

BAB I

PENDAHULUAN

A. LATAR BELAKANG MASALAH

Kecemasan adalah salah satu perilaku yang cukup banyak dijumpai dalam masyarakat. Prevalensi kecemasan berkisar pada angka 6-7% dari populasi umum. Kelompok perempuan lebih banyak dibandingkan prevalensi kelompok laki-laki (Ibrahim, 2002). Kecemasan merupakan suatu penyerta yang normal dari pertumbuhan, perubahan, pengalaman sesuatu yang baru dan belum dicoba, dan penemuan identitas sendiri dan arti hidup. Sebaliknya kecemasan patologis adalah respon yang tidak sesuai terhadap stimulus yang diberikan berdasarkan pada intensitas atau durasinya (Kaplan dan Sadock, 1997). Kecemasan pada tingkat tertentu dianggap wajar dan sehat dan juga dapat memobilisasi daya tahan (Maramis, 2004). Kecemasan yang timbul terlalu berat dapat mengakibatkan hambatan tingkah laku, dalam kondisi yang ekstrim yang bersangkutan dapat jatuh pada kondisi khas neurotik (Sarlito, 1984).

Pada hakikatnya, kecemasan, kegelisahan dan ketakutan adalah jejaring yang sengaja Allah SWT ciptakan untuk kita. Banyak diantara kita yang tidak memahami makna cemas dan kegelisahan tersebut. Kegelisahan, kecemasan dan ketakutan dalam batas wajar adalah sinyal yang diberikan

Allah SWT akan adanya bahaya dari luar. Jika sudah melampaui ambang batas hal itu dapat mengganggu kesehatan kita. Allah SWT berfirman :

"Dan sungguh akan Kami berikan cobaan kepadamu dengan sedikit ketakutan, kelaparan, kekurangan harta, jiwa dan buah-buahan, Dan berikanlah berita gembira kepada orang-orang yang sabar (yaitu) orang-orang yang apabila ditimpa musibah, mereka mengucapkan: "Inna lillahi wa innaa ilahi Raaji'un." (QS. Al-Baqarah[2]:155-156).

Sejalan dengan ayat diatas Allah pun mengingatkan dalam Al-Quran surat Al-Anbiya ayat 35 :

"Kami akan menguji kamu dengan keburukan dan kebajikan sebagai suatu ujian dan kepada Kami kamu akan dikembalikan." (QS. Al-Anbiya : 35)

Menelaah kedua ayat di atas, kita mendapat suatu gambaran, selama hayat masih dikandung badan, kita tidak akan lepas dari berbagai ujian dan cobaan.

Adapun bentuk ujian dan cobaan itu antara lain, kecemasan, kegelisahan serta ketakutan. Kecemasan dapat timbul apabila individu berhadapan dengan situasi-situasi tertentu, misalnya situasi yang mengandung bahaya fisik, situasi yang mengandung evaluasi sosial, ambiguitas, dan situasi sehari – hari (Endler, cit Santoso, 2007). Sebagian besar orang mempunyai pola tanggapan yang khas terhadap situasi-situasi penyulut kecemasan. Bagaimanapun, kecemasan merupakan pengalaman yang universal, dialami oleh siapapun, kapan pun (Price, cit Santoso, 2007).

Salah satu situasi yang dapat menghadirkan kecemasan pada remaja yang sulit untuk dihindari adalah Ujian Nasional. Kecemasan para siswa yang akan menjalani ujian adalah mampukah mereka melewati proses penentuan

masa depan yang ditentukan dengan perolehan nilai ujian 3 mata pelajaran utama. Kecemasan pun meningkat manakala batas kelulusan Ujian Nasional terus meningkat jika dibandingkan dengan tahun-tahun yang lalu. Melihat dari tingginya batas nilai kelulusan tersebut yang akan terus meningkat pada tahun berikutnya membuat suatu kecemasan pada siswa (Setyaningsih, 2007).

Selain itu, hampir dapat dipastikan, seorang yang sedang menghadapi tes akan mengalami kecemasan. Sejumlah penelitian yang mendalam dan dilaksanakan dalam kurun waktu sepuluh tahun mencatat tiga faktor utama pemicu kecemasan menghadapi tes yaitu (1) keterbatasan waktu; (2) tingkat kesulitan materi tes; (3) instruksi tes, bentuk pertanyaan dan jawaban tes dan hal-hal mekanis tes lainnya. Dibawah tekanan waktu yang ditentukan untuk menjawab soal-soal yang disediakan siswa akan menjadi mudah panik dan salah satu efek yang ditimbulkan oleh kepanikan tersebut adalah kegagalan mengingat atau mengekspresikan hal-hal yang sebenarnya telah mereka kuasai. Kecemasan terhadap tes ini tidak hanya dirasakan oleh siswa pada saat tes berlangsung, bahkan telah dirasakan beberapa hari, atau bahkan beberapa bulan sebelumnya (Hasan, 2007)

Kecemasan yang dialami siswa menghadirkan berbagai respon. Salah satu respon tersebut adalah para siswa tidak sedikit yang mengikuti tambahan pelajaran di luar sekolah di berbagai lembaga bimbingan belajar untuk mendapatkan kiat-kiat praktis mengerjakan soal ujian (Setyaningsih, 2007).

Menurut Sudrajat (2008), bimbingan belajar merupakan upaya untuk membantu siswa yang mengalami kesulitan dalam belajarnya. Peran sekolah, walaupun belum tergantikan, kian tersaingi oleh maraknya lembaga bimbingan belajar. Lembaga bimbingan belajar kini semakin kreatif dan variatif dalam memberikan pelayanan kepada siswa serta memahami kebutuhan siswa. Keberadaan bimbingan belajar semakin kuat dengan hadirnya Undang-Undang No. 2 Tahun 1998 tentang Sistem Pendidikan Nasional. Salah satu yang ditekankan dalam Undang-Undang No. 2 Tahun 1998 adalah terkait dengan tanggung jawab penyelenggaraan pendidikan, yakni bahwa pada dasarnya beban penyelenggaraan pendidikan tidak saja dipikul oleh pemerintah saja, tetapi juga pada keluarga dan masyarakat. Purdi, dkk (2008) berpendapat bahwa usaha bimbingan belajar akan terus berkembang karena pengguna jasa pendidikan memang memerlukan.

Mengingat adanya kecemasan pada siswa dalam menghadapi Ujian Nasional dan untuk mengantisipasi timbulnya kecemasan yang patologis, serta terdapatnya fenomena tumbuhnya bimbingan tes merupakan latar belakang penulis dalam melakukan penelitian yang berjudul “ Perbedaan Tingkat Kecemasan pada Siswa Kelas III SMA yang Mengikuti dan Tidak Mengikuti Bimbingan Belajar dalam Menghadapi Ujian Nasional”.

B. PERUMUSAN MASALAH

Berdasarkan latar belakang pemikiran di atas, masalah yang muncul dari rencana penelitian ini adalah :

Apakah terdapat perbedaan tingkat kecemasan antara siswa yang mengikuti bimbingan belajar dengan yang tidak mengikuti bimbingan belajar dalam menghadapi Ujian Nasional?

C. TUJUAN PENELITIAN

1. Tujuan Umum

Mengetahui perbedaan tingkat kecemasan antara siswa yang mengikuti bimbingan belajar dengan yang tidak mengikuti bimbingan belajar dalam menghadapi Ujian Nasional.

2. Tujuan Khusus

- a. Mengetahui tentang kecemasan siswa dalam menghadapi Ujian Nasional
- b. Mengetahui tingkat kecemasan siswa yang mengikuti bimbingan belajar dalam menghadapi Ujian Nasional
- c. Mengetahui tingkat kecemasan siswa yang tidak mengikuti bimbingan belajar dalam menghadapi Ujian Nasional

D. MANFAAT PENELITIAN

1. Manfaat Teoritis

Diharapkan dapat menambah pengembangan ilmu pengetahuan khususnya psikiatri terutama tentang kecemasan yang dialami oleh para remaja.

2. Manfaat Praktis

a. Bagi Siswa

Dapat memberikan manfaat bagi siswa kelas III SMA sebagai persiapan menghadapi Ujian Nasional dengan baik, agar melakukan upaya-upaya antisipasi terhadap kecemasan dalam menghadapi Ujian Nasional.

b. Bagi Orang Tua

Dapat memberikan sumbangan pemikiran bagi orang tua tentang wawasan mengenai bimbingan belajar bagi anak.

c. Bagi Sekolah

Dapat memberikan sumbangan pemikiran bagi pihak sekolah dalam mempersiapkan siswanya dengan baik, agar melakukan upaya-upaya antisipasi terhadap kecemasan dalam menghadapi Ujian Nasional.

d. Bagi Dokter

Dapat menambah ilmu pengetahuan dalam dalam bidang psikiatri khususnya tentang kecemasan pada siswa yang akan menghadapi Ujian Nasional.

E. KEASLIAN PENELITIAN

Telah banyak penelitian yang dilakukan tentang tingkat kecemasan, diantaranya adalah :

1. Aris Widodo, 2004, dengan judul “ Perbedaan Tingkat Kecemasan Mahasiswa Program A dan B pada Program Studi Ilmu Keperawatan UGM dalam melaksanakan Praktek Klinik Tahap Profesi Ners”. Dari penelitian ini diperoleh hasil bahwa terdapat perbedaan yang bermakna antara tingkat kecemasan mahasiswa Program A dan B PSIK FK UGM dalam melaksanakan praktek klinik tahap profesi ners tahun 2004. Dimana frekuensi kecemasan yang lebih tinggi sebesar 43% didapatkan pada mahasiswa program A yang berasal dari SMU/ sederajat karena belum memiliki ketrampilan keperawatan sebelumnya, sedangkan mahasiswa program B yang berasal dari D III keprawatan/ Akper mempunyai frekuensi kecemasan yang lebih rendah sebesar 16% karena telah memiliki praktek lapangan sebelumnya.
2. Cahyaningsih, 1999, dengan judul “ Perbedaan Tingkat Kecemasan antara Siswa Primagama Yogyakarta yang pernah gagal UMPTN dan belum Tahun ajaran 1997/1998. Dari hasil penelitian diperoleh bahwa terdapat kecemasan yang tinggi pada siswa Primagama dalam menghadapi UMPTN 1998 yaitu sebesar 62,96% dan tidak terdapat tingkat kecemasan yang bermakna antara siswa yang pernah gagal UMPTN dan yang belum pernah gagal UMPTN.

Perbedaan dengan penelitian kali ini adalah, dalam penelitian yang akan dilakukan peneliti kali ini, peneliti akan meneliti tentang perbedaan tingkat kecemasan dimana subyek yang akan melibatkan adalah siswa kelas III SMA yang akan menghadapi Ujian Nasional, dimana akan dipilih subyek antara siswa yang mengikuti bimbingan belajar dan yang tidak mengikuti bimbingan belajar.