

**KECEMASAN SISWA MENGHADAPI UJIAN  
DAN IMPLIKASINYA DALAM LAYANAN  
BIMBINGAN DAN KONSELING**

SKRIPSI

Untuk memenuhi sebagian persyaratan  
memperoleh gelar Sarjana Pendidikan



Oleh  
YULIANTI KARLINA  
NIM. 14006040

**JURUSAN BIMBINGAN DAN KONSELING  
FAKULTAS ILMU PENDIDIKAN  
UNIVERSITAS NEGERI PADANG  
2019**

**PERSETUJUAN SKRIPSI**

**KECEMASAN SISWA MENGHADAPI UJIAN DAN IMPLIKASINYA  
DALAM LAYANAN BIMBINGAN DAN KONSELING**

Nama : Yulianti Karlina  
NIM : 14006040  
Jurusan : Bimbingan dan Konseling  
Fakultas : Ilmu Pendidikan

Padang, 06 Maret 2019

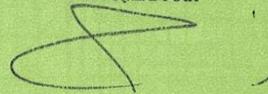
Disetujui Oleh:

Pembimbing I,



**Dra. Yulidar Ibrahim, M.Pd.,Kons.**  
NIP. 19550805 198103 2 002

Ketua Jurusan/Prodi



**Prof. Dr. Firman, M.S., Kons.**  
NIP. 19610225 198602 1 001

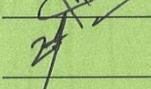
### PENGESAHAN TIM PENGUJI

Dinyatakan lulus setelah dipertahankan di depan Tim Penguji Skripsi Jurusan  
Bimbingan dan Konseling, Fakultas Ilmu Pendidikan,  
Universitas Negeri Padang

Judul : Kecemasan Siswa Menghadapi Ujian dan Implikasinya dalam  
Layanan Bimbingan dan Konseling  
Nama : Yulianti Karlina  
NIM : 14006040  
Jurusan : Bimbingan dan Konseling  
Fakultas : Ilmu Pendidikan

Padang, 06 Maret 2019

Tim Penguji,

	Nama	Tanda Tangan
1. Ketua	: Dra. Yulidar Ibrahim, M.Pd., Kons.	1. 
2. Anggota	: Dra. Khairani, M.Pd., Kons.	2. 
3. Anggota	: Zadrian Ardi, S.Pd, M.Pd., Kons.	3. 

## SURAT PERNYATAAN

Yang bertanda tangan di bawah ini,

Nama : Yulianti Karlina  
NIM : 14006040  
Jurusan/Prodi : Bimbingan dan Konseling  
Fakultas : Ilmu Pendidikan  
Judul : Kecemasan Siswa Menghadapi Ujian dan Implikasinya dalam Layanan Bimbingan dan Konseling

Dengan ini menyatakan bahwa skripsi yang saya buat ini merupakan hasil karya saya sendiri dan benar keasliannya. Apabila ternyata di kemudian hari penulisan skripsi ini merupakan hasil plagiat atau penjiplakan, maka saya bersedia bertanggung jawab, sekaligus bersedia menerima sanksi berdasarkan aturan yang berlaku.

Demikian, pernyataan ini saya buat dalam keadaan sadar dan tidak ada paksaan.

Padang, 06 Maret 2019

Saya yang menyatakan,



Yulianti Karlina

NIM. 14006040

## ABSTRAK

Yulianti Karlina. 2019. Kecemasan siswa menghadapi ujian dan implikasinya dalam layanan bimbingan dan konseling. Skripsi. Fakultas Ilmu Pendidikan. Universitas Negeri Padang.

Salah satu sumber kecemasan adalah ujian, kecemasan menghadapi ujian ialah terganggunya diri individu berupa ketakutan atau kekhawatiran yang dialami oleh seseorang dalam menghadapi situasi ujian dengan diikuti beberapa gangguan fisik maupun psikis. Penelitian ini bertujuan untuk (1) mendeskripsikan kecemasan menghadapi ujian ditinjau dari aspek kognitif, (2) mendeskripsikan kecemasan menghadapi ujian ditinjau dari aspek afektif, (3) mendeskripsikan kecemasan menghadapi ujian ditinjau dari aspek somatik, (4) mendeskripsikan kecemasan menghadapi ujian ditinjau dari aspek perilaku.

Jenis penelitian ini adalah penelitian deskriptif kuantitatif. Populasi penelitian ini adalah kelas X dan XI di SMA Pertiwi 1 Padang tahun ajaran 2018/2019 berjumlah 454 siswa. Sampel diambil menggunakan teknik *Proportional Stratified Random Sampling*, sehingga didapatkan jumlah sampel sebanyak 213 siswa. Penelitian dilaksanakan dengan mengadministrasikan instrumen angket. Data dianalisis dengan menggunakan teknik persentase.

Hasil Penelitian ditemukan: (1) kecemasan menghadapi ujian pada aspek kognitif, secara rata-rata 48,36% berada pada kategori sedang, (2) kecemasan menghadapi ujian pada aspek afektif, secara rata-rata 53,99% berada pada kategori sedang, (3) kecemasan menghadapi ujian pada aspek somatik, secara rata-rata 33,80% berada pada kategori sedang, (4) kecemasan menghadapi ujian pada aspek perilaku, secara rata-rata 48,83% berada pada kategori sedang. Dan secara keseluruhan, kecemasan menghadapi ujian secara rata-rata 47,89% berada pada kategori sedang.

**Kata Kunci: Kecemasan Menghadapi Ujian**

## KATA PENGANTAR



Alhamdulillah segala puji dan syukur peneliti lantunkan kehadirat Allah Subhannallahuwata'ala yang telah memberikan rahmat dan karunia-Nya, serta kesempatan dan kemudahan sehingga peneliti dapat menyelesaikan skripsi ini yang berjudul **“Kecemasan Siswa Menghadapi Ujian dan Implikasinya dalam Layanan Bimbingan dan Konseling”**. Tidak lupa pula salawat serta salam peneliti kirimkan kepada junjungan Nabi Muhammad SAW yang telah membuka tabir ilmu pengetahuan dan menuntun manusia kejalan yang benar.

Selama proses pembuatan skripsi ini dari awal sampai selesai, peneliti banyak memperoleh bimbingan dan bantuan dari berbagai pihak, untuk itu peneliti mengucapkan terima kasih kepada:

1. Ibu Dra. Yulidar Ibrahim, M. Pd., Kons. selaku Dosen Pembimbing Akademik yang senantiasa meluangkan waktu, memberikan bimbingan, arahan, ilmu kepada peneliti untuk kesempurnaan penulisan skripsi ini.
2. Bapak Prof. Dr. Firman, M. S., Kons. selaku Ketua Jurusan Bimbingan dan Konseling Universitas Negeri Padang.
3. Ibu Dr. Syahniar, M. Pd., Kons. selaku Sekretaris Jurusan Bimbingan dan Konseling Universitas Negeri Padang.
4. Ibu Dra. Khairani, M. Pd., Kons. dan Bapak Zadrian Ardi, S. Pd, M. Pd., Kons. selaku Dosen Penguji.

5. Bapak dan Ibu dosen jurusan Bimbingan dan Konseling serta staff administrasi yang telah membantu peneliti dalam perkuliahan dan membantu peneliti menyelesaikan skripsi ini.
6. Ibu Sri Astuti, S. Pd, M. Pd selaku Kepala SMA Pertiwi 1 Padang yang telah mengizinkan peneliti dari pengumpulan data sampai melaksanakan penelitian di sekolah.
7. Bapak dan Ibu staff Tata Usaha SMA Pertiwi 1 Padang yang telah membantu peneliti dalam memperoleh data siswa.
8. Bapak dan Ibu Guru BK SMA Pertiwi 1 Padang yang telah banyak membantu peneliti dalam melaksanakan penelitian.
9. Kedua orang tua tercinta yaitu Bapak Karman dan Ibu Nuruli yang telah memberikan motivasi dan semangat serta bantuan moril dan materil demi terselesaikannya skripsi ini.
10. Rekan-rekan mahasiswa Jurusan Bimbingan dan Konseling UNP yang telah berbagi suka dan duka serta bertukar pikiran selama proses penyusunan skripsi ini.

Semoga Allah SWT memberikan imbalan yang setimpal untuk segala bantuan yang telah diberikan kepada peneliti berupa pahala dan kemuliaan di sisi-Nya. Mudah-mudahan skripsi ini bermanfaat bagi peneliti sendiri serta para pembaca pada umumnya. Akhir kata peneliti ucapkan terima kasih.

Padang, Maret 2019

Peneliti

## DAFTAR ISI

	<b>Halaman</b>
<b>ABSTRAK</b> .....	i
<b>KATA PENGANTAR</b> .....	ii
<b>DAFTAR ISI</b> .....	iv
<b>DAFTAR TABEL</b> .....	vii
<b>DAFTAR GAMBAR</b> .....	viii
<b>DAFTAR LAMPIRAN</b> .....	ix
<b>BAB I. PENDAHULUAN</b>	
A. Latar Belakang.....	1
B. Identifikasi Masalah .....	7
C. Batasan Masalah .....	8
D. Rumusan Masalah .....	8
E. Tujuan Penelitian.....	9
F. Asumsi Penelitian.....	9
G. Manfaat Penelitian.....	9
<b>BAB II. LANDASAN TEORI</b>	
A. Kajian Pustaka	
1. Kecemasan	
a. Pengertian Kecemasan .....	11
b. Proses Terjadinya Kecemasan.....	12
c. Faktor-faktor Penyebab Kecemasan.....	13
d. Jenis-jenis Kecemasan.....	14
e. Ciri-ciri Kecemasan.....	15
f. Tingkat Kecemasan .....	17
2. Kecemasan Menghadapi Ujian	
a. Pengertian Kecemasan Menghadapi Ujian .....	19
b. Faktor-faktor Penyebab Kecemasan Menghadapi Ujian .....	20
c. Aspek-aspek Kecemasan Menghadapi Ujian.....	21

3. Bimbingan dan Konseling	
a. Pengertian Bimbingan dan Konseling.....	24
b. Layanan-layanan Bimbingan dan Konseling .....	25
B. Penelitian Relevan .....	27
C. Kerangka Konseptual .....	28
D. Pertanyaan Penelitian .....	29

### **BAB III. METODE PENELITIAN**

A. Jenis Penelitian .....	30
B. Populasi dan Sampel.....	31
C. Jenis Data dan Sumber Data.....	34
D. Definisi Operasional .....	34
E. Instrumen Pengumpulan Data .....	35
F. Teknik Pengolahan Data.....	37
G. Teknik Analisis Data .....	40

### **BAB IV. HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN**

A. Deskripsi Hasil Penelitian	
1. Hasil Keseluruhan .....	43
2. Kecemasan Menghadapi Ujian ditinjau dari Aspek Kognitif .....	44
3. Kecemasan Menghadapi Ujian ditinjau dari Aspek Afektif .....	47
4. Kecemasan Menghadapi Ujian ditinjau dari Aspek Somatik .....	51
5. Kecemasan Menghadapi Ujian ditinjau dari Aspek Perilaku .....	55
6. Rekapitulasi Hasil Kecemasan Siswa Menghadapi Ujian.....	60
B. Pembahasan Hasil Penelitian.....	62
C. Keterbatasan Penelitian .....	75

**BAB V. KESIMPULAN DAN SARAN**

A. Kesimpulan .....	78
B. Saran .....	78

<b>DAFTAR PUSTAKA .....</b>	<b>80</b>
-----------------------------	-----------

**LAMPIRAN-LAMPIRAN**

## DAFTAR TABEL

	<b>Halaman</b>
1. Populasi Penelitian.....	31
2. Sampel Penelitian.....	33
3. Kisi-Kisi Instrumen Penelitian.....	36
4. Penskoran Kecemasan Menghadapi Ujian.....	38
5. Kriteria Skor Kecemasan Menghadapi Ujian .....	41
6. Kriteria Pengolahan Data Hasil Penilaian Kecemasan Menghadapi Ujian.....	41
7. Hasil Keseluruhan .....	43
8. Sulit Konsentrasi .....	44
9. Bingung Saat Ujian .....	45
10. <i>Mental Blocking</i> .....	46
11. Kecemasan Menghadapi Ujian ditinjau dari Aspek Kognitif .....	47
12. Merasa Tegang.....	48
13. Merasa Gugup.....	49
14. Merasa Gelisah.....	50
15. Kecemasan Menghadapi Ujian ditinjau dari Aspek Afektif.....	51
16. Jantung Berdetak Kencang.....	52
17. Telapak Tangan Berkeringat.....	53
18. Mulut atau Kerongkongan Terasa Kering.....	54
19. Kecemasan Menghadapi Ujian ditinjau dari Aspek Somatik .....	55
20. Motorik .....	56
21. Wajah .....	57
22. Verbal.....	58
23. Sosial.....	59
24. Kecemasan Menghadapi Ujian ditinjau dari Aspek Perilaku .....	60
25. Rekapitulasi Hasil Kecemasan Menghadapi Ujian.....	61

## DAFTAR GAMBAR

	<b>Halaman</b>
A. Proses Terjadinya Kecemasan .....	12
B. Kerangka Konseptual.....	28

## DAFTAR LAMPIRAN

### **Lampiran**

Lampiran 1. Rekapitulasi <i>Judgement</i> Instrumen Penelitian.....	83
Lampiran 2. Hasil Validitas Uji Coba Instrumen Penelitian.....	94
Lampiran 3. Kisi-kisi Instrumen Penelitian .....	99
Lampiran 4. Instrumen Penelitian .....	100
Lampiran 5. Tabulasi Hasil Data .....	108
Lampiran 6. Surat Izin Penelitian.....	155

# **BAB I PENDAHULUAN**

## **A. Latar Belakang**

Salah satu tujuan dari lembaga pendidikan adalah mampu menghasilkan lulusan yang bermutu dan profesional. Berdasarkan Undang-Undang Sistem Pendidikan Nasional No. 20 Tahun 2003, Bab I pasal 1, merumuskan bahwa:

“Pendidikan adalah usaha sadar dan terencana untuk mewujudkan suasana belajar agar peserta didik secara aktif mengembangkan potensi dirinya untuk memiliki kekuatan spiritual keagamaan, pengendalian diri, kepribadian, kecerdasan, akhlak dan budi mulia, serta keterampilan yang diperlukan dirinya, masyarakat, bangsa dan negara”.

Melihat ketentuan yang digariskan dalam Undang-undang tersebut di tegaskan bahwa melalui pendidikan akan lahir individu yang memiliki kriteria, seperti potensi diri berkembang optimal, memiliki kekuatan spiritual keagamaan, pengendalian diri, kepribadian, cerdas, berakhlak mulia dan memiliki keterampilan. Pendidikan seumur hidup bertitik tolak dari keyakinan bahwa proses pendidikan dapat berlangsung selama manusia hidup, baik di sekolah maupun di luar sekolah. Dalam upaya mewujudkan berbagai kriteria tersebut, pendidikan pada tiap jenjang baik SD, SMP, SMA maupun Perguruan Tinggi melaksanakan kegiatan berupa bimbingan, pembelajaran dan pelatihan untuk membentuk sumber daya manusia yang berkualitas, dan mengacu pada tujuan pendidikan nasional.

Berdasarkan pendapat tersebut, disimpulkan bahwa sistem pendidikan nasional mengacu pada pengembangan diri individu dapat dilalui dengan berbagai upaya yang meliputi kegiatan bidang bimbingan, bidang pengajaran

dan latihan, yang mana semua ini saling menunjang dan berkaitan dilakukan oleh pendidik. Dalam membantu mengoptimalkan perkembangan objek didik yang disesuaikan dengan proses perkembangan biologis, psikologis, dan sosiologisnya untuk menciptakan sumber daya manusia yang berkualitas. Hal ini sesuai dengan tujuan pendidikan nasional yang terdapat dalam UU No. 2 Tahun 1989 Bab II Pasal 4, yaitu:

“Pendidikan nasional bertujuan mencerdaskan kehidupan bangsa dan mengembangkan manusia Indonesia seluruhnya, yaitu manusia yang beriman dan bertakwa terhadap Tuhan yang Maha Esa dan berbudi pekerti luhur, memiliki pengetahuan dan keterampilan, kesehatan jasmani dan rohani, kepribadian yang mantap dan mandiri, serta rasa tanggung jawab kemasyarakatan dan kebangsaan”.

Pendidikan merupakan salah satu faktor yang menentukan kemajuan bangsa di masa yang akan datang dan melalui pendidikan itu dapat diwujudkan generasi muda yang handal baik dalam bidang akademis, sosial dan agama. Untuk mewujudkan hal tersebut diperlukan pelaksanaan BK. Pelaksanaan BK di sekolah berkewajiban melaksanakan berbagai jenis layanan & kegiatan pendukung BK terhadap siswa-siswa yang menjadi tanggung jawabnya diatur dalam peraturan Menteri dan Reformasi Birokrasi nomor 16 tahun 2009 tentang jabatan fungsional guru dan angka kreditnya yang menjelaskan bahwa jabatan fungsional guru adalah yang mempunyai ruang lingkup, tugas, tanggung jawab, dan wewenang untuk melakukan kegiatan mendidik, mengajar, membimbing, mengarahkan, melatih, menilai, dan mengevaluasi peserta didik pada pendidikan anak usia dini jalur pendidikan formal, pendidikan dasar, dan pendidikan menengah sesuai

dengan peraturan perundang-undangan yang diduduki oleh Pegawai Negeri Sipil.

Sistem pendidikan nasional mengacu pada pengembangan diri individu dapat dilalui dengan berbagai upaya yang meliputi kegiatan bidang bimbingan, bidang pengajaran dan latihan. Dalam pelaksanaan pendidikan tersebut dilakukan upaya dengan melibatkan semua komponen yang secara hirarki telah diberikan beban dan tanggung jawabnya masing-masing. Salah satu komponen tersebut adalah guru sebagai tenaga pendidik (Sudirman, Daharnis & Marjohan, 2013).

Berbagai program telah diluncurkan oleh pemerintah seperti bantuan operasional sekolah untuk siswa-siswa yang kurang mampu dari segi finansial dan masih banyak lagi bantuan-bantuan lainnya, selain itu juga diluncurkan program wajib belajar 9 tahun. Sekolah sebagai salah satu lembaga pendidikan, membutuhkan pelayanan Bimbingan dan Konseling (BK) untuk pengembangan dan peningkatan kondisi kehidupan di Sekolah. Menurut Anas Salahudin (2010: 16) bimbingan dan konseling adalah sebagai berikut.

“Suatu proses pemberian bantuan kepada individu secara berkelanjutan dan sistematis, yang dilakukan oleh seorang ahli yang telah mendapat latihan khusus untuk itu, dengan tujuan agar individu dapat memahami dirinya, lingkungannya, serta dapat mengarahkan diri dan menyesuaikan diri dengan lingkungan untuk mengembangkan potensi dirinya secara optimal untuk kesejahteraan dirinya dan kesejahteraan masyarakat”.

Hal ini dilakukan tidaklah tanpa tujuan, melainkan ada tujuan yang sangat mendasar yaitu bangsa ini memiliki para intelektual yang memajukan bangsa. Kemajuan zaman juga menuntut pemerintah mengambil kebijakan

mengkaji keefektifan pelaksanaan kurikulum dan mencoba terus memperbaikinya, dengan harapan agar peserta didik memiliki mutu belajar yang bagus. Karena banyaknya materi yang harus mereka kuasai tidak sedikit membuat para siswa merasa cemas, seperti halnya yang dikemukakan oleh Jeffrey S. Nevid, Spencer A. Rathus dan Beverly Greene (2003: 163) beberapa sumber kecemasan yaitu kesehatan, relasi sosial, ujian, karier, relasi internasional dan kondisi lingkungan. Dari pernyataan tersebut, terlihat bahwa ujian adalah bagian dari sumber kecemasan yang dialami individu.

Dalam hal ini, Syaiful Bahri Djamarah (2008: 110) menyatakan bahwa ujian adalah suatu kegiatan yang mutlak dilaksanakan dalam rangka mengukur penguasaan materi yang telah diberikan dalam jangka waktu tertentu. Kegiatan ini tidak bisa tidak harus dihindari oleh setiap mahasiswa atau pelajar. Ujian merupakan agenda kegiatan dari guru guna melihat capaian penguasaan materi belajar yang telah diberikan materi belajar tertentu. Selanjutnya Riska Ahmad (2012) menyatakan bahwa berbagai ujian harus ditempuh oleh siswa selama menjalani proses pendidikan pada satuan pendidikan tertentu, mulai dari ujian harian, ujian tengah semester, ujian akhir semester, ujian kenaikan kelas, ujian akhir sekolah, dan ujian nasional. Ujian merupakan bagian yang tidak dapat dipisahkan dalam keseluruhan upaya pembelajaran, melalui ujian berbagai informasi akan diperoleh yang dapat dimanfaatkan untuk tujuan-tujuan tertentu.

Dengan adanya cemas yang dirasakan oleh individu, individu yang bersangkutan diharapkan termotivasi untuk mempersiapkan diri. Siswa yang

mengalami kecemasan ketika akan menghadapi ujian merupakan hal yang normal, sehingga dengan rasa cemas tersebut dapat memotivasi untuk mempersiapkan secara maksimal dirinya sebelum ujian. Selanjutnya menurut Carl Roger (dalam Taufik, 2014: 151) kecemasan sebenarnya diperlukan, sebab jika seseorang tidak sedikitpun cemas dalam menghadapi atau menjalani sesuatu, tentu dia tidak mencoba untuk mengantisipasi kegagalan atau kecelakaan yang mungkin bisa terjadi pada dirinya apabila dia beraktifitas. Berdasarkan paparan tersebut, jelas bahwa kecemasan yang bermanfaat itu adalah kecemasan minimal. Berdasarkan pernyataan tersebut, terlihat bahwa kecemasan siswa dalam menghadapi ujian bukanlah hal yang maladaptif apabila kecemasan yang dirasakan kecemasan minimal. Hal ini karena akan memotivasi siswa yang bersangkutan untuk mempersiapkan diri lebih baik sebelum pelaksanaan ujian.

Fenomena yang ada dilapangan, masih banyak siswa yang menunjukkan kecemasan berlebihan sebelum ujian terlihat bahwa adanya kecemasan yang menghambat proses pemotivasian diri siswa dalam menghadapi ujian dibuktikan masih tingginya tingkat kecemasan yang dirasakan siswa. Senada dengan hal itu Diana Citra Hasan (2009) menyatakan bahwa kecemasan dalam kaitannya dengan tes atau ujian dipicu oleh beberapa faktor, yaitu keterbatasan waktu, tingkat kesulitan materi dan instruksi soal. Dalam kaitannya dengan keterbatasan waktu, menggambarkan bahwa tekanan waktu yang ditentukan untuk menjawab soal-soal yang disediakan siswa akan menjadi mudah panik dan salah satu efek yang

ditimbulkan oleh kepanikan tersebut adalah kegagalan mengingat atau mengekspresikan hal-hal yang sebenarnya telah mereka kuasai. Selanjutnya tingkat kesulitan materi, siswa mungkin juga mendapatkan tingkat kesulitan soal yang sangat tinggi, sehingga memicu kecemasan mereka yang berakibat tidak hanya soal yang sulit saja yang tidak dapat mereka jawab, tapi juga soal-soal yang mudah yang sebenarnya sudah mereka kuasai.

Sebuah penelitian Hill (dalam Diana Citra Hasan, 2009) yang melibatkan sepuluh ribu siswa sekolah dasar dan menengah di Amerika bahwa sebagian besar siswa yang mengikuti tes gagal menunjukkan kemampuan mereka yang sebenarnya disebabkan oleh situasi dan suasana tes yang membuat mereka cemas. Sebaliknya, para siswa ini memperlihatkan hasil yang lebih baik jika berada pada kondisi yang lebih optimal, dalam arti unsur-unsur yang membuat siswa berada dibawah tekanan dikurangi atau dihilangkan sama sekali. Ini menunjukkan bahwa sebenarnya para siswa tersebut menguasai materi yang diujikan tapi gagal memperlihatkan kemampuan mereka yang sebenarnya karena kecemasan yang melanda mereka saat menghadapi tes.

Menurut Hafif Kurniady (2017) banyaknya siswa yang khawatir ketika menghadapi ujian disebabkan karena tidak mengerti dengan materi pelajaran yang akan diujikan dan siswa tidak berani bertanya ketika tidak memahami materi pelajaran, sehingga merasa dirinya tidak mampu menjawab soal ujian dengan benar dan akan mendapat nilai yang jelek. Lebih lanjut dijelaskan Johanna E. Prawitasari (2012: 75) kondisi kecemasan siswa seringkali justru

diperberat oleh sikap dan tindakan orangtua dan juga guru. Hal ini dikarenakan tanpa mereka sadari motivasi yang diberikan menggunakan ungkapan yang memicu kecemasan.

Selain berdasarkan penelitian tersebut, fenomena yang peneliti dapatkan ketika melaksanakan Praktek Lapangan Bimbingan dan Konseling di Sekolah (PLBK-S) pada bulan Juli-Desember 2017 di SMA Pertiwi 1 Padang, ditemukan dari hasil pengolahan AUM UMUM yang berkaitan dengan takut menghadapi ulangan atau ujian diperoleh data 17 siswa, khawatir memperoleh nilai rendah dalam ulangan atau ujian diperoleh data 20 siswa, kesulitan dalam mengingat materi pelajaran diperoleh data 13 siswa dan tidak siap dalam menghadapi ujian diperoleh data 15 siswa. Selanjutnya peneliti melakukan wawancara dengan lima siswa kelas XI di SMA Pertiwi 1 Padang pada bulan November 2017, diperoleh data beberapa siswa merasa cemas ketika menghadapi ujian baik itu ujian harian, ujian praktik dan ujian semester.

## **B. Identifikasi Masalah**

Berdasarkan uraian latar belakang tersebut, maka dapat diidentifikasi permasalahan yang terjadi adalah sebagai berikut.

1. Adanya siswa yang mengalami kecemasan saat menghadapi ujian. Hal ini dari beberapa penelitian yang menunjukkan kecemasan siswa menghadapi ujian tergolong tinggi.

2. Adanya siswa ketika menghadapi ujian menunjukkan reaksi yang merugikan bahkan dapat menyebabkan siswa yang bersangkutan tidak dapat menjawab pertanyaan yang diajukan.
3. Adanya siswa yang mengalami kecemasan saat menghadapi ujian seringkali diperberat oleh sikap dan tindakan orang tua dan juga guru.
4. Adanya siswa yang takut dalam menghadapi ujian
5. Adanya siswa yang tidak siap dalam menghadapi ujian karena belum menguasai materi pelajaran.
6. Adanya siswa yang khawatir memperoleh nilai rendah dalam ujian
7. Adanya siswa yang kesulitan dalam mengingat materi pelajaran saat menyelesaikan soal ujian.

### **C. Batasan Masalah**

Berdasarkan identifikasi masalah sebelumnya, maka peneliti membatasi masalah yang akan diteliti. Adapun batasan masalah dalam penelitian ini adalah sebagai berikut.

1. Kecemasan siswa menghadapi ujian ditinjau dari aspek kognitif
2. Kecemasan siswa menghadapi ujian ditinjau dari aspek afektif
3. Kecemasan siswa menghadapi ujian ditinjau dari aspek somatik
4. Kecemasan siswa menghadapi ujian ditinjau dari aspek perilaku

### **D. Rumusan Masalah**

Berdasarkan uraian latar belakang sebelumnya, maka perumusan masalah dalam penelitian ini adalah “Bagaimana kecemasan siswa

menghadapi ujian di SMA Pertiwi 1 Padang ditinjau dari aspek kognitif, afektif, somatik, dan perilaku?”.

#### **E. Tujuan Penelitian**

Adapun tujuan penelitian berdasarkan rumusan masalah ialah Mendeskripsikan kecemasan siswa menghadapi ujian di SMA Pertiwi 1 Padang ditinjau dari aspek kognitif, afektif, somatik, dan perilaku di SMA Pertiwi 1 Padang.

#### **F. Asumsi Penelitian**

Berdasarkan uraian latar belakang sebelumnya, penelitian ini dilandasi dengan asumsi sebagai berikut.

1. Kecemasan memberikan dampak yang berbeda-beda bagi setiap siswa
2. Pemberian layanan-layanan bimbingan dan konseling sangat penting dalam meminimalkan kecemasan siswa.

#### **G. Manfaat Penelitian**

Adapun manfaat penelitian ini dapat dilihat secara teoretis dan praktis. Berikut ini adalah manfaat penelitian secara teoretis dan praktis.

##### **1. Teoretis**

- a. Memberikan sumbangan bagi perkembangan ilmu pengetahuan yang berkaitan dengan kecemasan siswa menghadapi ujian.
- b. Sebagai bahan kajian bagi penelitian selanjutnya yang akan meneliti pada bidang ini.

## **2. Praktis**

- a. Bagi guru BK, sebagai bahan masukan untuk meminimalkan kecemasan siswa menghadapi ujian.
- b. Bagi peneliti, sebagai pengembangan ilmu pengetahuan baru dalam bidang penelitian dan untuk mendapatkan gambaran secara nyata tentang kecemasan siswa menghadapi ujian.