

	Jurnal Konseling Komprehensif: Kajian Teori dan Praktik Bimbingan dan Konseling	Vol 11, No 2, 2024
	Tersedia di https://jkk-fkip.ejournal.unsri.ac.id/index.php/JKK e-ISSN 2828-2965 p-ISSN 2548-4311	hlm. 158—166

Tingkat Kecemasan pada Siswa SMA Negeri 1 Indralaya Utara dalam Menghadapi Ujian Akhir Sekolah

Nur Wisma¹, Shella Franciska², Fadil Maiseptian³, Erna Dewita⁴

¹²Program Studi Bimbingan dan Konseling, Universitas Sriwijaya

³⁴Program Studi Bimbingan dan Konseling Islam, Universitas Muhammadiyah Sumatera Barat

*Penulis koresponden, e-mail: nurwisma@fkip.unsri.ac.id

Abstrak: Ujian akhir sekolah merupakan momen penting bagi siswa, salah satunya siswa SMA karena berpengaruh terhadap hasil akademik dan masa depan mereka. Pada umumnya, untuk mencapai hasil yang baik maka siswa akan menekan dirinya sehingga mempengaruhi tingkat kecemasan dalam diri siswa tersebut. Tingkat kecemasan yang tinggi dapat berdampak negatif terhadap kinerja siswa dalam ujian, salah satunya yaitu ujian akhir sekolah. Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis tingkat kecemasan siswa pada SMA Negeri 1 Indralaya Utara dalam menghadapi ujian akhir sekolah. Metode yang digunakan dalam penelitian ini adalah deskriptif kuantitatif dengan jumlah populasi 93 siswa kelas XII dengan menggunakan sampel jenuh. Data dalam penelitian ini diperoleh dengan menggunakan instrumen skala Likert. Berdasarkan hasil penelitian tentang tingkat kecemasan dalam menghadapi ujian akhir sekolah, ditemukan 76% (71 siswa) yang dapat kategorikan sedang Selanjutnya diperoleh 12% (11 siswa) dengan kategori tinggi. Kemudian didapatkan 12% (11 orang) siswa dari keseluruhan sampel yang memiliki tingkat kecemasan pada kategori rendah. Oleh karena itu dapat disimpulkan bahwa tingkat kecemasan siswa pada SMA Negeri 1 Indralaya Utara dalam menghadapi ujian akhir tergolong kategori sedang. Artinya tingkat kecemasan siswa di SMA Negeri 1 Indralaya Utara mayoritas siswanya mengalami kecemasan dalam menghadapi ujian akhir sekolah.

Kata kunci: *Kecemasan, Siswa, Ujian Akhir Sekolah*

PENDAHULUAN

Pendidikan adalah suatu bagian yang sangat penting dalam pembangunan suatu bangsa dan negara, dalam Pendidikan prosesnya tidak dapat dipisahkan dari pembangunan itu sendiri. Pembangunan tersebut diarahkan untuk mengembangkan sumber daya manusia yang berkualitas serta bermutu, untuk memenuhi kualitas yang bermutu maka di perlukannya peningkatan Pendidikan nasional yang merata serta bermutu (Nurkholis, 2013). Bersamaan dengan hasil Ujian Sekolah (US) yang digunakan untuk menentukan kelulusan siswa, Ujian Nasional (UN) tidak akan lagi diselenggarakan setelah tahun 2020. Surat Edaran Menteri Pendidikan dan Kebudayaan Nomor 1 Tahun 2021, yang membahas tentang pelaksanaan ujian sekolah pada masa darurat bencana pandemi virus Corona dan peniadaan ujian nasional dan ujian kesetaraan, mendukung hal berikut. Ujian yang dilaksanakan di tengah kondisi darurat penyakit virus corona (Covid-19). Berikut ini adalah hal-hal yang disebutkan dalam surat edaran tersebut: Tugas, tes baik *offline* maupun *online*, tes *offline* dan *online*, penugasan *offline* dan *online*, dan/atau bentuk kegiatan lain yang dipilih oleh satuan pendidikan merupakan contoh portofolio yang di dalamnya nilai rapor, nilai sikap/perilaku, dan prestasi sebelumnya (penghargaan, hasil kompetisi, dll) (Ansori, 2020).

akan dievaluasi. Hal ini juga berlaku untuk kenaikan kelas; ulangan umum dapat menggantikan ulangan semester (Zahir A, 2022).

Beberapa hal yang perlu disiapkan untuk menghadapi ujian akhir semester, diantaranya ialah; persiapan intelektual, fisik, dan emosi (Olivia, 2011). Persiapan intelektual yang perlu dilakukan ialah mempelajari kembali materi-materi yang sudah dibahas sebelumnya. Siswa perlu menguasai pelajaran-pelajaran yang sudah dilalui. Kemudian persiapan selanjutnya ialah persiapan fisik. Dimana siswa perlu menjaga kesehatan tubuhnya tetap bugar agar dapat tetap fokus saat menjalani ujian. Lalu yang terakhir ialah persiapan emosional. Siswa perlu meregulasi emosinya agar tidak menimbulkan stress berlebih dan kecemasan. Kecemasan sangat sering timbul kapan saja biasanya kecemasan ini sering timbul pada siswa sekolah seperti halnya ketika individu tersebut sedang merasakan cemas dalam menghadapi ujian, biasanya kecemasan terjadi dapat dipengaruhi oleh banyak faktor (Annisa dan Ifdil, 2016). Ketika siswa merasa cemas dalam menghadapi ujian yaitu takut akan nilai yang tidak bagus, takut akan tidak fokus dalam menghadapi ujian, ujian itu sendiri memiliki arti penting bagi siswa untuk mengetahui tingkat belajar atau evaluasi dalam belajar (Apriliana, 2018).

Setiap siswa akan mengalami kecemasan yang berbeda karena kecemasan adalah jenis emosi pribadi yang didasarkan pada perasaan terancam oleh sesuatu, meskipun biasanya ancaman tersebut tidak langsung terlihat (Agustinus, 1985). Kecemasan dapat menyerang siapa saja, termasuk siswa di sekolah. Biasanya, siswa akan banyak mengalami kecemasan objektif, neurotik (gugup), atau kecemasan moral (Kamila, 2018). Kecemasan menimbulkan berbagai gejala yang mengganggu aktivitas sehari-hari siswa, seperti lebih sensitif, kesulitan tidur, dan amarah yang meledak-ledak (Afifa, 2020). Siswa yang hendak menghadapi ujian akhir semester menjadi lebih rentan mengalami kecemasan. Hal ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Aseta et al. (2023) pada siswa yang akan menghadapi ujian akhir kompetensi di SMK, dimana sebanyak 34 siswa (68%) mengalami kecemasan sedang dan 16 siswa (32%) mengalami kecemasan ringan saat akan melaksanakan ujian kompetensi akhir. Agustin (2016) juga menyatakan bahwa di SMAN 1 Binangun sebanyak 34 siswa (53,1%) mengalami kecemasan dengan intensitas sedang, kemudian sebanyak 30 (46,9%) siswa mengalami kecemasan dengan intensitas ringan. Pada penelitian lain yang dilakukan oleh Andriansyah dan Sari (2017) dari 44 responden yang merupakan siswa teknik komputer dan jaringan, diperoleh 7% siswa mengalami kecemasan ringan, 77% berada pada kategori sedang, kemudian sisanya 16% siswa mengalami kecemasan dengan intensitas tinggi. Penelitian-penelitian sebelumnya, sebagian besar menganalisis tingkat kecemasan siswa di SMK yang akan menghadapi ujian kompetensi keahlian, sehingga peneliti merasa perlu melakukan analisis tingkat kecemasan siswa SMA yang akan menghadapi ujian sekolah khususnya pasca pandemi, dimana ujian nasional bukan lagi merupakan syarat mutlak kelulusan.

Berdasarkan hasil studi pendahuluan yang telah dilakukan di SMA Negeri 1 Indralaya Utara dengan melakukan wawancara *online via whatsapp* dengan salah satu guru bimbingan dan konseling, diperoleh informasi bahwa sebagian besar siswa mengalami gejala kecemasan ketika akan menghadapi ujian. Hasil wawancara dengan salah satu guru Bimbingan Konseling di SMA Negeri 1 Indralaya Utara yang dilakukan melalui aplikasi *whatsapp*, dibahas lebih lanjut mengenai 2 orang siswa dari kelas 12 yang merasa cemas berlebihan ketika akan menghadapi ujian akhir sekolah. Cemas yang mereka rasakan seperti jantung berdetak lebih cepat, merasa mual, tangan dan kaki tremor. Selain guru BK, peneliti juga wawancarai 2 orang siswa tersebut secara *online*, mereka menceritakan bahwa kecemasan ini sudah mengganggu aktivitas sehari-hari sehingga mereka melakukan konseling individu kepada guru bimbingan konseling di SMA Negeri 1 Indralaya Utara untuk mereduksi permasalahan ini.

Mayoritas siswa yang mengalami kecemasan merupakan siswa kelas 12 yang akan menghadapi ujian sekolah. Kecemasan ini mereka alami karena adanya kegelisahan karena kemungkinan ujian yang mereka jalani tidak mendapatkan hasil yang diharapkan (Oktamarin et al., 2022) Ujian sekolah menjadi parameter pengukuran hasil belajar yang akan memengaruhi keberlanjutan karir yang akan mereka pilih. Kecemasan yang mereka alami dapat menjadi motivasi atau dorongan apabila masih berada dalam intensitas rendah, namun dapat menimbulkan masalah apabila intensitasnya sudah tinggi (Giri, 2020). Keadaan ini tentunya tidak hanya dialami oleh 2 orang siswa tersebut, sehingga perlu dilaksanakan pengukuran untuk mengidentifikasi siswa lain yang mengalami masalah serupa sehingga dapat diberikan intervensi yang sesuai. Maka dari itu penelitian ini dilakukan kepada anak kelas 12 untuk menganalisis seberapa tinggi tingkat kecemasan mereka ketika akan menghadapi ujian akhir sekolah. Dengan tujuan untuk memberikan gambaran analisis tingkat kecemasan yang dialami oleh siswa SMA Negeri 1 Indralaya Utara.

METODE

Metode yang digunakan dalam penelitian ini merupakan kuantitatif dengan jenis kuantitatif deskriptif. Metode penelitian kuantitatif dapat diartikan sebagai metode penelitian yang berlandaskan pada filsafat *positivism* (Arikunto, 2019) yang digunakan untuk meneliti pada populasi maupun sampel tertentu, dengan tujuan untuk menguji hipotesis yang telah ditetapkan (Sugiyono, 2011 dan Arikunto, 2010). Sebagai upaya melihat kedalaman analisisnya, penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif deskriptif dengan metode *survey* untuk mengetahui tingkat kecemasan siswa dalam menghadapi ujian akhir sekolah di SMA N 1 Indralaya Utara. Penelitian ini akan dilakukan di SMA Negeri 1 Indralaya Utara yang beralamatkan di Jl. Pesirah Mat Nang, Tanjung Pering, Kec. Indralaya Utara, Kab. Ogan Ilir, Sumatera Selatan, 30662 pada tahun pelajaran 2023.

Dalam penelitian ini, populasinya adalah seluruh siswa aktif kelas XII SMA N 1 Indralaya Utara yang berjumlah 93 siswa, yang terdiri dari 39 perempuan dan 54 laki laki. Dalam pengambilan sample di penelitian ini menggunakan sampel jenuh. Sampel jenuh adalah metode pengambilan sampel yang menyertakan seluruh populasi untuk digunakan sebagai sampel. hal ini biasa dilakukan karena bila jumlah populasi relatif sedikit (Sengkey, 2021). Dalam penelitian ini terdapat 93 responden yang menjadi sampel. Skala yang digunakan dalam penelitian ini yaitu menggunakan model skala *likert*. Menurut Sugiyono dalam (Permata & Bhakti, 2020) Skala *likert* pada penelitian digunakan untuk mengukur variabel berperilaku. Skala yang akan diukur disini akan dijabarkan menjadi beberapa indikator, kemudian indikator ini dijadikan acuan dalam penyusunan instrumen skala.

Instrumen disusun dengan menggunakan teori dari Annisa dan Ifdil (2016) yang menjabarkan 3 aspek kecemasan, yaitu; perilaku, kognitif, dan afektif. *Blueprint* dari instrumen yang disebarkan ialah sebagai berikut:

Tabel 1. Kisi-kisi Instrumen Kecemasan

Variabel	Aspek	Indikator	Butir Item		Jumlah Item
			+	-	
Tingkat kecemasan	Prilaku/Fisik	Berbicara dengan cepat	1,2	3	3
		Mengalami kegelisahan	4	5,6	3
		Merasakan tremor pada bagian tubuh	7,8	9,10	4
		Menghindari dari permasalahan	11,12,13	14,15	5

Kognitif	Konsentrasi menjadi terganggu	16,17	18	3
	Mudah lupa	19,20	21	3
	Merasa kebingungan dan susah berfikir	22	23	2
	Mimpi buruk	24,25	-	2
Afektif/Sikap	Muncul nya sikap tidak sabar	26,27	-	2
	Tegang serta gelisah	28	29,30	3
	Merasa tidak nyaman	31,32	33	3
	Merasa malu	34,35	36	3
	Jumlah	22	14	36

Kemudian untuk menguji validitas konstruk, peneliti melakukan validitas ahli kepada dosen Bimbingan Konseling Universitas Sriwijaya (Widodo et al. 2022). Uji validitas juga dilakukan dengan menggunakan rumus *product moment* yang dikemukakan oleh Karl Pearson (Yusup, 2018). Kemudian uji reliabilitas pada skala kecemasan model *likert* dilakukan menggunakan aplikasi SPSS *for windows* versi 26 dengan perhitungan nilai *Cronbach Alpha* (Darma, 2021). Dari hasil uji realibilitas pada skala kecemasan diperoleh koefisien *Cronbach Alpha* yaitu sebesar 0,870. Maka dari itu dapat disimpulkan bahwasannya skala kecemasan tersebut reliabel.

HASIL

Hasil penelitian ini bertujuan untuk mengetahui tingkat kecemasan pada siswa kelas XII SMA Negeri 1 Indralaya Utara dalam menghadapi ujian akhir sekolah. Berdasarkan tujuan di atas maka penelitian ini dilakukan pada 93 siswa kelas XII yang kemudian diperoleh hasil sebagai berikut:

Tabel 2. Persentase tingkat kecemasan pada siswa kelas XII SMA Negeri 1 Indralaya Utara dalam menghadapi ujian akhir sekolah

Kriteria	Frekuensi	Persentase
Rendah	11	12%
Sedang	71	76%
Tinggi	11	12%
Jumlah	93	100%

Berdasarkan data pada tabel di atas dapat diketahui bahwa Tingkat Kecemasan Pada 93 Siswa Kelas XII SMA Negeri 1 Indralaya Utara Dalam Menghadapi Ujian Akhir Sekolah sebagian besar berada pada kategori sedang dengan persentase 76% (71 siswa). Selanjutnya diperoleh 12% (11 siswa) dengan kategori tinggi. Kemudian didapatkan 12% (11 siswa) siswa dari keseluruhan sampel yang memiliki tingkat kecemasan pada kategori rendah. Sehingga dapat disimpulkan secara keseluruhan sebagian besar Tingkat Kecemasan Pada Siswa Kelas XII SMA Negeri 1 Indralaya Utara Dalam Menghadapi Ujian Akhir Sekolah berada pada rentang skor $111 \leq X < 134$ dengan persentase sebesar 76% atau 71 siswa yang jika dikategorisasikan termasuk pada kategori sedang.

Tabel 3. Tingkat kecemasan pada siswa kelas XII SMA Negeri 1 Indralaya Utara dalam menghadapi ujian akhir sekolah berdasarkan jenis Per Indikator

No	Indikator	Skor Total	Mean
1	Berbicara dengan cepat	920	9.892
2	Mengalami Kegelisahan	922	9.913
3	Merasakan Tremor Pada Bagian Tubuh	1275	13.709
4	Menghindari Dari Permasalahan	1660	17.849
5	Konsentrasi Menjadi Terganggu	960	10.322
6	Mudah Lupa	971	10.44
7	Merasa Kebingungan dan Susah Berfikir	601	6.462
8	Mimpi Buruk	652	7.01
9	Munculnya Sikap Tidak Sabar	700	7.526
10	Tegang Serta Gelisah	855	9.193
11	Merasa Tidak Nyaman	832	8.946
12	Merasa Malu	1045	11.236

PEMBAHASAN

Penelitian ini dilakukan bertujuan untuk mengukur Tingkat Kecemasan Pada Siswa Kelas XII SMA Negeri 1 Indralaya Utara Dalam Menghadapi Ujian Akhir Sekolah Dalam penelitian ini menggunakan instrument model skala likert yang telah disusun serta di sebarakan kepala sampel penelitian pada kelas XII yang berjumlah 93 siswa dengan 39 siswa perempuan dan 54 jumlah siswa laki-laki penelitian ini dalam pengambilan sampelnya menggunakan sampel jenuh dengan jumlah seluruh populasi yang ada di sekolah SMA Negeri 1 Indralaya Utara kelas XII semua siswa menjadi sampel (Swarjana, 2022).

Penelitian terdahulu telah dilakukan oleh Sammy A, dkk., (2015) diketahui bahwa terdapat 150 responden yang menjadi sampel maka terdapat nya hasil pada kategori kecemasan tingkat ringan-sedang dalam menghadapi ujian nasional. Penelitian terdahulu yang lainnya menjelaskan pengertian dari kecemasan. Menurut Nevid, Ratus, dan Greene (2005:163), kecemasan adalah perasaan takut atau khawatir yang mengekspresikan keprihatinan atas suatu kemungkinan yang akan segera terjadi. Kecemasan adalah hal yang umum dan lumrah terjadi (Nugraha, 2020), dan bahkan dapat menjadi manfaat bagi seseorang dalam mendorong individu maupun memotivasinya untuk belajar menghadapi ujian (Suardana dan Simarmata, 2013).

Perbedaan dari penelitian terdahulu dengan penelitian ini ialah lokasi yang berbeda dari penelitian terdahulu. Selanjutnya metode yang di gunakan oleh penelitian terdahulu berbeda dengan penelitian ini, perbedaan yang selanjutnya mengenai jumlah populasi yang di gunakan berbeda dengan penelitian ini.

Hasil penelitian berdasarkan berbagai indikator kecemasan siswa kelas XII SMA Negeri 1 Indralaya Utara menunjukkan bahwa pada indikator pertama yaitu berbicara dengan cepat yang terdiri dari 3 butir pernyataan didapatkan bahwa terdapat 14 siswa (15%) yang memiliki tingkat kecemasan rendah, selanjutnya terdapat 66 siswa (71%) yang memiliki kategori tingkat kecemasan sedang, dan terdapat 13 siswa (14%) memiliki tingkat kecemasan kategori rendah. Maka berdasarkan indikator berbicara dengan cepat dapat di kategorikan tingkat kecemasan dalam menghadapi ujian akhir sekolah di SMA Negeri 1 indralaya utara terkategori sedang dengan persentase 71% atau sebanyak 66 siswa.

Pada indikator kedua yaitu mengalami kegelisahan yang terdiri dari 3 butir pernyataan didapatkan bahwa terdapat 4 siswa (14%) yang memiliki tingkat kecemasan rendah, selanjutnya terdapat 54 siswa (58%) yang memiliki kategori tingkat kecemasan sedang, dan terdapat 35 siswa (38%) memiliki tingkat kecemasan kategori rendah. Maka berdasarkan indikator mengalami

kegelisahan dapat di kategorikan tingkat kecemasan dalam menghadapi ujian akhir sekolah di SMA Negeri 1 indralaya utara terkategori sedang dengan persentase 58% atau sebanyak 54 siswa.

Pada indikator ketiga yaitu merasakan tremor pada bagian tubuh yang terdiri dari 4 butir pernyataan didapatkan bahwa terdapat 8 siswa (9%) yang memiliki tingkat kecemasan katarendah, selanjutnya terdapat 56 siswa (60%) yang memiliki kategori tingkat kecemasan sedang, dan terdapat 29 siswa (31%) memiliki tingkat kecemasan kategori rendah. Maka berdasarkan indikator merasakan tremor pada bagian tubuh dapat di kategorikan tingkat kecemasan dalam menghadapi ujian akhir sekolah di SMA Negeri 1 indralaya utara terkategori sedang dengan persentase 60% atau sebanyak 56 siswa.

Pada indikator keempat yaitu menghindari dari permasalahan yang terdiri dari 5 butir pernyataan didapatkan bahwa terdapat 9 siswa (10%) yang memiliki tingkat kecemasan kategori rendah, selanjutnya terdapat 59 siswa (63%) yang memiliki kategori tingkat kecemasan sedang, dan terdapat 25 siswa (27%) memiliki tingkat kecemasan kategori rendah. Maka berdasarkan indikator menghindari dari permasalahan dapat di kategorikan tingkat kecemasan dalam menghadapi ujian akhir sekolah di SMA Negeri 1 indralaya utara terkategori sedang dengan persentase 63% atau sebanyak 59 siswa.

Pada indikator kelima yaitu konsentrasi menjadi terganggu yang terdiri dari 3 butir pernyataan didapatkan bahwa terdapat 3 siswa (3%) yang memiliki tingkat kecemasan kategori rendah, selanjutnya terdapat 89 siswa (96%) yang memiliki kategori tingkat kecemasan sedang, dan terdapat 1 siswa (1%) memiliki tingkat kecemasan kategori rendah. Maka berdasarkan indikator konsentrasi menjadi terganggu dapat di kategorikan tingkat kecemasan dalam menghadapi ujian akhir sekolah di SMA Negeri 1 indralaya utara terkategori sedang dengan persentase 96% atau sebanyak 89 siswa.

Pada indikator keenam yaitu mudah lupa yang terdiri dari 3 butir pernyataan didapatkan bahwa terdapat 8 siswa (9%) yang memiliki tingkat kecemasan kategori rendah, selanjutnya terdapat 67 siswa (72%) yang memiliki kategori tingkat kecemasan sedang, dan terdapat 18 siswa (19%) memiliki tingkat kecemasan kategori rendah. Maka berdasarkan indikator mudah lupa dapat di kategorikan tingkat kecemasan dalam menghadapi ujian akhir sekolah di SMA Negeri 1 indralaya utara terkategori sedang dengan persentase 96% atau sebanyak 89 siswa.

Pada indikator ketujuh yaitu merasa kebingungan dan susah berfikir yang terdiri dari 2 butir pernyataan didapatkan bahwa terdapat 8 siswa (9%) yang memiliki tingkat kecemasan kategori rendah, selanjutnya terdapat 68 siswa (73%) yang memiliki kategori tingkat kecemasan sedang, dan terdapat 17 siswa (18%) memiliki tingkat kecemasan kategori rendah. Maka berdasarkan indikator merasa kebingungan dan susah berfikir dapat di kategorikan tingkat kecemasan dalam menghadapi ujian akhir sekolah di SMA Negeri 1 indralaya utara terkategori sedang dengan persentase 73% atau sebanyak 68 siswa.

Pada indikator kedelapan yaitu mimpi buruk yang terdiri dari 2 butir pernyataan didapatkan bahwa terdapat 6 siswa (6%) yang memiliki tingkat kecemasan kategori rendah, selanjutnya terdapat 77 siswa (83%) yang memiliki kategori tingkat kecemasan sedang, dan terdapat 10 siswa (11%) memiliki tingkat kecemasan kategori rendah. Maka berdasarkan indikator merasa kebingungan dan susah berfikir dapat di kategorikan tingkat kecemasan dalam menghadapi ujian akhir sekolah di SMA Negeri 1 indralaya utara terkategori sedang dengan persentase 83% atau sebanyak 77 siswa.

Pada indikator kesembilan yaitu munculnya sikap tidak sabar yang terdiri dari 2 butir pernyataan didapatkan bahwa terdapat 7 siswa (8%) yang memiliki tingkat kecemasan kategori rendah, selanjutnya terdapat 69 siswa (74%) yang memiliki kategori tingkat kecemasan sedang,

dan terdapat 17 siswa (18%) memiliki tingkat kecemasan kategori rendah. Maka berdasarkan indikator munculnya sikap tidak sabar dapat di kategorikan tingkat kecemasan dalam menghadapi ujian akhir sekolah di SMA Negeri 1 indralaya utara terkategori sedang dengan persentase 74% atau sebanyak 69 siswa.

Pada indikator kesepuluh yaitu tegang serta gelisah yang terdiri dari 3 butir pernyataan didapatkan bahwa terdapat 5 siswa (6%) yang memiliki tingkat kecemasan kategori rendah, selanjutnya terdapat 71 siswa (76%) yang memiliki kategori tingkat kecemasan sedang, dan terdapat 17 siswa (18%) memiliki tingkat kecemasan kategori rendah. Maka berdasarkan indikator tegang serta gelisah dapat di kategorikan tingkat kecemasan dalam menghadapi ujian akhir sekolah di SMA Negeri 1 indralaya utara terkategori sedang dengan persentase 71% atau sebanyak 76 siswa.

Pada indikator kesebelas yaitu merasa tidak nyaman yang terdiri dari 3 butir pernyataan didapatkan bahwa terdapat 8 siswa (9%) yang memiliki tingkat kecemasan kategori rendah, selanjutnya terdapat 68 siswa (73%) yang memiliki kategori tingkat kecemasan sedang, dan terdapat 17 siswa (18%) memiliki tingkat kecemasan kategori rendah. Maka berdasarkan indikator merasa tidak nyaman dapat di kategorikan tingkat kecemasan dalam menghadapi ujian akhir sekolah di SMA Negeri 1 indralaya utara terkategori sedang dengan persentase 73% atau sebanyak 68 siswa.

Pada indikator kedua belas yaitu merasa tidak nyaman yang terdiri dari 3 butir pernyataan didapatkan bahwa terdapat 7 siswa (8%) yang memiliki tingkat kecemasan kategori rendah, selanjutnya terdapat 69 siswa (74%) yang memiliki kategori tingkat kecemasan sedang, dan terdapat 17 siswa (18%) memiliki tingkat kecemasan kategori rendah. Maka berdasarkan indikator merasa tidak nyaman dapat di kategorikan tingkat kecemasan dalam menghadapi ujian akhir sekolah di SMA Negeri 1 indralaya utara terkategori sedang dengan persentase 73% atau sebanyak 68 siswa.

Berdasarkan dari hasil pengelolaan data yang terdiri pada 93 sampel penelitian pada kelas XII di SMA Negeri 1 Indralaya Utara menunjukkan secara keseluruhan sebagian besar Tingkat kecemasan siswa berada pada kategori sedang dengan persentase sebesar 76% (71 siswa), Selanjutnya diperoleh 12% (11 siswa) dengan kategori tinggi. Kemudian didapatkan 12% (11 orang) siswa dari keseluruhan sampel yang memiliki tingkat kecemasan pada kategori rendah. Pada indikator jenis kelamin tingkat kecemasan siswa dalam menghadapi ujian akhir sekolah berada pada persentase sedang, jenis kelamin perempuan yang berjumlah 39 siswa perempuan berada pada persentase sedang yaitu 79% (31 siswa) sedangkan pada indikator laki-laki tingkat kecemasan siswa dalam menghadapi ujian akhir sekolah dengan jumlah siswa 54 berada pada persentase sedang yaitu 67% (36 siswa). Hasil penelitian yang telah di lakukan maka dapat disimpulkan bahwa secara keseluruhan tingkat kecemasan siswa dalam menghadapi ujian akhir sekolah Tingkat Kecemasan Pada Siswa Kelas XII SMA Negeri 1 Indralaya Utara Dalam Menghadapi Ujian Akhir Sekolah terkategori sedang dengan 79% dengan jumlah 31 siswa dari keseluruhan sampel yaitu 93 siswa.

KESIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian dan penjabaran yang telah peneliti lakukan oleh bab sebelumnya maka dapat ditarik kesimpulan bahwa tingkat kecemasan siswa dalam menghadapi ujian akhir sekolah dari 93 sampel didapat kan 76% (71 siswa) yang dapat kategorikan sedang Selanjutnya diperoleh 12% (11 siswa) dengan kategori tinggi. Kemudian didapatkan 12% (11 orang) siswa dari keseluruhan sampel yang memiliki tingkat kecemasan pada kategori rendah. Dari

hasil tersebut maka siswa kelas XII sekolah menengah pertama Indralaya Utara dari keseluruhan sampel yaitu 93 populasi dengan menggunakan skala likert dapat dikatakan bahwa persentase berada pada kategori sedang dengan 76% atau 71 siswa.

DAFTAR RUJUKAN

- Afifa, N. S. (2020). Dukungan sosial dengan tingkat kecemasan siswa dalam menghadapi ujian akhir nasional. *Jurnal Ilmiah Kesehatan Sandi Husada*, 9(1), 78-85.
- Agustin, I. M., Septiana, M., & Asti, A. D. (2016). Penerapan tindakan keperawatan generalis terhadap kecemasan siswa SMA menghadapi Ujian Nasional. *Jurnal Ilmiah Kesehatan Keperawatan*, 12(2).
- Agustinus, N. (1985). *Phobia*. Surabaya: Rama Press Institute.
- Annisa, D. F., & Ifdil, I. (2016). Konsep Kecemasan (Anxiety) pada Lanjut Usia (Lansia). *Jurnal Konselor*, 5(2), 93. <https://doi.org/10.24036/02016526480-0-00>
- Ansori, A., & Sari, A. F. (2020). Inovasi Pendidikan di Masa Pandemi Covid-19. *Jurnal Literasi Pendidikan Nusantara*, 1(2), 133–148. <http://jurnal.uinbanten.ac.id/index.php/jlpn/article/view/3735>.
- Apriliana, I. P. A. (2018). Tingkat kecemasan siswa SMK menghadapi ujian nasional berbasis komputer tahun 2018. *Counsellia: Jurnal Bimbingan Dan Konseling*, 8(1), 37. <https://doi.org/10.25273/counsellia.v8i1.2341>.
- Arikunto, S. (2019). *Prosedur penelitian suatu pendekatan praktik* (II). Jakarta.google.book
- Arikunto, S. (2010). *Metode Penelitian*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Aseta, P. A., Nurkalis, U., Purwati, A., & Hastuti, S. (2023). Tingkat Kecemasan Peserta Didik SMK Keperawatan Menghadapi Ujian Sertifikasi Kompetensi. *Intan Husada: Jurnal Ilmiah Keperawatan*, 11(02), 173-181.
- Darma, B. (2021). *Statistika Penelitian Menggunakan SPSS (Uji Validitas, Uji Reliabilitas, Regresi Linier Sederhana, Regresi Linier Berganda, Uji t, Uji F, R2)*. Guepedia.
- Giri, P. A. S. P. (2020). Mereduksi Kecemasan Dengan Teknik Desensitisasi Sistematis. *Widyadari*, 21(1).
- Kamila, Q. (2018). *Pengaruh kelekatan (attachment) anak pada orangtua terhadap temper tantrum usia prasekolah*. 165. <http://etheses.uin-malang.ac.id/id/eprint/12664>.
- Nevid, J. S., Rathus, S. A., & Greene, B. (2005) Tanpa tahun. *Psikologi Abnormal*. Edisi 5, jilid 1. Terjemahan oleh Tim Fakultas Psikologi Universitas Indonesia. Jakarta: Erlangga
- Nugraha, A. D. (2020). Memahami kecemasan: perspektif psikologi Islam. *IJIP: Indonesian Journal of Islamic Psychology*, 2(1), 1-22.
- Nurkholis. (2013). Pendidikan Dalam Upaya Memajukan Teknologi. *Jurnal teknologi* 1(1), 24–44.
- Oktamarin, L., Kurniati, F., Sholekhah, M., Nurjanah, S., Oktaria, S. W., Sukmawati, S., & Apriyani, T. (2022). Gangguan kecemasan (anxiety disorder) pada anak usia dini. *Jurnal Multidisipliner Bharasumba*, 1(02), 119-134.
- Olivia, F. (2011). *Tools for Study Skill Teknik Ujian Efektif*. Jakarta: Penerbit PT Alex Media Komputindo Kelompok Gramedia.
- Permata, A., & Bhakti, Y. B. (2020). Keefektifan Virtual Class dengan Google Classroom dalam Pembelajaran Fisika Dimasa Pandemi Covid-19. *JIPFRI (Jurnal Inovasi Pendidikan Fisika Dan Riset Ilmiah)*, 4(1), 27–33. <https://doi.org/10.30599/jipfri.v4i1.669>
- Sammy, A. W., Dundu, A. E., & Kaunang, T. (2015). Tingkat kecemasan pada siswa kelas XII SMA Negeri 5 Ambon dalam menghadapi ujian nasional. *Jurnal e-Clinic (Eci)*, 3.
- Sengkey, M. M., Mongdong, A., & Hartati, M. E. (2021). Pengaruh Dukungan Sosial Rekan Kerja Terhadap Kinerja Pegawai Kota Tomohon. *PSIKOPEDIA*, 2(2).
- Suardana, A. A. P. C. P., & Simarmata, N. (2013). Hubungan antara motivasi belajar dan kecemasan pada siswa kelas VI Sekolah Dasar di Denpasar menjelang Ujian Nasional. *Jurnal Psikologi Udayana*, 1(1), 203-212.

- Sugiyono. (2011). *Metode Penelitian Kombinasi (Mixed Methodes)*. Bandung: Alfabeta. *Jurnal JPM IAIN Antasari Vol 1.2*.
- Swarjana, I. K. (2022). *Populasi-sampel, teknik sampling & bias dalam penelitian*. Penerbit Andi.
- Widodo, P. B., Rusmawati, D., Mujiasih, E., & Dinardinata, A. (2022). Validitas Isi Skala Integritas Akademik Dosen. *Jurnal Empati, 11*(3), 146-153.
- Yusup, F. (2018). Uji validitas dan reliabilitas instrumen penelitian kuantitatif. *Tarbiyah: Jurnal Ilmiah Kependidikan, 7*(1).
- Zahir, A., Jusrianto, J., Supriadi, S., Nur, H., Parubang, D., & Ramadhan, M. A. (2022). Pendampingan Penyusunan Tes Ujian Sekolah di SD Negeri 156 Wonosari. *Abdimas Langkanae, 2*(1), 6-10.