

## **PERBEDAAN KECEMASAN AKADEMIS DITINJAU DARI JENIS KELAMIN PADA KELAS X SMA NEGERI 2 UNGARAN**

David Nurdian Aji Saputra, Costrie Ganes Widayanti\*  
Fakultas Psikologi Universitas Diponegoro  
davidnurdian@gmail.com  
costrie@undip.ac.id

### **ABSTRAK**

Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui perbedaan kecemasan akademis ditinjau dari jenis kelamin pada siswa kelas X SMA Negeri 2 Ungaran. Hipotesis dalam penelitian ini adalah ada perbedaan kecemasan akademis ditinjau dari jenis kelamin pada siswa kelas X SMA Negeri 2 Ungaran, dan kecemasan siswa perempuan lebih tinggi dibandingkan siswa laki-laki.

Populasi dalam penelitian ini adalah siswa kelas X SMA Negeri 2 Ungaran. Sampel penelitian berjumlah 98 terdiri dari 42 siswa laki-laki dan 56 siswa perempuan, yang diperoleh melalui *proportionate random sampling*. Alat pengumpul data dalam penelitian adalah skala kecemasan akademis (46 aitem valid,  $\alpha = 0,926$ ), yang telah diuji cobakan pada siswa kelas X SMA Negeri 2 Ungaran.

Data yang didapatkan berdasarkan hasil uji T menunjukkan nilai  $t_{hitung} = 0,742$  dan  $t_{tabel} = 1.066 < p(0,05)$  menunjukkan bahwa tidak ada perbedaan yang signifikan kecemasan akademis ditinjau dari jenis kelamin pada siswa kelas X SMA Negeri 2 Ungaran.

**Kata kunci : perbedaan, kecemasan, akademis, jenis-kelamin**

*\*Penulis penanggungjawab*

# **THE DIFFERENCE OF ACADEMIC ANXIETY BETWEEN TENTH/10<sup>th</sup> GRADE MALE AND FEMALE STUDENTS IN SMA NEGERI 2 UNGARAN**

David Nurdian Aji Saputra, Costrie Ganes Widayanti\*  
Department of Psychology, Diponegoro University  
davidnurdian@gmail.com  
costrie@undip.ac.id

## **ABSTRACT**

Present of this study is to determine the difference of between 10<sup>th</sup> grade male and female students at SMA Negeri 2 Ungaran. The hypothese is that there are difference of academic anxiety between male and female, wich is female has higher anxiety than male students.

The population on this study is students 10<sup>th</sup> grade of SMA Negeri 2 Ungaran. The research sample is 98 students, consists of 42 male students and 56 female students, which was obtained through proportionate random sampling. Data was gathered using academic anxiety scale (46 item valid,  $\alpha = 0.926$ ).

The T test result indicates that  $t_{\text{value}} = 0.742$  and  $t_{\text{table}} = 1,066 < p (0.05)$ . This suggests that there is no significant difference of academic anxiety between 10<sup>th</sup> grade male and female students in SMA Negeri 2 Ungaran terms of gender in grade X (ten) students of SMA Negeri 2 Ungaran.

**Keywords: difference, anxiety, academic, gender**

*\*Corresponding author*

## **PENDAHULUAN**

Semakin berkembangnya dunia pendidikan, pilihan sekolah pada saat ini semakin banyak, dan sekolah-sekolah tersebut saling berkompetisi untuk menarik perhatian masyarakat melalui mutu pendidikan yang diberikan. Terbentuknya SMA Negeri 2 Ungaran dalam memperoleh reputasi yang baik melalui proses yang lama dan panjang yaitu dengan penanaman disiplin yang tinggi yang membentuk siswa agar rajin belajar dan berprestasi. Siswa SMA kelas X (sepuluh) menurut Hurlock (2004) adalah remaja dengan rentang usia antara empat belas sampai tujuh belas tahun. Tugas-tugas yang dihadapi oleh siswa bermacam-macam, Slameto (2003) mengatakan bahwa mengerjakan tugas dapat berupa pengerjaan tes atau ulangan atau ujian yang diberikan guru, atau mengerjakan latihan-latihan yang ada di dalam buku-buku. Siswa kelas X pada kenaikan kelas XI akan menentukan jurusan mereka untuk masuk kelas IPA, IPS atau bahasa, padahal siswa kelas X merupakan masa transisi dari sekolah menengah pertama atau sederajat, ke sekolah menengah atas yang menghadapkan siswa pada perubahan dan tuntutan-tuntutan sehingga diperlukan adanya penyesuaian diri (Vembriarto, 2003). Banyak remaja yang menderita karena tidak mampu menyesuaikan diri (Mu'tadin, 2002). Kegagalan remaja dalam melakukan penyesuaian diri akan menimbulkan dampak seperti tidak bertanggungjawab dan mengabaikan pelajaran, sikap sangat agresif dan sangat yakin pada diri sendiri, perasaan tidak aman, merasa ingin pulang jika berada jauh dari lingkungan yang tidak dikenal, dan perasaan menyerah sehingga memungkinkan menurunnya prestasi belajar.

Permasalahan menurunnya prestasi belajar dapat datang dari berbagai macam alasan antara lain karena tekanan tugas-tugas baik tugas perkembangan sebagai remaja, tugas sekolah, maupun tuntutan kurikulum yang berpotensi mengakibatkan kecemasan. Kecemasan, khususnya kecemasan akademis yang dialami siswa termanifestasi dalam perilaku yang kurang tepat, seperti adanya prokrastinasi yang mengganggu proses belajar. Siswa yang cemas menunjukkan adanya kesulitan khusus dalam menerima dan mengolah informasi sehingga kehilangan proses pengaturannya, dimana melibatkan memori jangka pendek dan

jangka panjang (Tobias dalam Matthews, Davies, Westermen dan Stammers, 2000). Berkaitan dengan kecemasan pada laki-laki dan perempuan, perempuan lebih cemas akan ketidakmampuannya dibanding laki-laki. Laki-laki lebih aktif dan eksploratif, sedangkan perempuan lebih sensitif, selain itu laki-laki berfikir lebih rasional dibandingkan dengan perempuan yang berpikir cenderung emosional. Penelitian lain menunjukkan bahwa laki-laki lebih rileks dibandingkan perempuan (Myers dalam Trismiati, 2004). Pasiak (2009) juga menyebutkan, perempuan dua kali lebih mungkin menderita depresi, kecemasan dan gangguan perasaan lain dibanding laki-laki. Penelitian yang dilakukan Attri dan Neelam (2013) di Mandi, India kepada 200 siswa menengah terdiri dari 100 siswa laki-laki dan 100 siswa perempuan, membuktikan bahwa terdapat perbedaan yang signifikan dalam kecemasan akademis antara laki-laki dan perempuan siswa sekolah menengah. Siswa perempuan mengalami kecemasan akademis yang lebih tinggi daripada siswa laki-laki.

Berdasarkan uraian di atas maka peneliti ingin mengkaji secara empirik mengenai perbedaan kecemasan akademis berdasarkan jenis kelamin pada siswa kelas X SMA Negeri 2 Ungaran.

### **Tujuan Penelitian**

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui tingkat perbedaan kecemasan akademis ditinjau dari jenis kelamin pada siswa kelas X SMA Negeri 2 Ungaran.

### **Manfaat Penelitian**

Penelitian ini diharapkan dapat memberi manfaat dalam dua jenis: (1) secara teoretis penelitian ini dapat menambah pengembangan ilmu Psikologi khususnya tentang kecemasan akademis, (2) secara praktis penelitian ini dapat memberikan sumbangan informasi terkait untuk memberi gambaran kecemasan siswa kepada sekolah, dan memberikan informasi kepada para siswa berkaitan dengan kecemasan akademis sehingga tidak berpengaruh dengan performa akademisnya.

## **METODE**

### **Identifikasi Variabel Penelitian**

Variabel tergantung : Kecemasan Akademis

Variabel bebas : Jenis Kelamin

### **Definisi Operasional**

Kecemasan akademis adalah respon fisik, dan psikologis individu, serta perilaku sebagai hasil tekanan dalam penyelesaian tugas akademis. Apabila skor Skala Kecemasan Akademis semakin tinggi berarti semakin tinggi pula kecemasan dalam diri subjek. Sebaliknya, apabila skor Skala Kecemasan Akademis semakin rendah berarti semakin rendah pula kecemasannya.

Perbedaan jenis kelamin antara laki-laki dan perempuan dapat diketahui melalui ciri-ciri fisik dan atribut yang dipakai siswa, dan informasi lebih lanjut diperoleh dari pengakuan subjek yang tertulis dalam skala.

### **Populasi dan Sampel**

Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh siswa kelas X SMA Negeri 2 Ungaran. Teknik pengambilan sampel, dengan menggunakan teknik *proportionate random sampling*. Jumlah populasi laki-laki adalah 134 dan diambil 30% dari populasi tersebut sehingga diperoleh sampel sebanyak 41 siswa laki-laki. Cara yang sama dilakukan untuk memperoleh sampel pada siswa perempuan yaitu 30% dari populasi yang berjumlah 181 sehingga diperoleh sampel sebesar 55 siswa perempuan.

### **Metode Pengumpulan Data**

Metode pengumpulan data yang akan digunakan dalam penelitian ini adalah metode skala psikologi. Skala yang digunakan dalam penelitian ini adalah Skala Kecemasan Akademis dan akan dibandingkan nilai skor kecemasan akademis antara siswa laki-laki dengan siswa perempuan. Skala dalam penelitian ini disusun mengacu pada karakteristik kecemasan akademis yang meliputi pola kecemasan yang menimbulkan aktivitas mental, perhatian yang menunjukkan arah yang salah, distress secara fisik, dan perilaku yang kurang tepat yang dipaparkan Otens (1991).

### Metode Analisis Data

Metode analisis data yang akan digunakan adalah metode statistik karena metode ini merupakan metode ilmiah untuk mengumpulkan, menyusun, menyajikan serta menganalisis data penelitian yang berwujud angka dan metode statistik dapat memberikan hasil yang objektif. Seluruh komputasi dalam penelitian ini dilakukan dengan bantuan program komputer SPSS versi 17.0. Teknik analisis data yang digunakan dalam penelitian ini adalah Uji t sampel bebas.

### **HASIL DAN PEMBAHASAN**

Hasil yang diperoleh dari pengujian hipotesis menunjukkan nilai  $t_{hitung} = 0,742$ ,  $t_{hitung} < t_{tabel}$  taraf signifikan 5%, sehingga dapat disimpulkan tidak ada perbedaan tingkat kecemasan akademis yang signifikan ditinjau dari jenis kelamin pada siswa kelas X SMA Negeri 2 Ungaran, dari hasil penelitian menunjukkan bahwa hipotesis **ditolak**. Sependapat dengan faktor-faktor yang mempengaruhi kecemasan yaitu lingkungan, tekanan emosi, dan sebab – sebab fisik (Ramaiah, 2003). Siswa laki- laki dan siswa perempuan di kelas X SMA Negeri 2 Ungaran dihadapkan pada lingkungan dan budaya akademis yang sama, tidak ada pemisahan ruang kelas antara laki-laki dan perempuan dan tidak ada perbedaan guru pengajar antara laki – laki dan perempuan. Kurikulum dan tuntutan akademis sebagai tekanan emosi diberikan sama antara laki – laki dan perempuan, tidak ada *reward* atau *punishment* yang berbeda antara laki laki dan perempuan apabila memperoleh prestasi atau melakukan kesalahan, hak dan kewajiban juga diberikan sama dan adil baik siswa laki – laki ataupun siswa perempuan.

Hasil analisis tingkat kecemasan akademis menyebutkan bahwa nilai mean untuk siswa laki- laki lebih rendah dibandingkan dengan siswa perempuan. Nilai mean siswa laki- laki sebesar 102.95 dan siswa perempuan sebesar 105.14, hasil ini menunjukkan perbedaan tingkat kecemasan akademis yang tidak signifikan, namun bagaimanapun juga siswa perempuan memiliki tingkat kecemasan akademis sedikit lebih tinggi daripada siswa laki- laki. Berdasarkan rata-rata empirik kecemasan akademis yang diperoleh siswa berarti saat dilakukan

penelitian rata-rata subjek baik siswa laki-laki maupun siswa perempuan berada pada kategori rendah, artinya individu kurang menunjukkan adanya dorongan pikiran dan perasaan akan ketakutan dalam menghadapi tugas dan aktivitas akademis sehingga pola pikir, respon fisik, dan perilaku tidak terganggu sehingga siswa percaya diri dan dapat mempersiapkan diri untuk menghadapi tuntutan-tuntutan akademis yang ada. Siswa yang mengalami kecemasan sedang atau rendah tidak mengalami penurunan perhatian sehingga mampu berkonsentrasi saat belajar dan meningkatkan strategi untuk meregulasi kognitif. Siswa dapat melakukan analisis tugas akademis yang mengharuskan siswa mampu menetapkan strategi belajar dan mengetahui kapan strategi tersebut efektif dilakukan. Kecemasan memiliki nilai positif jika intensitasnya tidak begitu kuat. Kecemasan akademis yang rendah tidak menyebabkan terganggunya fungsi kognitif dan aktivitas mental. Siswa memperlihatkan pikiran dan persepsi yang positif terhadap proses belajar. Apabila kecemasan akademis sedang atau rendah, maka siswa mampu meningkatkan motivasi belajar, sehingga strategi belajar yang diterapkan efektif. Kecemasan yang sangat tinggi bersifat negatif, sebab dapat menimbulkan gangguan secara psikis maupun fisik (Sukmadinata, 2003).

Hasil kecemasan akademis yang rendah didukung oleh kondisi waktu penelitian, siswa kelas X baru saja menyelesaikan ujian mid semester, sehingga kebanyakan dari siswa merasa rileks dan dua minggu setelah mid semester belum begitu banyak tugas dan ulangan harian yang diberikan kepada siswa. Kecemasan akademis yang rendah pada siswa kelas X SMA Negeri 2 Ungaran bisa menjadi sebuah sinyal positif. Fakta tersebut didukung informasi mengenai SMA Negeri 2 Ungaran yang didapat dari wakil kepala sekolah menyatakan bahwa tidak adanya kelas unggulan untuk siswa yang memiliki nilai akademis yang baik, serta tidak mencantumkan peringkat dari hasil belajar pada rapor siswa. Tidak dicantumkan peringkat pada rapor serta tidak adanya kelas unggulan sebagai penghargaan bagi mereka yang mendapat nilai akademis di atas rata-rata dapat membuat individu tidak merasa terbebani dengan target-target untuk masuk kelas unggulan ataupun mendapatkan ranking pada rapor.

Hasil analisis di atas sependapat dengan penelitian Rezazadeh (2009) dan memperkuat temuan Kumar (2013) yang menyimpulkan kecemasan akademis memiliki hubungan negatif dengan prestasi akademis, dimana siswa yang memiliki kecemasan akademis yang rendah memiliki prestasi akademis yang tinggi. Penelitian tersebut sejalan dengan pemikiran Schunk dan Zimmerman (Pratiwi, 2009), yang mengkategorikan *self-regulated learning* sebagai dasar kesuksesan belajar, *problem solving*, transfer belajar, dan kesuksesan akademis secara umum. Ketika *self-regulated learning* seseorang rendah sehingga kesuksesan akademisnya juga turut terhambat, karena *self-regulated learning* sebagai suatu proses dimana seorang siswa mengaktifkan dan mendorong kognisi (*cognition*), perilaku (*behaviours*) dan perasaannya (*affect*) secara sistematis dan berorientasi pada pencapaian tujuan belajar.

## KESIMPULAN DAN SARAN

Hasil yang diperoleh dari pengujian hipotesis menunjukkan nilai  $t_{hitung} = 0,742$ ,  $t_{hitung} < t_{tabel}$  taraf signifikan 5%, sehingga dapat disimpulkan tidak ada perbedaan tingkat kecemasan akademis yang signifikan ditinjau dari jenis kelamin pada siswa kelas X SMA Negeri 2 Ungaran. Siswa laki-laki dan siswa perempuan di kelas X SMA Negeri 2 Ungaran dihadapkan pada lingkungan, budaya dan tuntutan akademis yang sama, tidak ada pemisahan ruang kelas antara laki-laki dan perempuan dan tidak ada perbedaan guru pengajar antara laki-laki dan perempuan.

Berdasarkan hasil penelitian, pembahasan, dan kesimpulan, maka penulis akan memberikan saran yang diharapkan dapat bermanfaat bagi pihak lain. 1) Bagi siswa dianjurkan untuk mempertahankan kondisi kecemasan akademis yang ada dengan rajin belajar, dan lebih bijak dalam mengatur waktu dan kegiatan. 2) Bagi pihak sekolah untuk menciptakan suasana pembelajaran yang menyenangkan dan lebih menciptakan suasana berkompetisi misal dengan memberi kuis dan *reward* di kelas guna untuk meningkatkan motivasi berprestasi bagi siswa. 3) Bagi peneliti selanjutnya untuk memperbaiki alat ukur agar lebih representatif dalam



menggambarkan keadaan subjek, dan meminta waktu yang sesuai kepada pihak sekolah untuk lebih membangun *rapport* dengan subjek penelitian.

## DAFTAR PUSTAKA

- Attri, A.K., & Neelam. (2013). *Academic anxiety and achievement of secondary school students – a study on gender differences*. Vol 02 (01), 27-33. Diunduh dari <http://www.ijobsms.in/vol02%20issue01%202013%20p4.pdf>.
- Hurlock, E. B. (2004). *Psikologi perkembangan: Suatu pendekatan sepanjang rentang kehidupan*. Edisi Kelima. Diterjemahkan oleh: Istiwidayanti dan Soedjarwo. Jakarta: Erlangga.
- Kumar, D.(2013). *A Study of academic achievement in relation to academic anxiety*. Vol-IV (47-48), 39-39. Diunduh dari <http://www.ssmrae.com/admin/images/a52f8f7ef4e97c58e236da90be89d739.pdf>.
- Matthews, G., Davies D.R., Westerman, S.J, Stammers, R.B. (2000). *Human performance cognition, stress and individual differences*. Philadelphia: Psychology Press.
- Mu'tadin, Z. (2002). *Penyesuaian diri remaja*. Diambil dari [www.e-psikologi.com](http://www.e-psikologi.com).
- Ottens, A.J. (1991). *Coping with academic anxiety*. New York: The Rosen Publishing Group.
- Pasiak, T. (2009). *Unlimited potency of the brain*. Bandung: Penerbit Mizan Media Utama.
- Pratiwi, P. (2009) *Hubungan antara kecemasan akademik dengan self-regulated learning pada siswa rintisan sekolah bertaraf internasional di SMA N 3 Surakarta*. Semarang: Universitas Diponegoro.
- Ramaiah, S. (2003). *Kecemasan*. Jakarta: Pustaka Populer Obor.

- Rezazadeh, M. (2009) *Investigating the relationship among test anxiety, gender, academic achievement and years of study: a case of Iranian EFL university students*. Vol 02 (04), 68-74.
- Slameto. (2003). *Belajar dan faktor-faktor yang mempengaruhinya*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Sukmadinata, N.S. (2003). *Landasan psikologi proses pendidikan*. Bandung: PT. Remaja Rosdakarya.
- Trismiati (2004). *Perbedaan tingkat kecemasan antara pria dan wanita akseptor kontrasepsi mantap di RSUP dr. Sardjito Yogyakarta*. No.1.  
Diunduh dari  
[http://directory.umm.ac.id/Networking%20Manual/jurnal\\_trismiati.pdf](http://directory.umm.ac.id/Networking%20Manual/jurnal_trismiati.pdf).
- Vembriarto, S.T. (2003). *Sosiologi pendidikan*. Jakarta: BPK Gunung Agung.