

BAB 1

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Kecemasan adalah suatu keadaan khawatir yang mengeluhkan sesuatu yang buruk akan terjadi. Kecemasan ditandai oleh gejala-gejala jasmaniah seperti ketegangan fisik dan adanya perasaan khawatir (Durand dan Barlow, 2006). Gejala kecemasan bervariasi antara individu yang satu dengan individu yang lain. Gejala dapat berupa perasaan yang tidak menyenangkan, ketakutan yang difus serta gejala otonom seperti palpitasi, berkeringat, sakit kepala, jantung berdebar, sakit perut, gelisah dan ketidakmampuan berdiri atau duduk dalam waktu yang lama (Kaplan dan Sadock, 2010).

Badan Kesehatan Dunia (WHO) memperkirakan bahwa pada tahun 2020 kecemasan merupakan penyebab utama dari ketidakmampuan seorang individu di seluruh dunia dan gangguan psikiatri akan menyumbang sekitar 15% dari angka kesakitan global. Amerika telah kehilangan setiap tahunnya uang sejumlah 80 miliar dolar akibat ketidak produktifan yang dikarenakan menderita gangguan psikiatri (Hidayat *et al.*, 2010).

Penelitian di Inggris pada dua kelompok masyarakat yaitu masyarakat kulit putih dan masyarakat keturunan Afrika didapatkan gangguan kecemasan pada kulit putih lebih besar yaitu 9% dibandingkan dengan keturunan Afrika yang memiliki persentase sebesar 3% (Wiguna, 2003). Di Indonesia, berdasarkan data Riskesdas tahun 2013, prevalensi gangguan mental emosional seperti gangguan kecemasan dan depresi sebesar 6% dari populasi yang berumur >15 tahun. Sedangkan di Sumatera

Barat prevalensi gangguan kecemasan yaitu sebanyak 4,5% dari populasi yang berumur >15 tahun (Riskesdas, 2013).

Kecemasan merupakan salah satu masalah utama dalam hal pendidikan yang dihadapi oleh remaja. Remaja adalah mereka yang berusia antara 12 hingga 24 tahun. Terlalu cemas dan takut menjelang ujian, justru akan mengganggu daya ingat dan konsentrasi untuk belajar efektif (Putri, 2013). Masalah remaja sering menjadi sulit oleh karena kurangnya pengalaman dalam mengatasi masalah dan adanya suasana hati yang berubah-ubah serta tingginya angka perilaku ceroboh (Spear, 2010).

Salah satu tantangan yang dihadapi siswa kelas XII dalam bidang pendidikan adalah SBMPTN (Seleksi Bersama Masuk Perguruan Tinggi Negeri). SBMPTN merupakan seleksi yang dilaksanakan secara bersama oleh seluruh perguruan tinggi negeri di Indonesia dalam suatu sistem yang terpadu dengan menggunakan nilai ujian tertulis yang diselenggarakan secara serentak seIndonesia (SBMPTN, 2016).

Terdapat tiga jalur penerimaan mahasiswa baru yaitu SNMPTN (Seleksi Nasional Masuk Perguruan Tinggi Negeri) dengan persentase 40%, SBMPTN dengan persentase 30% dan Ujian Mandiri dengan persentase 30% (Permenristekdikti, 2015). Data SBMPTN menyebutkan peserta SBMPTN mengalami peningkatan dari tahun ke tahun seperti tahun 2013 sebanyak 585.789 peserta, tahun 2014 sebanyak 664.509 peserta dan tahun 2015 sebanyak 1.144.521 peserta (infosbmptn, 2016).

Peserta SBMPTN yang setiap tahun mengalami peningkatan menandakan meningkatnya minat siswa dalam memasuki perguruan tinggi negeri. Setiap menjelang pelaksanaan SBMPTN para siswa dilanda perasaan cemas yang luar biasa. Salah satu bentuk respon dari kekhawatiran tersebut adalah dengan ikutserta dalam program

bimbingan belajar. Salah satu kelebihan yang dimiliki oleh lembaga bimbingan belajar adalah banyaknya soal-soal latihan yang diberikan kepada siswa sehingga para siswa banyak berlatih memecahkan soal-soal dengan cepat dan tepat (Nugroho, 2010).

Penelitian sebelumnya yang dilakukan oleh Hilma (2010) di Sukoharjo didapatkan hubungan yang tidak bermakna antara siswa yang mengikuti bimbingan belajar dengan siswa yang tidak mengikuti bimbingan belajar dalam menghadapi SNMPTN. Sebaliknya, hasil penelitian ini berbeda dengan penelitian yang dilakukan oleh Nugroho (2011) terhadap siswa SMAN 2 Sragen tahun 2010/2011 yang menemukan adanya hubungan yang bermakna antara kecemasan dengan bimbingan belajar. Sementara itu, di Sumatera Barat penelitian serupa mengenai hubungan bimbingan belajar dengan kejadian kecemasan belum pernah dilakukan.

Berdasarkan survei awal Kota Payakumbuh merupakan kota dengan pengelola pendidikan terbaik di Sumatera Barat, selain itu dalam penelitian ini diperlukan perbandingan antara dua sampel yaitu sampel yang mengikuti bimbingan belajar dan yang tidak mengikuti bimbingan belajar sehingga sekolah yang dipilih adalah sekolah yang bisa memenuhi sampel yang dibutuhkan. Di SMA N 1 Payakumbuh perbandingan antara sampel yaitu siswa yang mengikuti bimbingan belajar dengan yang tidak mengikuti bimbingan belajar hampir sama. Sehingga bisa dijadikan sampel dalam penelitian ini (Dinas Pendidikan Payakumbuh, 2015).

Berdasarkan latar belakang di atas peneliti tertarik untuk mengambil judul “Hubungan Keikutsertaan Bimbingan Belajar terhadap Kejadian Kecemasan pada Siswa Kelas XII dalam Menghadapi SBMPTN di SMA 1 Payakumbuh”.

1.2 Rumusan Masalah

Bagaimana hubungan keikutsertaan bimbingan belajar terhadap kejadian kecemasan pada siswa kelas XII dalam menghadapi SBMPTN di SMA 1 Payakumbuh?

1.3 Tujuan Penelitian

1.3.1 Tujuan Umum

Mengetahui hubungan keikutsertaan bimbingan belajar terhadap kejadian kecemasan pada siswa kelas XII dalam menghadapi SBMPTN di SMA 1 Payakumbuh.

1.3.2 Tujuan Khusus

- a. Mengetahui kejadian kecemasan pada siswa kelas XII yang mengikuti bimbingan belajar dalam menghadapi SBMPTN di SMAN 1 Payakumbuh.
- b. Mengetahui kejadian kecemasan pada siswa kelas XII yang tidak mengikuti bimbingan belajar dalam menghadapi SBMPTN di SMA N 1 Payakumbuh.
- c. Mengetahui hubungan keikutsertaan bimbingan belajar terhadap kejadian kecemasan pada siswa kelas XII dalam menghadapi SBMPTN di SMA 1 Payakumbuh.

1.4 Manfaat Penelitian

1.4.1 Manfaat Teoritis

Untuk memperkaya khasanah ilmu pengetahuan khususnya bidang psikiatri serta memberikan bukti ilmiah tentang adanya perbedaan kecemasan pada siswa kelas XII yang mengikuti bimbingan belajar dengan siswa yang tidak mengikuti bimbingan

belajar dalam menghadapi SBMPTN. Penelitian ini juga dapat digunakan sebagai rujukan untuk penelitian selanjutnya.

1.4.2 Manfaat Praktis

a. Akademik

Memberikan gambaran bahwa kejadian kecemasan dipengaruhi oleh seberapa penting suatu hal tersebut bagi individu yang bersangkutan. Semakin penting suatu hal maka semakin tinggi *anxiety trait*, semakin tinggi *anxiety trait* maka kecemasan akan semakin meningkat.

b. Institusi Pendidikan

Manfaat bagi institusi pendidikan atau SMA N 1 Payakumbuh adalah untuk memberikan informasi mengenai kejadian kecemasan pada siswa kelas XII dalam menghadapi SBMPTN sehingga diharapkan agar sekolah bisa menjalankan fungsi utamanya yaitu dalam proses belajar mengajar dengan cara memanfaatkan waktu yang ada disekolah untuk proses pembelajaran yang efektif dan efisien.

c. Masyarakat

Manfaat bagi orang tua adalah untuk memberikan sumbangan pemikiran mengenai gambaran kejadian kecemasan anak yang berada pada tingkat akhir pendidikan SMA serta memberikan gambaran bimbingan belajar sebagai salah satu cara untuk mempersiapkan diri menghadapi SBMPTN dengan baik.

