HUBUNGAN ANTARA TINGKAT KECEMASAN

by Suratmi Suratmi

Submission date: 28-Aug-2024 05:50AM (UTC+0700)
Submission ID: 2437538450
File name: Hubungan_Antara_Tingkat_Kecemasan_Dengan.pdf (128.36K)
Word count: 2309
Character count: 14904

HUBUNGAN ANTARA TINGKAT KECEMASAN DENGAN HASIL BELAJAR MAHASISWA DI PROGRAM STUDI PENDIDIKAN BIOLOGI UNTIRTA

Suratmi [1)] , Rukman Abdullah [2)] ,M. Taufik[2)]
[1)] *Universitas Sriwijaya*
[2)] *Universitas Sultan Ageng Tirtayasa*
Email : ami_suratmi@ymail.com

ABSTRAK: Kecemasan sering muncul pada individu manakalah berhadapan dengan situasi yang tidak menyenangkan. Salah satunya adalah kecemasan mahasiswa dalam menghadapi ujian. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui Hubungan Antara Tingkat Kecemasan dengan hasil belajar mahasiswa di Program Studi Pendidikan Biologi UNTIRTA. Metode penelitian yang digunakan adalah penelitian deskriftif dengan teknik korelasional. Instrumen yang digunakan berupa angket, lembar observasi dan pedoman wawancara tentang tingkat kecemasan mahasiswa Biologi dalam menghadapi ujian pada mata kuliah di Program Studi Pendidikan Biologi. Berdasarkan hasil penelitian, mahasiswa memiliki tingkat kecemasan yang sedang dalam menghadapi Ujian Tengah Semester. Sebagian besar mahasiswa memiliki hasil belajar yang cukup dalam belajar mata kuliah Evaluasi proses dan Hasil Belajar Biologi. Kesimpulannya adalah tidak terdapat hubungan yang signifikan antara tingkat kecemasan menghadapi ujian dengan hasil belajar mahasiswa Program Studi Pendidikan Biologi Untirta.

Kata kunci*: *Tingkat kecemasan, hasil belajar

Pendahuluan

Kecemasan merupakan bentuk perasaan khawatir, gelisah dan perasaan-perasaan lain yang kurang menyenangkan (Harlock, 1990). Kecemasan sering muncul pada individu manakala berhadapan dengan situasi yang tidak menyenangkan. Pada tingkat kecemasan yang sedang, persepsi individu lebih memfokuskan hal yang penting saat itu saja dan mengesampingkan hal yang lainnya. Pada tingkat kecemasan berat/tinggi, persepsi individu menjadi turun, hanya memikirkan hal yang kecil saja dan mengabaikan yang lainnya, sehingga individu tidak dapat berpikir dengan tenang.

Kecemasan dapat dialami oleh siapa saja, termasuk mahasiswa, karena setiap manusia mengalaminya dan bagaimanapun rasa cemas dalam batas wajar merupakan bagian yang tidak terpisahkan dari kehidupan manusia. Kecemasan dapat timbul karena dipicu oleh situasi dan kondisi tertentu yang membuat perasaan tidak nyaman dan bisa terjadi tanpa disadari yang disebabkan oleh sesuatu yang khusus.

Berdasarkan hasil wawancara dan observasi pada mahasiswa program studi pendidikan biologi UNTIRTA, mahasiswa mengalami berbagai kecemasan seperti cemas ketika akan presentasi, cemas ketika akan bertanya, dan cemas ketika akan menghadapi ujian semester. Kecemasan yang dialami oleh mahasiswa ini akan sangat berpengaruh terhadap proses dan hasil belajar mahasiswa. Sebagaimana dikemukan oleh Harlock (2009) siswa merasa prihatin atau khawatir ketika mereka menghadapi tantangan-tantangan di sekolah seperti berhasil dalam ujian. Menurut Tresna (2011) fenomena sangat cemas dalam menghadapi ujian pada siswa dapat menghambat tujuan belajar yang ingin dicapai oleh siswa.

Casbarro (2005) menyebutkan bahwa manifestasi kecemasan ujian terwujud sebagai kolaborasi dan perpaduan tiga aspek yang

tidak terkendali dalam diri individu, yaitu: (a) Manifestasi kognitif, yang terwujud dalam bentuk ketegangan pikiran siswa, sehingga membuat siswa sulit konsentrasi, kebingungan dalam menjawab soal dan mengalami mental *blocking*, (b) Manifestasi afektif, yang diwujudkan dalam perasaan yang tidak menyenangkan seperti khawatir, takut dan gelisah yang berlebihan (c) Perilaku motorik yang tidak terkendali, yang terwujud dalam gerakan tidak menentu seperti gemetar. Berdasarkan ketiga aspek ini maka kecemasan yang sangat berlebihan dalam proses pembelajaran harus dihindari. Berdasarkan permasalahan tersebut perlu dilakukan penelitian tentang Hubungan antara Tingkat Kecemasan menghadapi ujian dengan Hasil Belajar Mahasiswa di Program Studi Pendidikan Biologi UNTIRTA.

METODE

Metode penelitian yang digunakan adalah deskriptif. Teknik yang digunakan yaitu teknik korelasional. Teknik korelasional digunakan untuk mengetahui ada atau tidaknya hubungan antara dua variabel dan seberapa besar tingkat hubungan antara dua variabel yang diamati.

Populasi dalam penelitian ini adalah mahasiswa Program Studi Pendidikan Biologi semester Gasal tahun ajaran 2013/2014. Teknik pengambilan sampel dalam penelitian ini dilakukan dengan menggunakan teknik *purposive sampling*, yaitu dengan cara mengambil sampel berdasarkan atas adanya tujuan tertentu (Fraenkel & Wallen, 1993). Adapun sampel dalam penelitian ini adalah mahasiswa Program Studi Pendidikan Biologi semester V yang berjumlah 96 orang yang mengikuti mata kuliah Evaluasi Proses dan Hasil Belajar Biologi.

Teknik pengumpulan data dalam penelitian ini menggunakan beberapa instrumen. Instumen yang dikembangkan modifikasi dari instrument *Hamilton Rating Scale for Anxiety* (Hamilton, 1959). *Hamilton Rating Scale for Anxiety* membagi indikator kecemasan menjadi 14 item yaitu perasaan cemas, ketegangan, ketakutan, gangguan tidur, gangguan kecerdasan, perasaan depresi, gejala somatik/fisik, gejala somatik/sensorik, gejala kardiovaskuler, gejala repiratori, gejala pencernaan, gejala urogenital, dan gejala autonom. Adapun instrumen yang digunakan dalam penelitian ini adalah:

a. Angket
   Angket berisi 25 pernyataan yang harus diisi oleh mahasiswa. Penggunaan angket bertujuan untuk mengetahui tingkat kecemasan mahasiswa dalam menghadapi ujian di Program Studi Pendidikan Biologi. Dalam penelitian ini adalah kecemasan mahasiswa dalam menghadapi Mata kulian Evaluasi Proses dan Hasil Belajar Biologi. Angket dikembangkan menurut skala Likert. Instrumen dibuat berupa pernyataan dengan empat alternatif jawaban, sesuai dengan skala Likert yaitu sangat sesuai (SS), sesuai (S), tidak sesuai (TS), dan sangat tidak sesuai (STS).
b. Lembar observasi untuk mengetahui aktivitas siswa selama mengikuti pelaksanaan ujian.
c. Pedoman wawancara terhadap mahasiswa untuk mengetahui tingkat kecemasan mahasiswa dalam menghadapi ujian.

Data yang diperoleh dianalisis dengan teknik analisis deskriptif kualitatif. Teknik analisis data deskriptif kualitatif yaitu teknik analisis data dengan cara menganalisis atau mendeskripsikan data yang diperoleh dari hasil analisis angket, lembar observasi dan wawancara dengan mahasiswa. Pengolahan data hubungan antara tingkat kecemasan dalam menghadapi ujian dengan hasil belajar mahasiswa menggunakan formula korelasi *"The Spearman Rank order coefficient correlation"* dari Spearman dengan *software SPSS versi 19 for windows.*

HASIL DAN PEMBAHASAN

Tingkat Kecemasan Mahasiswa Menghadapi Ujian

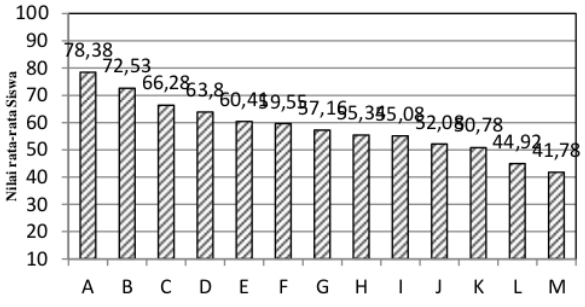
Hasil analisis data kecemasan mahasiswa dalam menghadapi ujian dapat dilihat pada Tabel 1.

Tabel 1. Tingkat kecemasan mahasiswa menghadapi ujian (n=96)

Kategori	f	%
Tinggi	4	4,17
Sedang	75	78,13
rendah	17	17,71

Berdasarkan Tabel 1, mahasiswa Program Studi Pendidikan Biologi Untirta mengalami kecemasan menghadapi ujian sebesar 78,13% dengan kategori sedang, sebesar 4,17% kategori tinggi dan 17,71% kategori rendah. Sebagian besar mahasiswa mengalami kecemasan menghadapi ujian dalam kategori wajar. Artinya mahasiswa masih dapat mengendalikan manifestasi kognitif yang menyangkut bingung, sulit konsentrasi, dan mental *blocking*; manifestasi afektif yang menyangkut rasa takut, khawatir dan gelisah dan perilaku motorik yang tidak terkendali ditunjuk dengan pelilaku gemetar saat ujian. Menurut Bandura (Santrock, 2010), siswa yang berhasil mempunyai tingkat kecemasan tingkat menengah. Akan tetapi siswa yang memiliki kecemasan tingkat tinggi secara konstan yang dapat secara signifikan merusak kemampuan untuk berprestasi.

Mahasiswa menilai Ujian Tengah Semester yang dilalui hanya skala lokal. Jika ujiannya dilakukan skala nasional seperti halnya Ujian Nasional dan SMNPTN tingkat kecemasan mahasiswa sangat tinggi. Sebagaimana penelitian yang dilakukan oleh Tresna (2011), sebesar 79,41% siswa sangat cemas menghadapi Ujian Nasional. Selain itu, mahasiswa tidak beranggapan bahwa Ujian Tengah Semester sebagai suatu hal yang sulit, menantang, dan mengancam dirinya sehingga Ujian Tengah Semester tidak mejadi faktor kecemasan yang paling tinggi. Penelitian yang dilakukan oleh Dewi (2007) terhadap mahasiswa diketahui bahwa mahasiswa mengalami tingkat kecemasan yang sangat tinggi saat menghadapi Ujian Skripsi. Kecemasan yang tinggi dikarenakan adanya perasaan takut gagal menjawab pertanyaan dari dosen penguji. Profil kecemasan mahasiswa menghadapi ujian secara lengkap ditampilkan pada Gambar 1.



Gambar 1.Nilai rata-rata angket kecemasan mahasiswa menghadapi ujian

Ket: A. Perasaan cemas; B. perasaan depresi; C. Gangguan kecerdasan; D. gejala autonom; E. gangguan tidur; F. ketegangan; G. gejala respiratori; H. gejala somatic/fisik;I. gejala kardiovaskuler; J. gejala urogenital;K. ketakutan;L. gejala somatic; M. gejala pencernaan

Mahasiswa mengalami rasa kecemasan yang tinggi saat menghadapi ujian. Namun rasa cemas yang dialami tidak berlebihan atau masih dalam tahap wajar. Kecemasan dengan intensitas yang wajar dapat dianggap memiliki nilai positif sebagai motivasi, tetapi apabila intensitasnya sangat kuat dan bersifat negatif justru akan menimbulkan kerugian dan dapat mengganggu keadaan fisik dan psikis individu yang bersangkutan.

Hal ini ditunjukkan dengan nilai rata-rata tingkat kecemasan mahasiswa 78,38. (Gambar 1). Hasil wawancara dengan mahasiswa, perasaan cemas menghadapi ujian dikarenakan takut mendapat nilai kecil, takut waktu yang diberikan untuk menjawab soal tidak cukup, takut disangka mencontek, serta

takut menjawab salah yang dikarenakan tidak boleh ada coretan pada lembar jawaban. Perasaan cemas yang dialami oleh mahasiswa tidak diikuti dengan gejala-gejala berat lainya, sebagaimana ditampilkan pada Gambar 1, bahwa ada penurunan nilai rata-rata dari perasaan cemas sampai ke gejala-gejala kecemasan yang berat. Mahasiswa yang memiliki perasaan cemas yang tinggi cenderung merasakan reaksi psikologis dan fisiologis yang berlebihan antara lain merasa khawatir (cemas, takut akan pikiran sendiri).

Selain menggunakan angket sebagai pengumpul data utama peneliti juga menggunakan lembar wawancara dan lembar observasi pelaksanaan Ujian Tengah Semester di dalam kelas. Hasil wawancara dengan beberapa orang mahasiswa menunjukkan bahwa mahasiswa dengan hasil belajar tinggi memiliki tingkat kecemasan yang lebih tinggi dibandingkan dengan mahasiswa dengan hasil belajar yang sedang dan rendah. Hasil observasi pelaksanaan Ujian Tengah Semester berlangsung dengan tertib dan serius, tetapi hanya pada menit awal ujian saja. Pada bagian pertengahan dan akhir pelaksanaan ujian, terlihat mahasiswa menunjukkan gejala gelisah. Mahasiswa yang menunjukkan gejala tersebut duduk pada barisan dari nomer tiga ke belakang. Hasil wawancara dengan mahasiswa diketahui bahwa mahasiswa yang duduk pada barisan depan memiliki tingkat kecemasan yang lebih tinggi dibandingkan dengan mahasiswa yang duduk di bagian belakang. Kecemasan yang muncul berupa rasa diawasi dan takut disangka menyontek.

Hasil Belajar Mahasiswa

Hasil belajar mahasiswa berupa hasil Ujian Tengah Semester mata kuliah Evaluasi Proses dan Hasil Belajar Biologi. Hasil belajar yang diukur adalah aspek kognitif yaitu pengetahuan intelektual siswa dalam berpikir, mengetahui dan memecahkan masalah. Hasil belajar mahasiswa dapat dilihat pada Tabel 2.

Tabel 2. Hasil Belajar Mahasiswa

Kategori	F	%
Sangat baik	7	7,29
Baik	18	18,75
Cukup	57	59,38
Kurang	4	4,17
Sangat kurang	10	10,42

Mahasiswa memperoleh hasil belajar yang bervariasi, dari hasil belajar yang dikategorikan sangat baik, baik, cukup, kurang dan sangat kurang. Mahasiswa mendapatkan hasil ujian dalam kategori cukup sebesar 59,38%. Hal ini menunjukkan bahwa pembelajaran yang dilakukan sudah sesuai dengan yang diharapkan karena sebagian besar mahasiswa mendapatkan nilai cukup, baik dan sangat baik. Adanya mahasiswa yang mendapatkan hasil belajar yang kurang dan sangat kurang berarti ada faktor lain yang mempengaruhi hasil belajar siswa. Hasil belajar mahasiswa dapat dipengaruhi oleh faktor internal dan eksternal.

Hubungan antara Tingkat Kecemasan Menghadapi Ujian dengan Hasil Belajar Mahasiswa

Hubungan antara tingkat kecemasan dengan hasil belajar mahasiswa Program Studi Pendidikan Biologi dapat dilihat pada Tabel 3.

Tabel 3. Hubungan antara Tingkat Kecemasan Menghadapi Ujian dengan Hasil Belajar Mahasiswa

			Tingkat kecemasan	Hasil belajar
Spearman's rho	Tingkat kecemasan	Correlation Coefficient	1.000	-.086
		Sig. (2-tailed)	.	.403

		N	96	96
	Hasil belajar	Correlation Coefficient	-.086	1.000
		Sig. (2-tailed)	.403	.
		N	96	96

Berdasarkan hasil korelasi dapat dikatakan bahwa tidak ada hubungan yang signifikan (r= -0,086; sig 0,403>0.050) antara kecemasan menghadapi ujian dengan hasil belajar mahasiswa program studi Pendidikan Biologi Untirta. Keofesien korelasi yang menunjukkan minus artinya kedua variabel memiliki hubungan yang berlawanan yang tidak signifikan. Jika kecemasan siswa tinggi maka hasil belajar akan rendah dan sebaliknya jika kecemasan siswa rendah maka hasil belajar akan tinggi.

Berdasarkan koefisien determinasi, tingkat kecemasan menghadapi ujian berkontribusi terhadap hasil belajar mahasiswa sebesar 0,8%. Hal ini menunjukkan bahwa sebesar 99,2% hasil belajar dipengaruhi oleh faktor lainnya. Tingkat kecemasan merupakan salah satu faktor psikologis nonintelektual yang mempengaruhi hasil belajar. Hasil belajar mahasiswa dipengaruhi oleh faktor-faktor yang lainnya. Faktor yang mempengaruhi hasil belajar meliputi faktor internal dan ekternal. Faktor internal yaitu faktor-faktor yang ada dalam diri mahasiswa meliputi faktor fisiologis (jasmani individu), psikologis (faktor intelektual dan kepribadian yang meliputi sikap, minat, kebiasaan, motivasi, kebutuhan, emosional), kematangan fisik maupun psikis. Faktor ekternal yaitu faktor-faktor yang berada di luar diri siswa meliputi faktor sosial (lingkungan keluarga, sekolah, masyarakat, dan kelompok), budaya, lingkungan fisik dan faktor spiritual (Tim Pengembang MKDP, 2012).

SIMPULAN DAN SARAN

Simpulan

Berdasarkan hasil penelitian, mahasiswa memiliki tingkat kecemasan yang sedang dalam menghadapi Ujian Tengah Semester. Sebagian besar mahasiswa memiliki hasil belajar yang cukup dalam belajar mata kuliah Evaluasi proses dan Hasil Belajar Biologi. Kesimpulannya adalah tidak terdapat hubungan yang signifikan antara tingkat kecemasan menghadapi ujian dengan hasil belajar mahasiswa Program Studi Pendidikan Biologi Untirta.

Saran

Penelitian ini memiliki beberapa kekurangan diantaranya pelaksanaan ujian yang hanya terbatas pada ujian tengah semester, sehingga diharapkan peneliti selanjutnya meneliti tingkat kecemasan menghadapi ujian pada ujian UTS dan UAS atau bisa juga ujian sidang sarjana mahasiswa. Selain itu mata kuliah yang akan diukur hasil belajar jangan terbatas pada satu mata kuliah saja sehingga dapat memberikan gambaran secara luas hubungan tingkat kecemasan dengan mata kuliah di program studi pendidikan Biologi.

DAFTAR PUSTAKA

Dewi, K.R. 2007. *Hubungan kecerdasan emosional dan konsep diri dengan kecemasan menghadapi ujian skripsi pada mahasiswa fakultas psikologi universitas katolik Soegijapranata Semarang*.Tersedia di: http:/eprints.unika.ac.id/728/

Fraenkel, J.R, & Wallen N.E.1993. *How to design and evaluate research in education*. Singapore: McGraw-Hill International edition.

Griez Eric,J.L, Faravelly. C, Nutt David,& Johar Joseph.(2001). *Anxiety Disorder an Introduction to Clinical Management and Research*. New York.

Hamilton, M. 1959. The assessment of anxiety states by rating. British Journal

of medical psychology 32:50; Tersedia di: http://naceonline.com/AdultADHDtoolkit/ assessmenttools/hama.pdf

Iskandar. 2009. Psikologi Pendidikan.Ciputat: Gaung Persada Press.

Kaplan, H.I & Sadock, B.J.(1997). *Comprehensive Group Psychotherapy*. Baltimore : The William Wikins Co.

Maramis, F. W & Maramis, A.A. 2009. Ilmu kedokteran Jiwa. Surabaya Airlangga University Press.

McDonald, A. S.(2001).The Prevalence and Effects of Test Anxiety in School Children... *Journal Educational Psychology*, Vol. 21 Issue 1, p89-101, 13p.

Post. 1978. *Definisi Kecemasan. (online)*. Tersedia di: http//www.definisikecemasan// pengertian.com.

Santrock, J.W. 2009. *Psikologi Pendidikan; Educational psychology (edisi 3 buku 2)*. Jakarta:Salemba Humanika.

Soemanto, W. 2006. Psikologi Pendidikan. Jakarta: Rineka Cipta.

Suryabrata. 2010. Metodologi Penelitian. Jakarta: PT Raja Grafindo Persada.

Tresna. I.G. 2011. Efektivitas konseling bahvioral dengan teknik desentralisasi sistematis untuk mereduksi kecemasan menghadapi ujian.

Tim Pengembang MKDP. 2012. *Kurikulum dan Pembelajaran*. Depok: Rajawali Press.

HUBUNGAN ANTARA TINGKAT KECEMASAN

ORIGINALITY REPORT

13%	13%	2%	0%
SIMILARITY INDEX	INTERNET SOURCES	PUBLICATIONS	STUDENT PAPERS

MATCH ALL SOURCES (ONLY SELECTED SOURCE PRINTED)

3%

★ digilib.iain-palangkaraya.ac.id

Internet Source

Exclude quotes	On	Exclude matches	< 2%
Exclude bibliography	On		