

## **BAB IV**

### **HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN**

Bab ini menguraikan hasil penelitian dan pembahasan tentang gambaran tingkat kecemasan siswa SMA dalam menghadapi SBMPTN. Jumlah responden yang terlibat dalam penelitian ini berjumlah 35 anak. Desain penelitian deskriptif digunakan dalam penelitian ini dengan tujuan untuk mengidentifikasi gambaran tingkat kecemasan siswa kelas MIPA 5 dalam menghadapi SBMPTN di SMAN 1 Talun Kabupaten Blitar.

Penelitian ini menggunakan instrumen atau alat ukur berupa kuesioner. Kuesioner Skala HARS Menurut Hamilton Anxiety Rating Scale (HARS) di kutip dari (Tawi, 2012).

#### **4.1 Hasil Penelitian**

##### **4.1.1 Gambaran Lokasi Penelitian**

Penelitian ini dilakukan di SMAN 1 Talun Kabupaten Blitar yang terletak di Jl. Raya Talun, Gogolatar, Kaweron, Kec. Talun, Blitar, Jawa Timur, kode pos 66183, di lengkapi dengan jurusan IPA, IPS, Bahasa, dengan jumlah kelas X : 8 kelas, kelas XI : 8 kelas, kelas XIII : 8 kelas, kelas X : 1 Akselerasi. Penelitian ini dilakukan pada 23 Januari 2020 di SMAN 1 Talun wilayah Desa Kaweron Kecamatan Talun Kabupaten Blitar.

##### **4.1.2 Data Umum**

Responden yang menjadi sampel dalam penelitian ini adalah siswa MIPA 5 di SMAN 1 Talun Kabupaten Blitar dengan jumlah 35 siswa. Data umum terdiri atas jenis kelamin, usia, pernah tidaknya mengalami

kegagalan ujian masuk sekolah sebelumnya dan apakah saudara menargetkan skor tinggi pada SBMPTN 2020.

Tabel 4.1 Data Umum Responden

Karakteristik Responden	Distribusi Frekuensi (orang)	Presentase (%)
<b>Jenis Kelamin</b>		
Laki-laki	9	25,7%
Perempuan	26	74,3%
<b>Usia</b>		
17 tahun	16	45,7%
18 tahun	19	54,2%
<b>Pernah tidaknya mengalami kegagalan ujian masuk sekolah sebelumnya</b>		
Pernah	8	22,8%
Tidak pernah	27	77,1%
<b>Apakah menargetkan skor tinggi pada SBMPTN 2020</b>		
Ya	30	85,7%
Tidak	6	17,1%

Tabel 4.1 memperlihatkan bahwa sebagian kecil responden (25,7%) yaitu 9 anak berjenis kelamin laki-laki dan sebagian besar responden perempuan yaitu 26 orang (74,2%). Hampir setengah responden berumur 17 tahun (45,7%) dan sebagian besar berumur 18 tahun (54,2%). Siswa yang pernah mengalami kegagalan ujian masuk sekolah sebagian kecil yaitu 8 siswa (22,8%) dan hampir seluruhnya tidak pernah mengalami kegagalan ujian masuk sekolah sebanyak 27 siswa (77,1%). Hampir seluruhnya siswa menargetkan nilai tinggi di SBMPTN 2020 sebanyak 30 siswa (85,7%) dan tidak menargetkan nilai tinggi sebanyak 6 siswa (17,1%).

### 4.1.3 Data khusus

Pada data khusus penelitian mengenai tingkat kecemasan siswa MIPA 5 ini diperoleh tingkatan kecemasan siswa MIPA 5 dalam mempersiapkan SBMPTN 2020.

Tabel 4.2 Data gambaran tingkat kecemasan siswa MIPA 5 dalam mempersiapkan SBMPTN di SMAN 1 Talun Kabupaten Blitar.

Tingkat Kecemasan	Distribusi Frekuensi (orang)	Presentase (%)
Tidak ada kecemasan	5	14%
Kecemasan ringan	21	60%
Kecemasan sedang	7	20%
Kecemasan berat	2	5,7%
Kecemasan sangat berat/panik	-	-
<b>Total</b>	<b>35</b>	<b>100%</b>

Distribusi jawaban responden menunjukkan bahwa sebagian besar responden yaitu 21 siswa (60%) memiliki kecemasan ringan dalam mempersiapkan ujian SBMPTN, sebagian kecil yaitu 5 siswa (14%) tidak ada kecemasan dalam mempersiapkan SBMPTN, 7 siswa (20%) kecemasan sedang, dan 2 siswa (5,7%) kecemasan berat.

Tabel 4.3 Distribusi gambaran tingkat kecemasan siswa kelas 12 MIPA 5 dalam mempersiapkan SBMPTN di SMAN 1 Talun Kabupaten Blitar.

Karakteristik Responden	Kategori kecemasan								Total	
	Tidak ada kecemasan		Kecemasan Ringan		Kecemasan Sedang		Kecemasan Berat		Jumlah	%
	n	%	n	%	n	%	n	%	n	%
<b>Jenis Kelamin</b>										
Laki-laki	-	%	8	88,9%	1	11,1%	-	%	9	100%
Perempuan	5	19,2%	13	50%	6	23,1%	2	7,7%	26	100%
	5	9,6%	21	69,45%	7	17,1%	2	3,85%	35	100%
<b>Usia</b>										
17	2	12,5%	9	56,25%	4	25%	1	6,25%	16	100%
18	3	15,7%	21	63%	3	15,7%	1	5,3%	19	100%
	5	14,1%	21	59,7%	7	20,4%	2	5,8%	35	100%

<b>Pernah tidaknya mengalami kegagalan ujian masuk sekolah sebelumnya</b>										
Pernah	-	%	6	75%	2	25%	-	%	8	100%
Tidak pernah	5	19%	14	52%	6	22%	2	8%	27	100%
	5	19%	20	57%	8	22%	2	8%	35	100%
<b>Apakah menargetkan skor tinggi pada SBMPTN 2020</b>										
Ya	4	15%	17	60%	5	18%	2	7%	28	100%
Tidak	1	15%	4	57%	7	20%	-	%	7	100%
	5	14%	21	60%	7	20%	2	6%	35	100%

Hasil penelitian diatas menunjukkan bahwa siswa perempuan lebih banyak mengalami kecemasan, baik kecemasan ringan, sedang dan berat sebanyak 26 orang (74,3%), dari pada siswa laki-laki sebanyak 9 orang (25,7%). Kemudian untuk kelompok umur menunjukkan bahwa sebagian kecil yaitu 2 siswa (12,5%) yang berusia 17 tahun tidak memiliki kecemasan dalam menghadapi persiapan SBMPTN, sedangkan pada usia 18 tahun yang tidak memiliki kecemasan yaitu sebanyak 3 siswa (15,7%). Untuk pernyataan siswa yang memiliki kecemasan ringan dalam pengalaman kegagalan ujian masuk sekolah yaitu 6 siswa (75%) dan siswa yang tidak pernah mengalami kegagalan ujian masuk sekolah yaitu 14 siswa (52%). Dan untuk pernyataan siswa yang memiliki kecemasan ringan dalam menargetkan skor tinggi pada SBMPTN 2020 yaitu 17 siswa (60%) dan siswa yang tidak menargetkan skor tinggi pada SBMPTN 2020 yaitu 4 siswa (5%).

#### **4.2 Pembahasan**

Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa sebagian besar responden yaitu 21 siswa (60%) memiliki kecemasan ringan dalam mempersiapkan ujian SBMPTN, sebagian kecil yaitu 5 siswa (14%) tidak ada kecemasan 7 siswa (20%) kecemasan sedang, dan 2 siswa (5,7%) kecemasan berat.

Dalam hal ini kecemasan dapat diartikan sebagai semacam kegelisahan-kekhawatiran dan ketakutan terhadap sesuatu yang tidak jelas adapun beberapa tanda dan gejala kecemasan pada seseorang antara lain, takut akan pikiran sendiri, merasa tegang, ketakutan, sukar memulai tidur, sulit berkonsentrasi, hilangnya minat, suara tidak stabil, nyeri di dada, sulit menelan, sering buang air kecil, mudah berkeringat dan gelisah (Tawi, 2012).

Hasil penelitian Mukminina (2020) menunjukkan pada siswa SMA yang memiliki tingkat kecemasan ringan dalam menghadapi SBMPTN tahun 2019 cenderung memiliki teknik koping kecemasan yang tergolong adaptif. Adapun yang dimaksud dengan adaptif adalah mampu secara baik mengurangi rasa cemas tanpa menghindarinya secara terus-menerus. Seperti diketahui bahwa sebagian besar responden sebanyak 21 siswa (60%) memiliki kecemasan ringan dalam mempersiapkan ujian SBMPTN, dari hasil tersebut menunjukkan bahwa siswa memiliki kecemasan ringan karena dipengaruhi oleh teknik koping yang adaptif pada siswa sehingga mereka mampu secara baik mengurangi rasa cemasnya.

Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa sebagian kecil yaitu 2 siswa (12,5%) yang berusia 17 tahun tidak memiliki kecemasan dalam menghadapi persiapan SBMPTN, sedangkan pada usia 18 tahun yang tidak memiliki kecemasan yaitu sebanyak 3 siswa (15,7%). Dari hasil penelitian Anggriani (2012) menunjukkan bahwa usia mempengaruhi kematangan fisik dan juga pengalaman dalam menghadapi sesuatu masalah. Kematangan fisik dan juga pengalaman dalam mempersiapkan

untuk menghadapi ujian, serta pengalaman saat menghadapi ujian menjadi salah satu faktor yang mempengaruhi timbulnya kecemasan pada siswa. Dapat dilihat dari kematangan fisik dan pengalaman dalam menghadapi ujian dapat mengurangi rasa kecemasan pada siswa dalam mempersiapkan ujian SBMPTN. Menurut peneliti dalam hal ini terlihat bahwa usia dapat mempengaruhi pengalaman seseorang. Selain itu semakin bertambahnya usia maka semakin bertambah pula pengalaman yang mereka miliki. Semakin seseorang pernah mengalami sesuatu atau berpengalaman maka akan dapat mengurangi rasa cemasnya.

Hasil penelitian ini juga menunjukkan bahwa siswa perempuan lebih banyak mengalami kecemasan, baik kecemasan ringan, sedang dan berat sebanyak 26 orang (74,3%), dari pada siswa laki-laki sebanyak 9 orang (25,7%). Hal ini sesuai dengan fakta yang terdapat di Anxiety and Depression Association of America (ADAA) bahwa perempuan berisiko dua kali lebih besar dibandingkan laki-laki untuk mengalami kecemasan. Anxiety and Depression Association of America (ADAA) juga menyebutkan bahwa kecemasan berkembang dari faktor risiko yang kompleks termasuk genetik, personalitas, dan kejadian kehidupan (Sudaryat, 2020). Siswa perempuan memiliki tingkat kecemasan yang lebih tinggi dari siswa laki-laki, khususnya kecemasan dalam aspek kognitif. Kecemasan pada siswa perempuan timbul sebagai akibat dari proses berfikir, terlebig karena merasa tidak mampu dalam berbagai hal seperti: menjalani tugasnya sebagai siswa, memenuhi tugas perkembangan sebagai seorang remaja, memenuhi tugas perkembangan

khususnya sebagai remaja perempuan, menjalani fungsinya dalam masyarakat ataupun dalam keluarga. Hal ini menyebabkan tingkat kecemasan siswa perempuan lebih tinggi dari siswa laki-laki (Saputro, 2010). Dalam hal ini terlihat bahwa jenis kelamin dapat mempengaruhi kecemasan siswa. Siswa perempuan cenderung mengalami kecemasan karena kecemasan timbul sebagai akibat dari proses berfikir, terlebih karena merasa tidak mampu dalam menjalani berbagai hal tugas perkembangan.

Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa siswa yang memiliki kecemasan ringan dalam pengalaman kegagalan ujian masuk sekolah yaitu 6 siswa (75%) dan siswa yang tidak pernah mengalami kegagalan ujian masuk sekolah yaitu 14 siswa (52%). Dalam hal ini pengalaman kegagalan dalam hidup remaja menunjukkan bahwa remaja merasa gagal dalam hidup ketika kegagalan dalam akademik, kegagalan dalam harapan, kegagalan dalam kompetisi, dan kegagalan manajemen diri. Beberapa hal yang berkaitan dengan kegagalan pada remaja merupakan suatu representasi dari keinginan dan harapan yang ingin dicapai, sebagaimana yang dikatakan oleh Hwang (2012) bahwa situasi sukses dan kegagalan merupakan presentasi dari tujuan hidup yang ingin dicapai. Selanjutnya ketika harapan tersebut tidak tercapai maka akan menjadi sesuatu yang menimbulkan gejolak emosi didalam diri remaja dan menjadi suatu hal yang menyakitkan, dimana ketika *self ideal* "seseorang menjadi apa" tidak sesuai dengan *self actual*, maka dapat mengakibatkan penghayatan bahwa dirinya gagal dan kritik diri serta dapat memicu

timbulnya kecemasan. Dalam hal ini menjelaskan bahwa kegagalan bagi remaja berkaitan dengan harapan remaja untuk berhasil dalam bidang akademik, mencapai harapan, berhasil dalam menjalin hubungan personal, berhasil dalam kompetisi, dan berhasil dalam manajemen diri. Berkaitan dengan hasil ini dapat dilihat bahwa remaja telah memiliki harapan-harapan dan tujuan hidup yang lebih jelas dan beragam bahwa masa remaja merupakan suatu masa perkembangan di mana individu mulai memfokuskan perhatiannya pada pilihan pekerjaan dan gaya hidup



