

BAB I

PENDAHULUAN

A.Latar Belakang Masalah

Dinegara Indonesia, remaja yang berusia sekitar 15-18 tahun menempuh pendidikan dijenjang Sekolah Menengah Atas dan sederajat dimana dalam hal ini individu akan merasakan perbedaan karakteristik yang dimilikinya yang mulai mengembangkan standar dan harapan terhadap perilaku diri sendiri yang sesuai dengan dunia sosial. Masa remaja adalah masa menuju kedewasaan yang merupakan taraf perkembangan dalam kehidupan manusia dimana seseorang sudah tidak dapat disebut anak kecil lagi tetapi belum dapat disebut orang dewasa. Masa remaja sebagai usia dimana individu berintegrasi dengan masyarakat dewasa dimana usia anak tidak lagi di bawah tingkat orang yang lebih tua melainkan dalam tingkatan yang sama sekurang-kurangnya dalam masalah hak. Dimana rentang usia remaja antara 10-12 dan 18-22 tahun (Santrock dalam Sarwono, 2011).

Remaja akan memulai memikirkan standar kehidupannya di masa yang akan datang untuk kebaikan dirinya sendiri yang sesuai dengan kehidupan di sekitar lingkungannya atau keluarganya. Remaja merupakan salah satu generasi bagi penerus bangsa dimana untuk dapat membentuk generasi bangsa yang dapat dibanggakan diperlukan banyak hal untuk membentuk karakter-karakter yang baik, salah satunya dengan memberikan pendidikan yang terbaik sejak dini. Pendidikan merupakan usaha sadar dan terencana untuk mewujudkan suasana belajar dan proses pembelajaran agar peserta didik secara aktif mengembangkan

potensi dirinya untuk memiliki kekuatan spiritual keagamaan, pengendalian diri, kepribadian, kecerdasan, akhlak mulia serta keterampilan yang diperlukan dirinya, masyarakat, bangsa dan negara (Undang-Undang Nomor 20 Tahun 2003). Dengan pendidikan yang baik dan layak, maka akan menjadi sebuah keuntungan tersendiri bagi anak tersebut.

Pada umumnya dalam proses pendidikan akan ada sebuah kegiatan belajar mengajar yang dilakukan oleh guru dan siswa. Belajar adalah perubahan perilaku yang relatif permanen sebagai hasil latihan atau pengalaman dan bukan karena pertumbuhan atau kelelahan atau karena obat-obatan (Mulyadi, Basuki dan Rahardjo, 2017). Dalam hal ini siswa mempunyai serangkaian kegiatan seperti belajar membaca, mengamati, mendengarkan, meniru dan lain sebagainya yang dilakukan siswa di sekolah.

Sekolah adalah satuan pendidikan yang berjenjang dan berkesinambungan untuk menyelenggarakan kegiatan belajar mengajar (Undang-Undang No 2 Tahun 1989). Sekolah Menengah Kejuruan (SMK) merupakan pendidikan menengah yang mempersiapkan peserta didik terutama untuk bekerja di bidang tertentu (Undang-Undang Nomor 20 Tahun 2003).

Sekolah Menengah Kejuruan (SMK) salah satu lembaga tingkat satuan pendidikan yang berperan menciptakan sumber daya manusia (SDM) berkualitas dan kompeten di bidangnya dimana seringkali siswa mengalami frustrasi dalam dirinya dan memiliki hambatan dalam memenuhi kebutuhannya sehingga siswa mengalami kegagalan. Kegagalan yang muncul akibat individu tidak dapat

menyelesaikan hambatan akan membuat individu merasa tertekan sehingga individu tersebut merasa cemas (Daradjat dalam Catharina, 2015).

Kecemasan berasal dari bahasa latin (*anxious*) dan bahasa Jerman (*anst*) yaitu suatu kata yang digunakan untuk menggambarkan efek negatif dan rangsangan fisiologi (Ghufroon & Risnawita, 2012). Perasaan yang tidak menyenangkan umumnya menimbulkan gejala-gejala fisiologis seperti gemetar, berkeringat, detak jantung meningkat dan lain-lain serta gejala psikologis seperti panik, tegang, bingung, tidak dapat berkonsentrasi dan sebagainya (Suardana dan Simarmata, 2013). Semua hal yang berhubungan dengan situasi sekolah seperti menyelesaikan tugas-tugas sekolah, menyajikan suatu proyek di kelas, atau menghadapi tes dapat menimbulkan kecemasan akademis (Maddox dalam Etiafani dan Listiara, 2015).

Menurut Ottens (dalam Utama, 2015) kecemasan akademik mengacu pada terganggunya pola pemikiran dan respon fisik serta perilaku karena adanya kemungkinan performa yang ditampilkan siswa tidak diterima secara baik ketika tugas akademik diberikan. Kecemasan akademis mengacu pada terganggunya pola pemikiran dan respon fisik serta perilaku karena kemungkinan performa yang ditampilkan siswa tidak diterima secara baik ketika tugas-tugas akademis diberikan (Ottens dalam Catharina, 2015).

Kecemasan akademis paling sering dialami selama latihan yang bersifat rutinitas dan diharapkan siswa dalam kondisi sebaik mungkin saat performa ditunjukkan serta saat sesuatu yang pertaruhkan bernilai sangat tinggi, seperti tampil di depan orang lain (Ishtifa, 2011). Cara seseorang merasakan kecemasan

dapat terjadi secara bertahap dari pertama kali kecemasan tersebut muncul, contohnya kegugupan saat harus membaca didepan kelas dengan suara keras. Gangguan serius yang dialami seseorang menegaskan terjadinya kepanikan dan mengalami kesulitan untuk berfungsi secara normal (O'Connor dalam Ishtifa, 2011). Kecemasan akademis membawa konsekuensi negatif terhadap *self regulated learning* (Zimmerman dalam Ishtifa, 2011).

Selfregulatedlearning merupakan salah satu aspek dari metakognisi yaitu merupakan strategi pemanfaatan kognisi untuk mengatur perencanaan, *monitoring* dan evaluasi kegiatan belajar untuk mencapai tujuan belajar (Mulyadi, Basuki dan Rahardjo, 2017). Berdasarkan perspektif sosial kognitif, siswa yang dapat dikatakan sebagai *self regulated learning* adalah siswa yang secara metakognitif, motivasional dan behavioral aktif dan turut serta dalam proses belajar mereka (Catharina, 2015). Siswa yang memiliki regulasi diri dalam belajar merupakan siswa yang aktif secara metakognitif, motivasi dan perilakunya dalam proses belajar (Zimmerman dalam Rizqiyah, 2016). Regulasi diri dalam belajar juga merupakan kemampuan individu yang aktif secara metakognitif yang mempunyai dorongan untuk belajar dan berpartisipasi aktif dalam proses belajar (Rizqiyah, 2016).

Regulasi diri dalam belajar adalah cara belajar siswa aktif secara individu untuk mencapai tujuan akademis dengan cara pengontrolan perilaku, memotivasi diri sendiri dan menggunakan kognitifnya dalam belajar (Sanitiara, Nazriatidan Firdaus, 2014). Siswa yang berperan aktif di dalam kelas merupakan siswa yang memiliki strategi regulasi diri dalam belajar yang tinggi, begitu sebaliknya anak

yang cenderung pasif ketika di kelas, maka dapat diindikasikan bahwa anak tersebut memiliki strategi dalam regulasi diri dalam belajarnya rendah/kurang (Rizqiyah, 2016). Menurut Sarason (Wulandari dalam Slamiardi, 2019) kecemasan dipengaruhi beberapa faktor antara lain keyakinan diri, dukungan sosial dan modelling. Sependapat dengan itu Sari dan Kuncoro (dalam Slamiardi, 2019) mengemukakan faktor-faktor yang mempengaruhi kecemasan antara lain keadaan pribadi individu, tingkat pendidikan, pengalaman yang tidak menyenangkan dan dukungan sosial.

Dukungan sosial sebagai perasaan kenyamanan, perhatian, penghargaan atau bantuan yang diperoleh oleh orang banyak atau kelompok lain (Sarafino, 2011). Dukungan sosial adalah sebuah cara untuk menunjukkan kasih sayang, kepedulian dan penghargaan untuk orang lain (Putri, 2014). Dukungan sosial yang diperoleh anak remaja dari orangtua dan teman sebaya menunjukkan bahwa dukungan berbentuk *support*, perhatian, kasih sayang serta finansial yang mempunyai pengaruh pada anak khususnya remaja (Wilastri dalam Rizqiyah, 2016).

Individu yang memperoleh dukungan sosial akan meyakini bahwa ia dicintai, dirawat, dihargai, berharga dan merupakan bagian dari lingkungan sosialnya. Dukungan keluarga merupakan dukungan sosial pertama yang diterima seseorang karena anggota keluarga adalah orang-orang yang berada dilingkungan paling dekat dengan diri individu dan memiliki kemungkinan yang besar untuk dapat memberikan bantuan (Levitt, Webber, Grucci dalam Putri, 2014). Argyle (dalam Putri, 2014) menyatakan bahwa dukungan sosial orangtua mempunyai

keterkaitan hubungan yang dekat antara anak dan orangtua, harga diri yang tinggi, kesuksesan akademik dan perkembangan moral yang baik pada anak. Salah satu yang dibutuhkan siswa selain belajar yang lebih intensif adalah adanya dukungan sosial untuk mengurangi kecemasan yang dihadapinya (Slamiardi, 2019).

Berdasarkan hasil wawancara awal yang peneliti laksanakan pada tanggal 16 Januari 2020 dengan siswa kelas X di SMAK Padang, diperoleh informasi bahwa siswa merasa takut akan ketidakmampuan menyelesaikan tugas, terkadang sering timbul perasaan cemas kalau memikirkan masalah yang sekolah seperti banyak tugas yang diberikan oleh guru, apalagi di situasi sekarang iklim pembelajaran yang tidak kondusif, pemberian tugas yang sangat padat dan sistem penilaian yang ketat membuat siswa takut dan cemas akan hasil dan nilai yang akan diperoleh akan buruk, merasa dalam proses belajar mengajar sekarang kurang nyaman dan terkadang membuat bosan, takut mendapat hukuman jika tidak mengerjakan pekerjaan rumah yang diberikan oleh guru tidak kelar, merasa target kurikulum yang terlalu tinggi, kadang-kadang perlakuan guru yang kurang bersahabat seperti kurang ramah dan galak, merasa guru-guru baru kurang kompeten dalam proses belajar mengajar dibandingkan guru-guru lama, mereka juga mengatakan takut jika terjadi kesalahan yang mengakibatkan kerusakan alat ketika praktek di laboratorium, merasa bahwa terkadang guru memberikan tugas yang terlalu sulit dan nilai yang didapatkan kurang memuaskan, banyaknya pengerjaan tugas-tugas membuat sakit kepala, merasa sulit untuk berkonsentrasi saat belajar, kadang-kadang jadi malas makan jadinya, merasa mata pelajaran kimia merupakan salah satu mata pelajaran yang penting namun disisi lain

dianggap sebagai salah satu yang paling sulit, siswa merasa tidak nyaman dan merasa terancam jika nilai yang diperolehnya akan mendapatkan hasil yang kurang memuaskan, siswa merasa terbebani dengan kegiatan praktik yang lebih dominan namun, terkadang tangan suka gemetar, siswa merasa tuntutan laporan harus dikerjakan dalam batas waktu yang singkat dikarenakan ada kegiatan praktik membuat siswa jadi pusing.

Siswa merasa belum memiliki kemandirian atas tugas yang diberikan guru kepada mereka seperti masih malas belajar dan malas mengerjakan tugas, menunda-nunda pekerjaan, lalai dan kurang gigih dalam belajar siswa, ketika melakukan aktivitas belajarsiswa masih sesekali diperintahkan oleh gurunya. Siswajuga tidak memiliki strategi khusus dalam belajar dan melakukan aktifitas sehari-hari untuk kepentingan sendiri disekolah, kurangnya kesadaran dalam belajar mandiri di sekolah dan hidup mandiri di kos dan jadwal untuk belajar masih tidak teratur terkadang membuat siswa menyepelekan tugasnya.

Beberapa siswa kurang mendapatkan perhatian dari dan dukungan dari orang tua sehingga mereka tidak adayang mengajarkan seberapa penting pendidikan bagi siswa, orang tua jarang menanyakan kabar anaknya, tidak bisa mengontrol kegiatan anak, jarang memberi nasehat kepada anak, komunikasi antara orang tua dengan anak hanya ketika mengirimkan duit kepada anak dan memenuhi kebutuhan sekolah, jauh dari pengawasan orang tua menjadikan hubungan antara orang tua dan anak menjadi agak jauh karenabanyak siswa yang tinggal di kos, terkadang ada rasa iri kepada teman lain karena kurang mendapat perhatian yang sama seperti orang tua teman-teman lainnya. Siswa mengatakan

kurangnya waktu orang tua untuk mendampingi mereka ketika belajar dan mendengarkan permasalahan-permasalahan mereka karena kesibukan orang tua dan orang tua kurang ikut berperan dalam memberikan solusi terhadap permasalahan anak ketika anak tidak dapat menyelesaikan permasalahannya.

Penelitian tentang *self regulated learning* dan dukungan sosial orang tua terhadap kecemasan akademik sudah pernah diteliti oleh peneliti lain, seperti yang diteliti oleh Etiafani dan Anita Listiara (2015) dengan judul “*SelfRegulated Learning* dan Kecemasan Akademik Pada Siswa SMK”. Penelitian Oleh Agung Slamiardi (2019) dengan judul “Hubungan Antara Dukungan Sosial dan Kecemasan Dalam Menghadapi Ujian Nasional Pada Siswa Menengah Pertama”. Penelitian oleh Ni'matur Rizqiyah (2016) dengan judul “Pengaruh Strategi Regulasi Diri Dalam Belajar dan Dukungan Sosial Orang Tua Terhadap Prestasi Belajar Siswa-Siswi SMP Hasanuddin Sepanjang Gondanglegi”. Selanjutnya penelitian oleh Subhan Ajrin Sudirman (2015) dengan judul “*SelfRegulated Learning* dan Persepsi Dukungan Sosial Dengan Prestasi Akademik Mahasiswa Fakultas Ushuluddin IAIN Imam Bonjol Padang”. Perbedaan penelitian yang akan peneliti lakukan dengan penelitian sebelumnya adalah dalam hal sampel penelitian, tempat penelitian serta tahun dilakukannya penelitian.

Berdasarkan latar belakang yang telah dikemukakan diatas, maka peneliti tertarik melakukan penelitian dengan judul “Hubungan Antara *Self Regulated Learning* dan Dukungan Sosial Orang tua dengan Kecemasan Akademik Pada Siswa Sekolah Menengah Kejuruan SMAK Padang”.

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan uraian latar belakang di atas, maka rumusan masalah dalam penelitian ini yaitu apakah terdapat hubungan antara *self regulated learning* dan dukungan sosial orang tua dengan kecemasan akademik pada siswa Sekolah Menengah Kejuruan SMAK Padang?.

C. Tujuan Penelitian

Berdasarkan rumusan masalah di atas, maka dapat disimpulkan tujuan penelitian yaitu:

1. Untuk mengetahui hubungan antara *self regulated learning* dengan kecemasan akademik pada siswa Sekolah Menengah Kejuruan SMAK Padang.
2. Untuk mengetahui hubungan antara dukungan sosial orang tua dengan kecemasan akademik pada siswa Sekolah Menengah Kejuruan SMAK Padang.
3. Untuk mengetahui hubungan antara *self regulated learning* dan dukungan sosial orang tua dengan kecemasan akademik pada siswa Sekolah Menengah Kejuruan SMAK Padang.

D. Manfaat Penelitian

1. Manfaat teoritis

Penelitian ini diharapkan dapat memperkaya kajian dan penelitian ilmiah dalam bidang psikologi pendidikan, khususnya kajian dan penelitian ilmiah yang terkait dengan kecemasan akademik dengan *self regulated learning* dan dukungan orang tua.

2. Manfaat praktis

a. Bagi Siswa

Bagi siswa diharapkan dapat memahami bagaimana cara yang tepat dalam menyikapi kecemasan akademis dan percaya diri.

b. Bagi Guru

Bagi guru diharapkan dapat membantu dan mengetahui dimana kendala yang dialami oleh siswa menyikapi kecemasan akademik.

c. Bagi Orang Tua

Bagi orang tua diharapkan penelitian ini dapat menjadi informasi tentang penting dukungan social orang tua dalam menurunkan kecemasan akademik siswa.

d. Bagi Peneliti Selanjutnya

Bagi peneliti selanjutnya yang berminat untuk mengangkat tema yang sama diharapkan dapat mempertimbangkan variabel lain yang lebih mempengaruhi dan dapat menggunakan teori yang terbaru dan berbeda sehingga dapat memberikan sumbangan bagi perkembangan ilmu pengetahuan