap dalam kehidupan kejiwaan seseorang, yang sekaligus bisa menunjukkan derajat atau tingkat kecemasan.

Seorang siswa yang mengalami kecemasan cenderung menjadi gelisah, takut, gugup, cepat marah dan sebagainya. Perasaan takut yang ditimbulkan oleh ancaman yang jelas, maka perasaan itu akan cepat berlalu setelah ancaman itu menghilang. Sebaliknya rasa cemas yang menyangkut ancaman yang mungkin terjadi di masa mendatang reaksinya lebih lama dan lebih hebat. Apabila kecemasan ini dibiarkan, maka tidak hanya merugikan kesehatan, melainkan juga mengurangi efisiensi, dan potensial siswa untuk menghadapi problema hidup yang nyata. Siswa menjadi kurang percaya diri, dan kurang menghargai potensi dirinya, tidak dapat memuaskankan perhatian pada suatu masalah, pikirannya tak menentu, bimbang sehingga tak dapat memu-

satkan suatu masalah. Kecemasan yang bersifat kronik akan berkembang jika siswa telah menyusun suatu pertahanan diri terhadap lingkungan yang tak dapat dipercaya, lingkungan yang menekannya, lingkungan yang melumpuhkan kesanggupannya, untuk tumbuh dengan penuh kepercayaan diri. Dengan keadaan demikian, siswa tidak akan hanya merasa takut dalam hal-hal tertentu dalam kehidupan saja, tetapi lingkungan sebagai suatu keseluruhan merupakan suatu sumber bencana, yang selalu mengancam dan menghambat dalam usaha-usahanya untuk mengembangkan kemampuan-kemampuan dasar atau potensial pada dirinya sebagai seorang pribadi.

Situasi sosial yang rumit dan kompleks, dapat menyebabkan tekanan batin dan gangguan psikis. Ditambah lagi dengan sikap pribadi yang keliru, karena itu selalu menggunakan mekanisme pertahanan diri dan pelarian diri yang negatif (*negative defence and escape mechanism*). Makin menumpuk problema dan kemudian munculah kebingungan, kecemasan, rasa panik dan gangguan psikis, selanjutnya fungsi jasmaniah pasti menjadi kacau balau, terganggu hebat dan kita menjadi benar-benar sakit karenanya. Hal ini searah yang dikemukakan Zakhiah Daradjat (1987) bahwa kecemasan ini akan mempengaruhi pikiran yang besar sekali yaitu sering lupa, tak dapat mengonsentrasikan pikiran, kemampuan berpikir menurun, sehingga orang merasa seolah-olah ia tidak cerdas, pikirannya tidak bisa digunakan, akibatnya prestasinya menjadi menurun.

Keberhasilan siswa dalam belajar akan tercermin dalam nilai-nilai rapor, yang dibagikan setiap selesai mempelajari mata pelajaran pada kurun waktu tertentu. Sebenarnya nilai itu mencakup keberhasilan siswa didalam bidang pengetahuan, sikap dan nilai, serta keterampilan yang telah dikuasai. Dengan demikian keberhasilan belajar tidak hanya menyangkut bidang kecakapan saja, melainkan juga perkembangan pribadi dan sosial.

Siswa SMU berada dalam usia remaja memiliki ciri-ciri: adanya ketidak stabilan

perasaan dan emosi, serta banyaknya problema hidup yang dihadapi. Problema itu kadang-kadang menyebabkan terganggunya kesehatan, baik kesehatan fisik maupun psikologis. Hal ini sejalan dengan pendapat Zakiah Daradjat (1990) bahwa dalam melalui masa adolesen ini, tidak sedikit anak-anak yang mengalami kesulitan-kesulitan atau problema-problema yang kadang-kadang menyebabkan kesehatannya terganggu jiwanya gelisah dan cemas pikirannya terhalang menjalankan fungsinya dan kadang-kadang kelakuannya bermacam-macam. Jelaslah bahwa masa remaja banyak menimbulkan kegoncangan psikis, kegelisahan jiwa serta kecemasan. Dengan keadaan yang demikian itu akan menyebabkan kurang mantapnya dalam pengambilan keputusan. Remaja akan menghadapi kecemasan dalam menghadapi persoalan termasuk di dalamnya kecemasan menghadapi ujian masuk perguruan tinggi negeri (UMPTN). Remaja yang mengalami kecemasan pada dirinya akan selalu gelisah, takut, was-was, tegang, bingung, karena memikirkan hal yang akan terjadi, dan kurang mantap dalam mengambil keputusan.

Kemantapan siswa dalam mempersiapkan diri mengikuti Ujian Masuk Perguruan Tinggi Negeri (UMPTN) kemungkinan dipengaruhi oleh prestasi belajar, dan kondisi psikologis, mengingat ketatnya kompetisi yang dihadapi. Selanjutnya prestasi belajar yang dimiliki siswa diprediksikan akan mempengaruhi pula tingkat kecemasan dalam mempersiapkan diri menghadapi UMPTN. Mereka yang memiliki prestasi belajar tinggi diprediksikan cenderung lebih mempunyai percaya diri, lebih optimis dalam menghadapi UMPTN sesuai yang dicita-citakan. Sebaliknya mereka yang memiliki prestasi rendah diprediksikan cenderung mengalami ketakutan, kecemasan, dan pesimis terhadap harapannya untuk masuk perguruan tinggi negeri. Kecemasan ini akan menimbulkan problema lain yang mungkin menambah suramnya masa depan mereka. Siswa yang mengalami kecemasan akan tampak pada aktivitas dalam tingkah laku dan diwujudkan pada kegiatan belajar.

Kegiatan belajar yang tercermin pada perilaku belajar ini akan menghasilkan prestasi belajar. Pada siswa yang tidak mengalami kesulitan belajar akan dapat mencapai prestasi tinggi, dan pada siswa yang mengalami kesulitan akan memperoleh prestasi rendah. Demikian pula bagi siswa yang berasal dari jurusan IPA diprediksikan akan lebih siap, dibanding mereka yang berasal dari jurusan IPS. Siswa yang berasal dari jurusan IPA diasumsikan memiliki tingkat kecemasan yang lebih rendah dibandingkan siswa yang berasal dari jurusan IPS, karena masing-masing menghadapi mata pelajaran yang berbeda pula. Jenis kelamin juga merupakan salah satu faktor yang dimungkinkan menjadi penyebab adanya perbedaan tingkat kecemasan siswa SMU dalam menghadapi UMPTN. Adanya perbedaan, baik fisik maupun psikologis antara laki-laki dan perempuan diduga juga ada perbedaan tingkat kecemasan dalam menghadapi UMPTN.

## **METODE PENELITIAN**

Penelitian ini menggunakan metode deskriptif yang bertujuan untuk memecahkan masalah yang ada pada masa sekarang dengan jalan mengumpulkan, menyusun, menjelaskan, dan menganalisis serta menginterpretasikan. Dengan metode deskriptif diharapkan dapat dilukiskan dan ditafsirkan jawaban permasalahan penelitian berdasarkan keadaan yang ada sekarang. Penelitian ini berkaitan dengan kondisi atau praktik-praktik yang sedang berlaku, sudut pandang atau sikap yang dimiliki, proses yang sedang berlangsung, pengaruh-pengaruh yang dirasakan, dan kecenderungan yang sedang berkembang.

Sesuai dengan topik penelitian maka penetapan populasi dikenakan pada seluruh siswa kelas III Sekolah Menengah Umum (SMU) Negeri I Mojogedang Karanganyar, yang berjumlah 86 orang siswa. Pelaksanaan penelitian pada tahun pelajaran 1999/2000.

Mengingat bahwa populasi itu sangat luas, maka perlu peneliti mengadakan re-

duksi sehingga hanya menggunakan sebagian populasi yang disebut sampel. Dalam penarikan sampel perlu memperhatikan keadaan populasi agar sampel tetap representatif. Penarikan sampel berdasarkan pertimbangan dan alasan efisiensi serta keefektifan kerja, juga keterbatasan fasilitas, biaya, waktu, dan tenaga. Selanjutnya, karena siswa kelas III SMU Negeri I Karanganyar, terdiri dari 5 kelas, maka peneliti menetapkan 2 kelas yang dipakai sebagai sampel, yaitu jurusan IPA satu kelas dan jurusan IPS satu kelas yang masing-masing berjumlah 45 orang siswa, sehingga jumlah sampel sebanyak 90 orang siswa. Dalam hal sampel ini Fernandes (1984: 21) menyatakan: “*The selection of the sampling unit should be based on the working hypothesis about the way the treatment operates or will operate and about the process by which persons and scholls will respond*”.

Atas dasar itulah maka sampel ditetapkan pada siswa kelas III yang pada waktu tidak lama lagi akan mengakhiri studinya di SMU untuk mengikuti ujian masuk perguruan tinggi negeri (UMP TN). Adapun jumlah sampel sedikitnya tiga puluh subjek ke dalam sampelnya, atau 10 sampai 20 persen dari populasi yang dapat dijangkau.

Menentukan responden peneliti berdasarkan teknik *purposive random sampling* yang merupakan gabungan dari dua sampling yaitu *purposive sampling* dan *random sampling*. Oleh Sutrisno Hadi (1987: 74) dinyatakan *purposive sampling* adalah suatu cara atau teknik pengambilan sampel yang didasarkan atas ciri-ciri atau sifat-sifat tertentu yang dipandang mempunyai sangkut-paut yang erat dengan ciri-ciri atau sifat-sifat dari populasi yang sudah diketahui sebelumnya. Adapun *random sampling* adalah cara atau teknik pengambilan sampel dengan jalan semua individu dalam populasi baik secara sendiri atau bersama diberi kesempatan yang sama untuk dipilih menjadi anggota sampel. Dengan demikian yang dimaksud *purposive random sampling* adalah pengambilan sampel yang didasarkan atas ciri-ciri populasi yang sudah diketahui, serta memberi peluang yang sama kepada

setiap anggota populasi untuk dipilih menjadi anggota sampel. *Purposive sample* dipilih karena yang menjadi sampel penelitian tidak semua siswa SMU Negeri I Mojogedang, melainkan hanya mereka yang telah duduk di kelas III. Dengan kata lain teknik *sampling* ini dipilih karena sesuai dengan tujuan penelitian, yaitu ingin mengetahui ada tidaknya perbedaan tingkat kecemasan siswa SMU dalam menghadapi UMPTN. Teknik *sampling* yang kedua, yaitu *random sampling* ditetapkan karena memberi kesempatan pada seluruh anggota populasi untuk menjadi sampel penelitian.

Sesuai tujuan penelitian, data yang diharapkan terkumpul adalah data tentang prestasi belajar siswa yang tergolong tinggi dan rendah; data tentang siswa yang ada di jurusan IPA maupun jurusan IPS; data tentang jenis kelamin siswa yang menjadi subjek sampel; serta data tentang tingkat kecemasan siswa dalam menghadapi UMPTN. Data tentang prestasi belajar, jurusan, dan jenis kelamin diperoleh melalui dokumentasi sekolah yang berujud jumlah nilai prestasi yang diperoleh siswa yang menunjuk pada rentang kualitas prestasi dari yang rendah sampai pada yang tinggi dengan prestasi dari data tersebut merupakan data interval yang kemudian dikwalifikasikan menjadi data nominal yang sifatnya diskrit buatan. Untuk mengklasifikasikan nilai ini digunakan Mdn.

Untuk pengumpulan data dalam penelitian ini digunakan sumber daya manusia, yaitu siswa kelas III SMU Negeri I Mojogedang Karanganyar yang berjumlah 90 orang, berasal dari satu kelas IPA dan satu kelas IPS.

Teknik pengumpulan data yang dipakai untuk memperoleh informasi tentang tingkat kecemasan siswa SMU dalam menghadapi UMPTN, menggunakan angket. Tingkat kecemasan ini menunjuk pada tingkat kecemasan yang ringan dan yang berat, sehingga datanya berupa data interval yang kemudian dibuat menjadi diskrit buatan. Tingkat kecemasan ini pengklasifikasiannya menggunakan teknik Q3, dengan dasar pikiran bahwa kecemasan menyangkut

aspek afektif, yang jelas berbeda dengan aspek kognitif. Dikatakan oleh Fernandes (1984: 74) “*So far affective taxonomy has not had the same impact on education that the cognitive taxonomy had. The affective taxonomy is too abstract and general in character*”.

Metode angket yang digunakan untuk mengungkap data tentang tingkat kecemasan siswa SMU menghadapi UMPTN memakai bentuk “*forced choice*”. Di sini responden diminta memberikan jawaban “Ya” atau “Tidak”. Adapun norma penilaiannya sebagai berikut: (1) untuk pernyataan yang tergolong “*favourable*” apabila responden menjawab “Ya” skor 1 dan apabila responden menjawab “Tidak” skor 0 ;(2) Untuk pernyataan yang “*Unfavourable*”, jika responden menjawab “Tidak” skor 1. Validasi angket dilakukan “*Expert judgement*” yaitu dengan beberapa orang ahli dalam bidang pengukuran dan analisis item, terutama dalam “*content validity*”.

Adapun untuk mengetahui prestasi belajar siswa digunakan metode dokumenter. Metode dokumenter digunakan mengungkap data tentang prestasi belajar. Nilai ini diambil pada nilai catur wulan kedua. Alasan menggunakan metode dokumenter ini adalah sebagai berikut: (1) Nilai yang mencerminkan prestasi belajar siswa adalah data dokumen sekolah yang merupakan data otentik dan dapat dipercaya. Hal ini disebabkan nilai tersebut merupakan hasil pengamatan guru tentang kemajuan belajar siswa dengan melalui beberapa kali tes; (2) hasil dari pengumpulan data tersebut dapat dipertanggungjawabkan. Atas dasar itulah data dokumen sebagai arsip sekolah dapat dipandang sebagai data yang dipercaya dan dapat dipertanggungjawabkan. Sebagai pelengkap jika data yang diinginkan belum lengkap digunakan wawancara. Apabila ada data yang tidak diisi oleh responden atau kurang jelas, mengadakan wawancara dengan siswa, guru, maupun kepala sekolah tempat penelitian diadakan.

Mengingat penelitian ini ingin mengetahui dan mencari perbedaan tingkat kecemasan siswa SMU dalam menghadapi

UMPTN dilihat dari prestasi belajar, jurusan, dan jenis kelamin, maka teknik yang tepat adalah Chi Kuadrat.

## HASIL DAN PEMBAHASAN

Sesuai dengan tujuan, yaitu untuk mengetahui ada tidaknya perbedaan tingkat kecemasan siswa SMU dalam menghadapi UMPTN, variabel yang dikumpulkan dibedakan atas variabel bebas dan variabel tergantung. Sebagai variabel bebas adalah prestasi belajar yang dibagi menjadi dua golongan tinggi dan rendah; jurusan IPA dan IPS; jenis kelamin, laki-laki dan perempuan. Data variabel bebas diperoleh melalui metode dokumenter. Adapun variabel tergantung adalah tingkat kecemasan yang dikategorikan dua yaitu berat dan ringan. Data variabel tergantung ini diungkap melalui angket terstruktur.

Subjek sampel dipilih secara *purposive random sampling* pada siswa kelas III SMU Negeri I Mojogedang Karanganyar yang berjumlah 90 orang. Subjek sampel tersebut diambil dari jurusan IPA 45 orang siswa dan jurusan IPS 45 orang siswa. Selanjutnya hasil pengumpulan data, baik yang melalui dokumentasi maupun angket dapat disajikan pada uraian berikut ini:

1. Data tentang prestasi belajar siswa, dikelompokkan menjadi dua, yaitu tinggi dan rendah. Dasar pengelompokan adalah menggunakan nilai median (Mdn). Siswa yang mendapat skor di bawah Mdn dikategorikan ke dalam prestasi rendah, dan skornya di atas Mdn dikategorikan ke dalam prestasi tinggi. Perlu dikemukakan bahwa untuk penentuan status prestasi ini didasarkan pada *norm reference*. Adapun nilai Mdn untuk siswa kelas III SMU Negeri I Mojogedang Karanganyar yang dipakai sebagai subjek sampel adalah: untuk jurusan IPA nilai Mdn adalah 76,8 sedangkan jurusan IPS nilai Mdn adalah 74,08.
2. Data tingkat kecemasan siswa SMU dalam menghadapi UMPTN dikelompokkan menjadi dua, yaitu berat dan ringan. Dasar pengelompokan menggunakan Q3.



Siswa yang mendapat skor di bawah Q3 dikategorikan dalam tingkat kecemasan ringan. Adapun mereka yang mendapat skor di atas Q3, dikategorikan memiliki tingkat kecemasan berat. Mengingat dalam pelaksanaan pengisian angket ini siswa diperlakukan sama baik untuk siswa jurusan IPA maupun siswa jurusan IPS, maka dalam mencari nilai Q3 dari kedua jurusan tersebut dijadikan satu hingga N secara keseluruhan adalah 90 orang.

Dari hasil perhitungan besarnya Chi Kuadrat atau  $\chi^2$  adalah 4,81, kemudian dikonsultasikan dengan tabel Chi Kuadrat dengan  $d.f = 1$ , pada taraf signifikansi 5% diketahui  $\chi^2$  sebesar 3,841. Ini berarti bahwa hasil  $\chi_h > \chi_t$  atau  $4,81 > 3,841$ . Dengan demikian hipotesis yang mengatakan bahwa ada perbedaan tingkat kecemasan dalam menghadapi UMPTN antara siswa SMU yang memiliki prestasi tinggi dengan rendah, diterima. Atau dapat dikatakan bahwa harga  $\chi^2$  yang kita teliti (4,81) signifikan. Dari perhitungan  $\chi^2$  tersebut di atas didapatkan  $\chi_h < \chi_t$  atau  $0,216 < 3,841$ . Kemudian menghitung perbedaan tingkat kecemasan siswa dilihat dari jenis kelamin.

Dari perhitungan Chi Kuadrat ( $\chi^2$ ) diperoleh besarnya  $\chi_h$  adalah 2,58. Jadi  $\chi_h < \chi_t$  atau  $2,58 < 3,841$ . Berdasarkan analisis data dapat diinterpretasikan bahwa tingkat kecemasan siswa kelas III SMU Negeri I Mojogedang Karanganyar, dilihat dari prestasi belajar berbeda. Hipotesis pertama yang berbunyi: "Ada perbedaan tingkat kecemasan siswa SMU dilihat dari prestasi belajar", diterima atau terbukti kebenarannya,  $\chi_h > \chi_t$  atau  $4,81 > 3,841$ . Apabila dilihat dari jurusan, tingkat kecemasan dalam menghadapi UMPIN tidak ada perbedaan. Hipotesis kedua yang berbunyi: "Ada perbedaan tingkat kecemasan SMU dilihat dari jurusan", ditolak atau tidak terbukti kebenarannya,  $\chi_h < \chi_t$  atau  $0,216 < 3,841$ . Begitu pula dilihat dari jenis kelamin, tingkat kecemasan juga tidak berbeda. Hipotesis ketiga yang berbunyi: "Ada perbedaan tingkat kecemasan dilihat dari jenis kelamin", ditolak atau tidak terbukti kebenarannya,  $\chi_h < \chi_t$  atau  $2,58 < 3,841$ . Ini berarti bahwa

siswa yang memiliki prestasi rendah cenderung memiliki tingkat kecemasan yang berat dalam menghadapi UMPTN. Dilihat dari jurusan, ternyata antara siswa yang berasal dari IPA dan IPS memiliki tingkat kecemasan yang sama. Demikian pula baik siswa laki-laki maupun perempuan cenderung memiliki tingkat kecemasan yang sama.

Bertitik tolak dari interpretasi hasil penelitian di atas maka pembahasannya adalah sebagai berikut.

Pertama ditemukan adanya perbedaan tingkat kecemasan siswa SMU menghadapi UMPTN dilihat dari prestasi belajar. Ini berarti bahwa prestasi belajar siswa ikut menentukan tingkat kecemasan siswa SMU dalam menghadapi UMP TN. Siswa SMU yang memiliki prestasi tinggi cenderung memiliki tingkat kecemasan yang ringan dibanding mereka yang berprestasi rendah. Hasil analisis menunjukkan  $\chi_h > \chi_t$  atau  $4,81 > 3,841$ .

Selanjutnya dalam upaya mencari ada tidaknya perbedaan tingkat kecemasan antara siswa yang berasal dari jurusan IPA dan IPS, ternyata tidak ada perbedaannya. Dengan kata lain siswa yang berasal dari jurusan IPA dan IPS memiliki tingkat kecemasan yang sama dalam menghadapi UMPTN. Hal ini dapat dilihat dari hasil analisis  $\chi_h < \chi_t$  atau  $0,216 < 3,841$ . Ini berarti bahwa persaingan yang begitu ketat menyebabkan para siswa SMU memiliki rasa cemas dalam menghadapi UMPTN. Lebih-lebih dengan adanya kesempatan yang diberikan kepada lulusan IPS yang boleh memilih program IPA sesuai keinginannya. Demikian pula siswa laki-laki dan perempuan juga sama tingkat keemasannya dalam menghadapi UMPTN. Ini dapat dilihat dari hasil analisis yang menunjukkan  $\chi_h < \chi_t$  atau  $2,58 < 3,841$ . Berarti kecemasan yang menyangkut jurusan dan jenis kelamin atau antarteman begitu ketat, meskipun untuk sebagian besar siswa tidak menjadi persoalan. Kondisi lain yang ada pada realita saat ini, adalah bahwa pada dasarnya semua orang secara psikologis mempunyai perasaan takut, cemas, terutama menghadapi kompetisi yang begitu ketat dalam mengikuti UMPTN. Oleh ka-

rena itu bagi guru bidang studi maupun pembimbing yang perlu diperhatikan adalah memahami kondisi siswa dengan menanamkan kepercayaan pada diri sendiri, bahwa mereka memiliki potensi yang dapat dikembangkan secara optimal.

Searah dengan hasil penelitian ini maka seharusnya semua staf sekolah terutama guru dan pembimbing mampu mengorganisir kegiatan belajar siswa baik melalui CBSA, belajar kelompok maupun kegiatan lain. Guru dan pembimbing sekolah setiap saat dapat mengontrol dan memonitoring, sehingga kondisi kecemasan yang dialami siswa dapat dideteksi secara lebih dini. Untuk selanjutnya perlu perhatian yang serius dari pihak guru dan pembimbing memotivasi agar siswa mempunyai rasa percaya diri untuk bersaing dalam UMPTN.

## KESIMPULAN DAN SARAN

Dari hasil penelitian dapat disimpulkan sebagai berikut:

Ternyata ada perbedaan tingkat kecemasan dalam menghadapi UMPTN dilihat dari prestasi belajar siswa. Hal ini dapat dilihat dari hasil analisis data yang menunjukkan bahwa  $X_h > X_t$  atau  $4,81 > 3,841$ . Ini berarti bahwa siswa yang memiliki prestasi tinggi memiliki tingkat kecemasan ringan dibanding mereka yang memiliki prestasi rendah. Dilihat dari jurusan, antara siswa yang berasal dari IPA dengan IPS ternyata tidak ada perbedaan tingkat kecemasan menghadapi UMPTN. Hal ini dilihat dari hasil perhitungan yang menunjukkan  $X_h < X_t$  atau  $0,216 < 3,841$ . Demikian pula jika

dilihat dari jenis kelamin, antara siswa laki-laki dengan perempuan memiliki tingkat kecemasan yang sama dalam menghadapi UMPTN. Ini dapat dilihat dari hasil perhitungan yang menunjukkan  $X_h < X_t$  atau  $2,56 < 3,841$ .

Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa tingkat kecemasan dalam menghadapi UMPTN tidak ditentukan oleh prestasi belajar saja, tetapi dipengaruhi oleh faktor lain yang memberi peluang bagi siswa untuk timbulnya kecemasan, antara lain: kompetisi, sosial ekonomi, harapan masa depan. Saran yang perlu disampaikan: (1) Perlu ditingkatkan pelaksanaan bimbingan karier di sekolah, agar perencanaan masa depan siswa terutama menghadapi UMPTN lebih mantap, sehingga dapat mengeliminasi segala hambatan yang ada; (2) Perlu peningkatan pelaksanaan layanan bimbingan konseling terutama bimbingan pribadi agar siswa dengan segala kemampuannya mempunyai kepercayaan diri sehingga angka kecemasan dapat ditekan seringan mungkin; (3) Mengingat hasil penelitian ini menunjukkan bahwa siswa yang berprestasi tinggi memiliki tingkat kecemasan yang lebih ringan dibanding siswa yang berprestasi rendah. Kondisi ini dapat dimanfaatkan oleh guru khususnya guru pembimbing untuk memotivasi mereka agar lebih giat dalam usahanya melanjutkan studi ke Perguruan Tinggi; (4) Perlunya orang tua memperhatikan kondisi anaknya terutama psikologis agar tidak mengalami kecemasan karena harapan orang tua kadang-kadang tidak sesuai dengan harapan anak.

## DAFTAR PUSTAKA

- Arthur T. Jersild, Muchtar Buchori, & Cony Semiawan. (1962). *Psikologi Anak*. Bandung: Teratai.
- Fernandes, H.J.C. (1984). *Evaluation of Educational Program, National Education Planning Evaluation and Curriculum Development*. New York: Walker and Company.
- Hall, Calvin. S & Tasrif. S. (1980). *Sigmund Freud*. Bandung: PT. Pembangunan.

- Mustofa Fahmi & Zakiah Daradjat (Penterjemah). (1987). *Kesehatan Jiwa dalam Keluarga, Sekolah, Masyarakat*. Bandung: Bulan Bintang.
- Sutrisno Hadi. (1987). *Metodologi Research. Jilid I, II, dan III*. Yogyakarta: Yayasan Penerbitan Fakultas Psikologi UGM.
- Zakiah Daradjat. (1987). *Perawatan Jiwa Untuk Anak-Anak*. Jakarta: Bulan Bintang.
- \_\_\_\_\_. (1990). *Kesehatan Mental*. Jakarta: CV Haji Mas Agung.
- Rubin, Zick; Elron B; & Mc. Neil. (1981). *The Psychology Being Human*. New York: Harper & Row Publisher.