

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Pendidikan adalah satu dari banyak aspek kehidupan yang sangat penting untuk manusia. Tidak hanya berperan merealisasikan proses pembelajaran yang efektif, pendidikan juga memiliki fungsi mengembangkan potensi peserta didiknya. Syah (dalam Pratiwi 2015) pendidikan pada hakikatnya adalah usaha sadar untuk mengembangkan potensi bakat siswa dengan mendorong dan memfasilitasi kegiatan belajar siswa. Salah satu tujuan pendidikan adalah meningkatkan sumber daya manusia. Sebagai upaya mencerdaskan kehidupan bangsa, UU No.20 Tahun 2003 perihal Sistem Pendidikan Nasional berfungsi untuk meningkatkan keahlian dan membangun akhlak & budaya bangsa yang bermartabat berupaya membantu siswa mencapai potensi maksimalnya sebagai Orang yang beriman pada Tuhan YME adalah orang yang memiliki akhlak mulia, tidak sakit, banyak ilmu, cerewet, penuh ide, dan individual, serta merupakan masyarakat demokratis penuh bertanggung jawab.

Pendidikan ini dijelaskan lebih lagi pada Peraturan Pemerintah No. 29 Tahun 1990 perihal Pendidikan Menengah, yang mengatakan pendidikan menengah kejuruan merupakan pendidikan menengah yang menitikberatkan akan rancangan keahlian peserta didik supaya berhasil melakukan suatu pekerjaan (Edi, Suharno, dan Widiastuti, 2017).

Menurut Arif Rifai & Barnawi (dalam Edi, Suharno, dan Widiastuti, 2017) Sekolah Menengah Kejuruan (SMK) merupakan instansi pendidikan yang dipercayakan supaya pengembangan sumber daya manusia yang memiliki kemampuan, keterampilan, dan keahlian agar lulusannya berhasil di dunia kerja. Sebagai salah satu lembaga pendidikan, tujuan sekolah menengah kejuruan adalah untuk melatih siswa kedalam pasar kerja dan menumbuhkan sikap profesional, melatih siswa untuk memilih pekerjaan, bersaing, mengembangkan dan melatih tenaga kerja tingkat menengah supaya memenuhi keperluan dunia usaha juga industri saat ini dan yang akan datang (Kuswanto dalam Listiara, 2015). Agar lulusan dapat jadi masyarakat yang produktif, mudah beradaptasi, juga penuh ide, lembaga mempunyai tanggung jawab penting untuk menumbuhkan semangat wirausaha lulusan.

Kekhasan pembelajaran SMK tidak hanya adanya pembelajaran keterampilan dan kemampuan yang dapat mempersiapkan para siswa agar bekerja pada dunia usaha dan industri (DU/DI), tetapi juga kerjasama SMK dan DU/DI untuk Mencapai Diklat Tujuan lulusan SMK berkualitas yang memenuhi kebutuhan DU/DI. Hal ini didasarkan pada kebijakan pemerintah untuk menghubungkan dan mencocokkan pelaksanaan pendidikan DU/DI dan SMK, sehingga kedua belah pihak memahami kebutuhan DU/DI dan apa yang perlu dilakukan SMK untuk menjawab permintaan DU/DI yang terus meningkat. Perkembangan pesat di bidang teknologi dan ilmu pengetahuan. Program Latihan Kerja Industri (Prakerin) merupakan solusi yang tepat untuk meningkatkan korelasi antara SMK dengan DU/DI (Edi, Suharno, Widiastuti, 2017).

Siswa SMK termasuk dalam masa remaja, menurut teori perkembangan. Santrock (dalam Listiara, 2015) rentang usia remaja adalah 13 sampai 22 tahun. Perkembangan fungsi seksual, proses berpikir abstrak, dan kebebasan merupakan beberapa perubahan biologis, kognitif, dan sosial emosional yang terjadi. Santrock (dalam Listiara, 2015) transisi kognisi sosial, transisi sistem kelas, dan peningkatan perhatian terhadap prestasi adalah contoh dari perubahan tersebut, hal-hal tersebut dapat mengakibatkan kecemasan akademik (Listiara, 2015).

Berdasarkan hasil wawancara tanggal 24 Maret 2021 yang telah peneliti lakukan pada dua guru di SMK Negeri 3 Karawang yaitu guru PPKN (Pendidikan Pancasila dan Kewarganegaraan) dan guru PJOK (pendidikan jasmani, olahraga, dan kesehatan), kedua guru tersebut menuturkan bahwa umumnya kelas X akan bermasalah pada mata pelajaran yang khusus penjurusan, karena itu adalah mata pelajaran baru bagi mereka dan mereka kesulitan memahaminya, nilai kelas X pun tidak sebaik nilai kelas XI dan XII yang sudah mulai terbiasa dengan materi di SMK.

SMK Negeri 3 Karawang terdapat 12 kelas pada kelas X. Peneliti juga mewawancarai beberapa siswa SMK Negeri 3 Karawang, peneliti mendapat informasi bahwa saat pertama kali masuk SMK siswa sangat merasa cemas, khawatir tidak dapat mengikuti dan memahami materi baru sehingga menyebabkan siswa tidak menyukai mata pelajaran tertentu disekolah, siswa merasa kaget dengan mata pelajaran yang baru karena berbeda dengan mata pelajaran di SMP, ketidakmampuan siswa untuk mencapai tujuan belajar yang baik sehingga dapat menyebabkan adanya kecemasan akademik. Hal ini diperkuat dengan hasil

wawancara dari pihak guru, lebih lanjut dari pihak siswa sehingga terlihat fenomena kecemasan akademik di SMK Negeri 3 Karawang.

Perhatian siswa sering teralihkan saat pembelajaran dikelas, mereka mengalami kepanikan saat berbicara didepan kelas, dan sering mengeluarkan keringat dalam jumlah lebih banyak, kondisi-kondisi tersebut menampilkan apa yang disebut dengan kecemasan akademik. Pencapaian siswa yaitu berjuang menyelesaikan dan menunaikan beragam kewajiban akademik, juga berusaha agar berhasil dalam melaluinya, akibatnya beberapa siswa tidak dapat beradaptasi dan menjadi cemas, terutama dalam disiplin akademik, karena terlalu banyak tugas, tuntutan yang terlalu tinggi, dan keterampilan *coping* yang terbatas. (Sari, 2013).

Reber dan Emily (dalam Azyz, dkk., 2019) kecemasan pada kamus psikologi bersumber pada bahasa Inggris yaitu "*anxiety*" yang memiliki arti kondisi emosi yang buram dan tidak menggembirakan disertai ciri-ciri takut terhadap suatu hal, rasa gemetar, menekan dan tidak nyaman. Jess Feist, dkk (dalam Ukhtia, dkk., 2016). Kecemasan adalah perasaan tidak puas yang diikuti oleh sensasi fisik yang memperingatkan bahaya yang akan datang pada seseorang. Sedikit kecemasan meningkatkan kinerja, yang sering kali disebut kecemasan yang membantu (*facilitating anxiety*). Tetapi banyak kecemasan dapat mengganggu kinerja yang disebut kecemasan yang merugikan (*debilitating anxiety*)(Ukhtia, dkk., 2016).

Menurut Ottens (dalam Azyz, dkk., 2019) pada dasarnya kecemasan akademik mengarah pada kemungkinan bahwa kinerja siswa ketika tugas akademik diberikan mungkin tidak sepenuhnya dapat diterima. O'Connor (dalam Variansyah dan Listiara, 2017), bahwa perasaan tertekan, takut, atau stress akibat tuntutan

yang harus diimplementasikan di sekolah dikatakan dengan kecemasan akademik. Kecemasan akademik di prediksi dirasakan oleh para remaja karena tekanan akademik yang berasal dari proses belajar mengajar atau hal-hal yang berelasi dengan kegiatan belajar. Beberapa tekanan akademik yang biasa dirasakan siswa yaitu persaingan nilai, prestasi, dan tuntutan dari guru, sehingga menimbulkan kekhawatiran akan kegagalan belajar dalam diri siswa.

Oleh karena itu, *academic anxiety* adalah jenis kecemasan yang dapat mempengaruhi siswa di dalam kelas. Ottens (dalam Sari, 2013) siswa yang memiliki kecemasan akademik memiliki indikasi seperti: kegelisahan tidak berargumen, dialog maladaptif, penafsiran juga kepercayaan yang tidak benar, minat yang berkurang disebabkan provokator eksternal (tingkah laku siswa lain, jam, suara-suara ramai), minat berkurang disebabkan pengusik internal (kegelisahan, melamun, reaksi fisik), otot kaku, berkeringat, jantung berdetak cepat, tangan bergetar, prokrastinasi dan kecemasan yang berlebihan. Sehingga jika kondisi tersebut dibiarkan berkepanjangan akan merugikan dan peserta didik tidak akan menggapai tujuan belajarnya dengan baik.

Oleh sebab itu, kecemasan akademik adalah dorongan pikiran dan perasaan pada diri pribadi yang menyuarakan kekhawatiran terhadap bencana atau ancaman pada masa yang akan hadir tanpa alasan khusus, akibatnya membawa dampak terhambatnya pola pikir dan respon fisik juga tingkah laku sebagai hasil tekanan pada implementasi tugas dan aktivitas yang bervariasi pada konteks akademik. Hal itu adalah perasaan mental yang cemas seperti reaksi terhadap situasi di instansi pendidikan yang dianggap negatif (Azyz, Huda, dan Atmasari, 2019).

Menurut Nevid, dkk (dalam Etiafani dan Listiara, 2015) salah satu aspek kecemasan tersebut yaitu aspek kognitif pada diri pribadi yang merupakan cara pikir dalam memegang karakter pada kecemasan. Wibowo, dkk (dalam Etiafani dan Listiara, 2015) menambahkan bahwa kemampuan kognitif siswa merupakan salah satu indikator keberhasilan saat proses pembelajaran berjalan dengan baik. Selain itu, Widhiarso (dalam Etiafani dan Listiara, 2015) juga menyampaikan individu yang memiliki kapasitas kognitif tinggi mampu memperkirakan diri mereka dengan baik. Individu yang mempunyai *self regulated learning* (SRL) yang baik mampu menggabungkan keahlian belajar akademik dan kontrol diri yang membuat belajar lebih lancar untuk menggapai tujuan (Woolfolk dalam Etiafani dan Listiara, 2015).

Pada penelitian sebelumnya oleh Etiafani dan Listiara (2015), terdapat relasi negatif yang signifikan antara *self regulated learning* dengan *academic anxiety*. Semakin tinggi derajat kemandirian belajar maka semakin rendah kecemasan akademik siswa dan sebaliknya. Pembelajaran mandiri dapat membantu 53,2% kecemasan akademik siswa. Studi lain oleh Catharina dan Dewi (2015) menunjukkan bahwa ada korelasi negatif yang signifikan antara *self regulated learning* dan kecemasan akademik.

Seperti yang ditunjukkan oleh Zimmerman (dalam Ulum, 2016), *self regulated learning* adalah metode pembelajaran di mana siswa terinspirasi atau termotivasi untuk belajar dalam metakognisi dan secara efektif tertarik pada langkah-langkah belajar mandiri. *Self Regulated Learning* mengkombinasikan kemampuan belajar akademik dan pengendalian diri sehingga mempermudah proses pembelajaran. Kemampuan siswa yang aktif pada proses pembelajaran baik

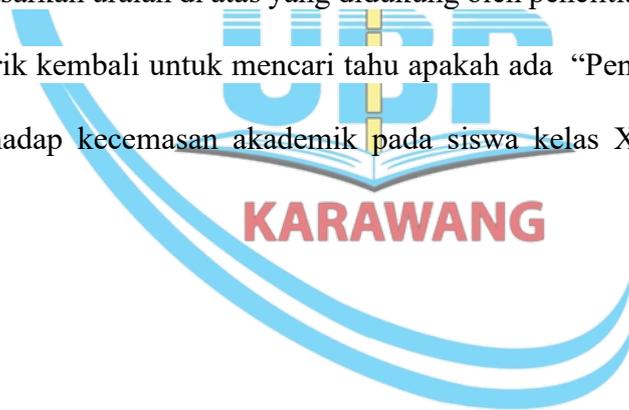
secara metakognitif, motivasional maupun behavioral, sehingga siswa bisa menentukan dan menyusun strategi belajar untuk menetapkan tujuan belajarnya disebut dengan *self regulated learning*. Zimmerman & Schunk (dalam Alhadi dan Supriyanto, 2017) *Self regulated learning* digambarkan melalui satu atau lebih tingkat aktivitas metakognitif, motivasional dan perilaku siswa dalam proses pembelajaran. Pernyataan tersebut adalah pendekatan proaktif dan mandiri peserta didik dalam proses pembelajaran dengan memantau, mengatur dan mengendalikan persepsi, motivasi dan perilaku yang ditentukan oleh pembelajaran mandiri menuju atau diarahkan pada tujuan pembelajaran.

Bandura (dalam Latipah, 2010) dimensi *self regulated learning* mendorong seseorang dalam mengembangkan kemampuan mengatur diri dalam belajarnya secara baik. Istilah self-regulated learning dikembangkan dari teori kognisi sosial. Bandura (dalam Latipah, 2010) Menurut teori kognisi sosial, manusia adalah hasil dari suatu struktur sebab akibat yang didasarkan pada saling ketergantungan aspek pribadi (person), perilaku (behavior) dan lingkungan (environment). Ketiga aspek ini menentukan diri. -belajar yang diatur. Ketiga aspek keputusan ini saling berrelasi secara kausal, dimana orang berusaha mengatur diri sendiri, dan hasilnya muncul dalam bentuk kinerja atau perilaku, dan perilaku ini berdampak pada perubahan lingkungan. (Bandura dari Latipa, 2010).

Self Regulated Learning juga merupakan belajar yang terjadi atas inisiatif, dorongan dan motivasi dari dalam diri siswa yang dapat mempengaruhi pikiran, perasaan, dan tingkah lakunya untuk mencapai tujuan belajarnya. Siswa yang mempunyai *self regulated learning* akan menunjukkan tingkah laku yang aktif,

kreatif dan dinamis sehingga jika siswa tersebut mempunyai pencapaian tujuan dalam belajarnya maka pikiran, perasaan, tingkah laku dan strategi akan di arahkan dan di fokuskan untuk mencapai tujuan tersebut (Zimmerman dalam Azmi, 2016). Siswa dengan sendirinya memulai dan berusaha secara langsung untuk mendapatkan ilmu pengetahuan dari pada harus bergantung kepada guru, teman, orang tua, ataupun orang lain. Jadi kesimpulannya *self regulated learning* adalah usaha aktif dan mandiri yang dilakukan siswa dalam proses pembelajarannya dengan cara memantau, mengontrol motivasi, kognisi dan perilaku yang di arahkan untuk mencapai tujuan belajarnya.

Berdasarkan uraian di atas yang didukung oleh penelitian sebelumnya maka peneliti tertarik kembali untuk mencari tahu apakah ada “Pengaruh *self regulated learning* terhadap kecemasan akademik pada siswa kelas X di SMK Negeri 3 Karawang”.



B. Rumusan Masalah

Dari latar belakang yang sudah disampaikan maka rumusan masalah yang ada pada penelitian ini adalah "Apakah ada pengaruh *self regulated learning* terhadap kecemasan akademik pada siswa kelas X di SMK Negeri 3 Karawang".

C. Tujuan Penelitian

Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui pengaruh *self regulated learning* terhadap kecemasan akademik pada siswa kelas X di SMK Negeri 3 Karawang.

D. Manfaat Penelitian

Diharapkan dengan dilakukannya penelitian ini dapat dirasakan dua manfaat, yakni manfaat teoritis dan manfaat praktis.

1. Manfaat Teoritis

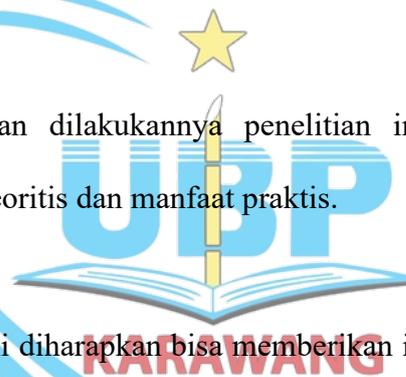
- a. Hasil penelitian ini diharapkan bisa memberikan informasi dan menambah wawasan bagi para pembaca mengenai pengaruh *self regulated learning* terhadap kecemasan akademik pada siswa.
- b. Sebagai referensi untuk penelitian selanjutnya terkait *self-regulated learning* dan *academic anxiety*.

2. Manfaat Praktis

a. Bagi Peneliti Selanjutnya

Manfaat penelitian ini untuk peneliti lain adalah dapat digunakan sebagai referensi, sumber informasi, juga sebagai bahan referensi untuk penelitian selanjutnya guna meningkatkan *self-regulated learning*.

b. Bagi Siswa



Penelitian ini diharapkan bisa menjadi bahan penilaian bagi siswa untuk selalu menerapkan *self-regulated learning* untuk mengurangi *academic anxiety*.

