

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Pendidikan merupakan usaha sadar yang dilakukan oleh keluarga, masyarakat, dan pemerintah melalui kegiatan bimbingan, pembelajaran, latihan, yang berlangsung di sekolah dan di luar sekolah sepanjang hayat untuk mempersiapkan peserta didik untuk berperan di berbagai lingkungan hidup secara konsisten dan berkelanjutan (dalam Raule & Ketut, 2018). Adanya pendidikan juga dapat menaikkan akhlak mulia, kecerdasan, kepribadian serta keterampilan yang berguna baik itu untuk diri sendiri maupun warga umum. Untuk itu semua peserta didik yang masuk dalam usia wajib belajar di Indonesia mempunyai hak yang sama dalam mendapatkan ilmu. Mencari ilmu bisa didapatkan dimana saja kapan saja, maka dari itu kemudahan dalam mendapatkan ilmu dapat dirasakan oleh semua peserta didik yang ada di Indonesia (Marhan dkk, 2023).

Dalam bidang pendidikan, pemerintah telah mencanangkan pendidikan anak Indonesia yakni wajib belajar 12 tahun. Wajib belajar 12 tahun ini tercermin melalui permendikbud RI No. 19 tahun 2016. Wajib belajar merupakan suatu program yang ditempuh seorang anak dalam menjalankan sebuah pendidikan. Dan hal ini haruslah ditempuh sesuai yang dicanangkan pemerintah. Namun demikian dalam penerapan wajib belajar 12 tahun ini

terdiri dari faktor eksternal dan internal yang dimiliki anak usia sekolah (dalam Hizam & Kan, 2019).

Mengacu pada UU No. 20 Tahun 2003 tentang sistem pendidikan nasional fungsi pendidikan yaitu Pasal 3 yang menyatakan bahwa “Pendidikan nasional berfungsi mengembangkan kemampuan dan membentuk watak serta peradapan bangsa yang bermatabat dalam rangka mencerdaskan kehidupan bangsa, bertujuan untuk berkembangnya potensi peserta didik agar menjadi manusia yang beriman dan bertakwa kepada Tuhan Yang Maha Esa, berakhlak mulia, sehat, berilmu, cakap, kreatif, mandiri, dan menjadi warga negara yang demokratis serta bertanggung jawab” (dalam Sujana, 2019). Pendidikan di Indonesia diselenggarakan melalui jalur, jenjang dan jenis pendidikan. Jalur pendidikan adalah wahana yang dilalui peserta didik untuk mengembangkan potensi dirinya dalam suatu proses pendidikan yang sesuai dengan tujuan pendidikan. Terdapat tiga jalur pendidikan yaitu, jalur pendidikan formal, nonformal dan informal. Pendidikan formal adalah jalur pendidikan yang terstruktur dan berjenjang yang terdiri atas pendidikan dasar, pendidikan menengah, dan pendidikan tinggi. Pendidikan nonformal adalah jalur pendidikan di luar pendidikan formal yang dapat dilaksanakan secara terstruktur dan berjenjang. Pendidikan informal adalah jalur pendidikan keluarga dan lingkungan (dalam Rembangsupu & Rangkuti, 2022).

Pembelajaran pada dasarnya adalah proses untuk menciptakan suasana lingkungan sedemikian rupa sehingga terjadi interaksi antara peserta didik dengan pendidik dan sumber belajar yang menyebabkan terjadinya peristiwa

belajar pada peserta didik. Istilah pembelajaran sering digunakan secara bergantian dengan istilah pengajaran. Kedua istilah ini kadang dimaknai berbeda dan kadang dianggap sama. Kata pengajaran biasanya muncul dalam konteks hubungan guru dan murid pada kelas formal. Meskipun demikian ada yang berpandangan bahwa istilah pengajaran dan pembelajaran pada hakekatnya sama, yaitu suatu proses interaksi antara guru dan siswa dalam mencapai tujuan pembelajaran (dalam Asrul dkk, 2022). Terjadinya peristiwa pembelajaran adalah kombinasi keterlibatan dari berbagai unsur yang merupakan komponen yang saling terkait dan tidak dapat dipisahkan antara satu dengan yang lain. Komponen-komponen tersebut menurut Moedjiono & Dimiyati adalah peserta didik, guru, tujuan pembelajaran, materi atau isi, metode, media dan evaluasi. Keseluruhan komponen tersebut membantuk satu kesatuan menjadi sebuah sistem. Meskipun masing-masing komponen pembelajaran memiliki fungsi dan peran yang berbeda, tetapi perpaduan antar komponen tersebut membuat proses pembelajaran menjadi lebih sistematis dan berhasil (dalam Asrul dkk, 2022)

Proses belajar mengajar tidak bisa lepas dari keberadaan guru. Tanpa adanya guru pembelajaran akan sulit dilakukan, apalagi dalam rangka pelaksanaan pendidikan formal, guru menjadi pihak yang sangat vital. Guru memiliki peran yang paling aktif dalam pelaksanaan pendidikan demi mencapai tujuan pendidikan yang hendak dicapai. Guru melaksanakan pendidikan melalui kegiatan pembelajaran dengan mengajar peserta didik atau siswa (dalam Sanjani 2020). Memperhatikan tujuan pendidikan di atas maka

proses pendidikan tidak cukup dengan melaksanakan kegiatan belajar dan mengajar saja. Bimbingan dan konseling sebagai bagian integral dalam proses pendidikan, juga ikut andil dalam mencapai tujuan nasional. Dalam mewujudkan tugas-tugas perkembangan siswa tersebut, bimbingan dan konseling mendorong siswa mengenal diri mereka, lingkungan, serta mengembangkan arah karir dan masa depan (David dkk, 2023).

Menurut Maddox (dalam Damayanti & Susanti 2021) bahwa semua hal yang berhubungan dengan situasi sekolah dapat menimbulkan kecemasan akademik, seperti menyelesaikan tugas-tugas sekolah, menyajikan suatu proyek di kelas, atau menghadapi tes. Kaur (dalam Prasetyaningtyas dkk, 2022) menjelaskan bahwa kecemasan akademik adalah keadaan khawatir dan merasa terancam seseorang atas aktifitas akademik di sekolah karena guru, tugas-tugas atau mata pelajaran spesifik. Selain itu, alasan mengapa seseorang bisa merasakan kecemasan terhadap tugas-tugas di sekolah, diantaranya: (1) tekanan untuk mencapai hasil yang baik, yang mana banyak siswa merasa tertekan untuk memperoleh nilai yang baik dan mencapai standar tinggi yang ditentukan oleh orang tua, guru, dan masyarakat, dan; (2) kekhawatiran akan hasil akhir, yang mana siswa mungkin khawatir tentang bagaimana hasil dari tugas atau ujian akan mempengaruhi masa depan mereka.

Menurut Bandura (dalam Suarti dkk, 2020) kecemasan yang dipicu oleh ketidakpercayaan akan kemampuan diri untuk mengatasi tugas-tugas akademik disebut kecemasan akademik. Kecemasan akademik merupakan perasaan berbahaya, takut dan tegang hasil tekanan di sekolah. Kecemasan akademik

sebagai perasaan tegang dan ketakutan pada sesuatu yang akan terjadi, dimana perasaan tersebut mengganggu di dalam melaksanakan tugas dan aktivitas yang beragam dalam situasi akademik. Emery (dalam Gerliandi dkk, 2021) menjelaskan bahwa kecemasan merupakan suasana yang sering dikaitkan dengan emosi takut. Ketakutan yang dialami oleh individu yaitu dalam keadaan nyata dan dekat. Ketakutan yang berlebihan akan meningkat dengan cepat dan membantu dalam mengumpulkan respon melalui perilaku individu tersebut terhadap ancaman dari lingkungan.

Menurut Ardianto (dalam Priyanti dkk, 2021) kecemasan yang dirasakan oleh peserta didik dapat membuat mereka sulit untuk berkonsentrasi terutama saat akan menghadapi ujian. Selain itu mereka sulit berkonsentrasi saat melakukan kegiatan belajar, hilang kendali akan diri sendiri, sering melamun, dan banyak khawatir mengenai masa depan. Kecemasan ini mengganggu keadaan fisik mereka serta membuat mereka sulit melakukan kegiatan pembelajaran. Menurut Hooda dan Saini (dalam Ramadhani dkk, 2023) kecemasan akademik dapat disebabkan oleh manajemen diri yang rendah pada minat belajar peserta didik rendah juga. Ketidakmampuan untuk mengendalikan pembelajaran dapat menimbulkan kecemasan akademik saat menghadapi masalah atau hambatan. Indikasi kecemasan akademik berakibat kegagalan dalam belajar, rendah diri, berfokus pada konsekuensi belajar, detak jantung meningkat, tangan berkeringat, otot tegang, terus-menerus mengecek waktu, menghabiskan banyak waktu untuk menyelesaikan tugas pada batas

waktunya, tidak mampu mencatat hal penting, dan bahkan menunda pengerjaan tugas (dalam Ramadhani dkk, 2023).

Dalam upaya peningkatan kualitas pendidikan, memerlukan usaha yang tidak hanya dilakukan oleh pihak eksternal, tapi juga harus ada upaya yang dilakukan oleh siswa itu sendiri salah satunya kesadaran dan kemandirian dalam belajar. Jika kemandirian belajar atau *self-regulated learning* tidak ada dalam diri siswa tentu pihak guru, sekolah maupun orangtua sulit untuk melakukan peningkatan terhadap pendidikan (dalam Aryani & Hasyim 2018)

Pada proses pembelajaran siswa diharapkan untuk menjadi individu yang mandiri dalam belajar, proses kemandirian belajar inilah yang membuat siswa dapat bertahan dalam segala situasi. *Self-Regulated Learning* dimaknai sebagai deskripsi tentang proses, strategi dan respon belajar siswa yang diciptakan diri sendiri untuk mencapai tujuan. Terdapat 3 hal pokok dalam mendefinisikan *Self-Regulated Learning*, strategi belajar yang digunakan sendiri, respon terhadap keefektifan belajar, dan proses motivasi mandiri dalam belajar. *Self-Regulated Learning* merupakan suatu keterampilan dalam proses pembelajaran, yaitu keterampilan mengatur proses belajar sehingga dapat memanfaatkan sumber daya belajar serta mengoptimalkan keterampilan akademis yang dimiliki siswa dan penyesuaian akademis di waktu mendatang (dalam Istiqomah dkk, 2021)

Menurut Santrock (dalam Ramadhani dkk, 2023) *Self-Regulated Learning* merupakan kemampuan untuk memantau pikiran, perasaan dan perilaku untuk mencapai tujuan. Tujuan ini dapat berupa akademik

(meningkatkan pemahaman membaca, perkalian belajar, mengajukan pertanyaan yang tepat) atau sosioemosional (mengendalikan kemarahan, belajar akrab dengan teman sebaya). Peserta didik mengatur emosi mereka sendiri dan menyadari keadaan emosi mereka dan memiliki metode untuk mengelolanya. Peserta didik memeriksa kemajuan mereka menuju tujuan mereka, mengubah atau meningkatkan teknik mereka berdasarkan kemajuan mereka, dan meninjau serta beradaptasi sesuai kebutuhan. (dalam Ramadhani dkk, 2023)

Berdasarkan hasil wawancara yang dilakukan terhadap guru di SMAN 1 Lubuk Sikaping diketahui bahwa terdapat berbagai kesulitan dan permasalahan yang sedang dihadapi diantaranya para siswa yang cenderung mengalami kecemasan dalam proses pembelajaran, takut sebelum melaksanakan ujian, cemas dengan tugas-tugas sekolah yang diberikan dan takut ketika diperintahkan untuk menyelesaikan soal di depan kelas.

Selanjutnya peneliti juga melakukan wawancara pada tanggal 27 Januari 2023 kepada sepuluh orang siswa kelas XII di SMAN 1 Lubuk Sikaping diketahui bahwa sembilan dari sepuluh siswa menyatakan cemas atau gugup dengan kemampuan yang mereka miliki. Takut tidak bisa mengikuti dan memahami materi baru, cemas dalam mengerjakan tugas dan ujian karena mereka mengatakan sangat lalai dalam manajemen diri untuk belajar. Siswa juga cemas dan khawatir terhadap nilai yang akan mereka dapatkan seperti nilai ujian, nilai tugas. Mereka cemas mendapatkan nilai buruk atau tidak mencapai sesuai standar yang diharapkan, ini mengakibatkan peningkatan

kecemasan pada siswa karena merasa khawatir akan hasil atau nilai yang akan mereka terima. Delapan dari sepuluh siswa menunjukkan perilaku tidak nyaman ketika dikelas, seringkali meminta izin untuk keluar kelas, gelisah atau tidak dapat duduk dengan tenang. Mereka memiliki ketidakmampuan untuk berkonsentrasi dan fokus pada tugas-tugas akademik. Mereka merasa gelisah atau terganggu oleh pikiran-pikiran yang negatif yang membuat mereka merasa cemas, sehingga sulit untuk memusatkan perhatian mereka terhadap pelajaran, tugas dan ujian yang dihadapi.

Pada umumnya *self-regulated learning* siswa sangat rendah karena siswa mengalami kesulitan dalam mengatur diri untuk belajar dan memprioritaskan tugas-tugas mereka. Mereka cenderung memperpanjang pekerjaan atau menunda-nunda tugas yang penting yang dapat mengganggu kemajuan belajar mereka, mereka selalu memikirkan kecemasan-kecemasan yang mereka hadapi tentang akademik tanpa mencari tau penyebab kecemasan tersebut, lalu mereka jarang melakukan diskusi dalam mengembangkan diri dan mempelajari hal-hal baru dengan teman sekelas. Mereka juga memiliki motivasi yang rendah terhadap tuntutan pelajaran. Rendahnya motivasi karena rendahnya tujuan yang ditetapkan dalam dirinya. Siswa yang tidak memiliki tujuan yang jelas atau tujuan yang menantang akan kurang termotivasi untuk belajar lebih giat. Mereka akan merasa kurang terdorong untuk mencapai tujuan. Rendahnya tingkat kepercayaan diri yang dapat menghambat motivasi siswa, jika siswa merasa tidak yakin dengan kemampuan mereka untuk mencapai tujuan atau menyelesaikan tugas dengan baik, mereka akan merasa

putus asa atau menghindari tantangan yang sulit. Siswa tidak mengontrol diri dan melakukan strategi kognitif untuk belajar.

Penelitian terdahulu tentang *Self Regulated Learning* Dan Kecemasan yang dilakukan oleh Etiafani dan Listiara pada tahun 2015 yang berjudul “*Self Regulated Learning* Dan Kecemasan Pada Siswa SMK” menunjukkan bahwa semakin tinggi tingkat *self-regulated learning*, maka semakin rendah kecemasan akademik siswa, dan semakin rendah tingkat *self regulated learning*, maka semakin tinggi kecemasan akademik siswa. Penelitian lainnya yang dilakukan oleh Martini pada tahun 2012 mengenai hubungan *self regulated learning* dengan kecemasan akademik, dimana dalam penelitian tersebut menunjukkan adanya hubungan negatif antara *self regulated learning* dan kecemasan akademik pada mahasiswa. Mahasiswa mengalami stres akademik ketika ia kurang memiliki kesiapan, kedisiplinan dan kurang mampu mengelola diri dalam aktivitas belajarnya.

Penelitian lainnya yang dilakukan oleh Hemasti pada tahun 2022 menunjukkan bahwa *self regulated learning* memiliki pengaruh terhadap kecemasan akademik siswa di SMK N 3 Karawang. Berikutnya penelitian oleh Etiafani pada tahun 2015 yang berjudul “Hubungan *Self-Regulated Learning* Dengan Kecemasan Akademik Pada Siswa SMKN 6 Semarang” dalam penelitiannya menyimpulkan bahwa adanya hubungan negatif yang signifikan antara *self-regulated learning* dengan kecemasan akademik pada siswa SMKN 6 di Semarang. Semakin tinggi *self regulated learning*, maka semakin rendah kecemasan akademik siswa, dan sebaliknya.

Perbedaan penelitian yang akan peneliti lakukan dengan penelitian sebelumnya terletak pada tempat penelitian, tahun penelitian dan sampel penelitian.

Berdasarkan latar belakang yang telah diuraikan di atas maka, peneliti tertarik untuk melakukan penelitian dengan judul “Hubungan *Self-Regulated Learning* Dengan Kecemasan Akademik Pada Siswa Kelas XII SMAN 1 Lubuk Sikaping”.

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang masalah yang telah dijabarkan, maka yang menjadi rumusan masalah dalam penelitian ini yaitu apakah terdapat hubungan antara *self regulated learning* dengan kecemasan akademik pada siswa kelas XII SMAN 1 Lubuk Sikaping?

C. Tujuan Penelitian

Berdasarkan latar belakang dan rumusan masalah, maka yang menjadi tujuan dalam penelitian ini yaitu untuk mengetahui hubungan *self regulated learning* dengan kecemasan akademik pada siswa kelas XII SMAN 1 Lubuk Sikaping.

D. Manfaat Penelitian

Penelitian ini diharapkan memiliki manfaat, baik manfaat teoritis maupun manfaat praktis. Berikut merupakan manfaat yang diharapkan dari hasil penelitian ini:

1. Manfaat teoritis

Secara teoritis, penelitian ini diharapkan dapat memberikan informasi untuk menambah wawasan, pengetahuan, dan perkembangan ilmu psikologi khususnya pada psikologi pendidikan.

2. Manfaat praktis

a. Bagi Sampel Penelitian

Melalui penelitian ini diharapkan dapat memberikan masukan dan informasi yang berkaitan dengan Hubungan *Self-Regulated Learning* Dengan Kecemasan Akademik Pada Siswa Kelas XII SMA N 1 Lubuk Sikaping.

b. Bagi Kepala Sekolah Dan Guru

Melalui penelitian ini bisa menjadi salah satu referensi bagi sekolah untuk dapat memberikan pengarahan kepada siswa mengenai kecemasan akademik dan pentingnya *self-regulated learning* bagi siswa.

c. Bagi Peneliti Selanjutnya

Hasil penelitian ini diharapkan memberikan informasi atau dijadikan referensi untuk keperluan penelitian selanjutnya.