

**HUBUNGAN ANTARA DUKUNGAN SOSIAL TEMAN SEBAYA
DENGAN KECEMASAN MENJELANG UJIAN NASIONAL (UN)
PADA SISWA KELAS XII REGULER SMA NEGERI 1
SURAKARTA**

Yulia Putri Puspitasari, Zaenal Abidin, Dian Ratna Sawitri

Fakultas Psikologi Universitas Diponegoro

ABSTRACT

This study aims to know the relationship between peers social support with the anxiety facing the National Examination (UN) in the regular students of class XII SMA Negeri 1 Surakarta. This research hypothesized that there is a negative relationship between peers social support with the anxiety facing the UN.

The population of this study was 361 students of class XII regular SMA Negeri 1 Surakarta. 186 students obtained through cluster random sampling were involved in this study. The data were collected by the Anxiety facing National Exam (UN) Scale (30 aitems valid, $\alpha = 0.898$) and Peers Social Support Scale (35 aitems valid, $\alpha = 0.919$), which has been tested on 143 students.

Simple regression analysis showed that there was a negative significant correlation between peers social support and anxiety facing National Exam ($r = -0.208$ and $p < 0.05$). This means the higher the social support acquired from peers, the lower students's anxiety toward the National Exam (UN), and vice versa. Effective contribution of peers social support on anxiety facing the UN at 4.3%. These result indicates that there are other 95.7% factors, which also played a part in affecting the anxiety facing the UN which are not involved in this research.

Keywords: Anxiety Facing the National Exam (UN), Peers Social Support, Student.

PENDAHULUAN

Ujian Nasional (UN) merupakan salah satu cara pemerintah untuk meningkatkan mutu pendidikan Indonesia. Siswa harus mampu mencapai standar nilai tertentu sebagai syarat kelulusan. Namun pada kenyataannya, seperti yang

diberitakan di berbagai media, penggunaan standar nilai kelulusan sebagai salah satu tolok ukur kelulusan banyak menuai kontroversi di masyarakat.

Sebagian berpendapat bahwa UN berdampak negatif terhadap pembelajaran di sekolah, menghamburkan biaya, dan hanya mengukur aspek kognitif. Argumentasi lain adalah kondisi mutu sekolah yang sangat beragam sehingga tidak adil jika harus diukur dengan menggunakan ukuran (standar) yang sama.

Di lain pihak, terdapat pendapat yang mendukung agar UN tetap dipertahankan antara lain didasarkan kepada argumentasi tentang pentingnya UN sebagai pengendali mutu pendidikan secara nasional dan pendorong bagi pendidik, peserta didik, dan penyelenggara pendidikan untuk bekerja lebih keras guna meningkatkan mutu pendidikan (prestasi belajar)

Salah satu isu yang mendapat perhatian banyak pihak adalah kekhawatiran tentang kemungkinan banyaknya siswa yang tidak lulus. Bagi siswa sendiri, adanya UN sebagai penentu kelulusan siswa dalam suatu jenjang pendidikan formal, menjadikan beban yang luar biasa besar bagi calon peserta ujian, bahkan perasaan ini mungkin saja dirasakan sejak siswa menempati kelas akhir dari suatu jenjang. Siswa mengalami kecemasan jika mereka tidak mampu mencapai standar kelulusan yang telah ditetapkan (Harti, 2007).

Nevid (2005, h. 163) menjelaskan bahwa kecemasan adalah suatu keadaan emosional yang mempunyai ciri keterangsangan fisiologis, perasaan tegang yang tidak menyenangkan, dan perasaan aprehensif bahwa sesuatu yang buruk akan terjadi. Sama halnya dengan yang dikemukakan oleh Haber dan

Runyon (1984, dalam Suryani, 2007, h. 84) bahwa jika seseorang mengalami perasaan gelisah, gugup, atau tegang dalam menghadapi suatu situasi yang tidak pasti, berarti orang tersebut mengalami kecemasan, yaitu ketakutan yang tidak menyenangkan, atau suatu pertanda sesuatu yang buruk akan terjadi.

Harber dan Runyon mengemukakan empat dimensi kecemasan yaitu:

- a. Dimensi kognitif yaitu perasaan tidak menyenangkan yang muncul dalam pikiran seseorang sehingga ia mengalami rasa risau dan khawatir. Kekhawatiran ini dapat terbentang mulai dari tingkat khawatir yang ringan, lalu panik, cemas, dan merasa akan terjadi malapetaka, kiamat, kematian. Saat individu mengalami kondisi ini ia tidak dapat berkonsentrasi, mengambil keputusan, dan mengalami kesulitan untuk tidur.
- b. Dimensi motorik yaitu perasaan tidak menyenangkan yang muncul dalam bentuk tingkah laku seperti meremas jari, menggeliat, menggigit bibir, menjentikkan kuku, gugup, dan *tics*.
- c. Dimensi somatis yaitu perasaan tidak menyenangkan yang muncul dalam reaksi fisik biologis seperti mulut terasa kering, kesulitan nafas, berdebar, tangan dan kaki dingin, pusing seperti hendak pingsan, banyak keringat, tekanan darah naik, otot tegang terutama kepala, leher, bahu, dan dada, serta sulit mencerna makanan.
- d. Dimensi afektif yaitu perasaan tidak menyenangkan yang muncul dalam bentuk emosi, perasaan tegang karena luapan emosi yang berlebihan seperti dihadapkan pada suatu teror. Luapan emosi ini biasanya berupa kegelisahan

atau kekhawatiran bahwa ia dekat dengan bahaya padahal sebenarnya tidak terjadi apa-apa.

Pada dasarnya kecemasan dalam tingkat rendah dan sedang berpengaruh positif pada performansi belajar siswa karena dapat meningkatkan motivasi belajar siswa. Sebaliknya, akan memberikan pengaruh buruk jika kecemasan tersebut dalam taraf tinggi (Elliot, dkk., 1996, h. 342). Terlampau cemas dan takut menjelang ujian, justru akan mengganggu kejernihan pikiran dan daya ingat untuk belajar dengan efektif sehingga hal tersebut mengganggu kejernihan mental yang amat penting untuk dapat mengatasi ujian (Goleman, 1997, h. 117).

Dampak terburuk ketika siswa gagal mengerjakan ujian adalah ketidakkulusan. Menurut Sawali (2007), secara psikologis siswa yang tidak lulus UN akan dihindangi sikap rendah diri secara berlebihan akibat stigma "bebal dan bodoh" yang diberikan oleh orang-orang di sekitarnya. Dampak psikologis semacam ini, disadari atau tidak, memiliki daya "pembunuh" yang luar biasa terhadap motivasi anak dalam mewujudkan masa depannya.

Menurut Sari dan Kuncoro (2006, h. 38-39), faktor-faktor yang mempengaruhi kecemasan antara lain keadaan pribadi individu, tingkat pendidikan, pengalaman yang tidak menyenangkan, dan dukungan sosial. Sedangkan menurut Nevid, dkk (2007, h. 196), kecemasan dipengaruhi beberapa faktor, yaitu:

a. Faktor sosial lingkungan

Meliputi pemaparan terhadap peristiwa yang mengancam atau traumatis, mengamati respon takut pada orang lain, dan kurangnya dukungan sosial.

b. Faktor biologis

Meliputi predisposisi genetik, iregularitas dalam fungsi neurotransmitter, dan abnormalitas dalam jalur otak yang memberi sinyal bahaya atau yang menghambat tingkah laku repetitif.

c. Faktor behavioral

Meliputi pemasangan stimuli aversif dan stimuli yang sebelumnya netral, kelegaan dari kecemasan karena melakukan ritual kompulsif atau menghindari stimuli fobik, dan kurangnya kesempatan untuk pemunahan karena penghindaran terhadap objek atau situasi yang ditakuti.

d. Faktor kognitif dan emosional

Meliputi konflik psikologis yang tidak terselesaikan (Freudian atau teori psikodinamika), faktor-faktor kognitif seperti prediksi berlebihan tentang ketakutan, keyakinan-keyakinan yang *self defeating* atau irasional, sensitivitas berlebih terhadap ancaman, sensitivitas kecemasan, salah atribusi dari sinyal-sinyal tubuh, dan *self efficacy* yang rendah.

Di lain pihak, secara spesifik, Hasan (2007) mengemukakan adanya sejumlah penelitian yang mendalam dan dilaksanakan dalam kurun waktu sepuluh tahun terakhir yang mencatat tiga faktor utama pemicu kecemasan dalam menghadapi tes, yaitu keterbatasan waktu, tingkat kesulitan materi tes, dan instruksi tes.

Salah satu yang dibutuhkan siswa selain belajar yang lebih intensif adalah adanya dukungan sosial untuk mengurangi kecemasan yang dihadapinya. Sebagai remaja, mereka dapat memperoleh dukungan sosial dari berbagai sumber, seperti keluarga, guru, orang tua, dan teman sebayanya. Namun penelitian mengenai hubungan dukungan sosial terhadap kecemasan dalam menghadapi UN belum pernah dilakukan, sehingga perlu diadakan penelitian mengenai hal ini.

House (dalam Smet, 1994, h. 234-235), menjelaskan dukungan sosial sebagai persepsi seseorang terhadap dukungan potensial yang diterima dari lingkungan, dukungan sosial tersebut mengacu pada kesenangan yang dirasakan sebagai penghargaan akan kepedulian serta pemberian bantuan dalam konteks hubungan yang akrab. Sarafino (1994, h. 102) berpendapat bahwa dukungan sosial adalah suatu kesenangan, perhatian, penghargaan, ataupun bantuan yang dirasakan dari orang lain atau kelompok.

Menurut Cobb (1976, dalam Sarafino, 1994, h.102), seseorang yang mendapatkan dukungan sosial percaya bahwa mereka dicintai dan diperhatikan, berharga dan bernilai, dan menjadi bagian dari jaringan sosial, seperti keluarga dan komunitas organisasi, yang dapat membekali kebaikan, pelayanan, dan saling mempertahankan ketika dibutuhkan.

Di masa remaja, kelompok teman sebaya memiliki peran yang sangat penting bagi perkembangan remaja baik secara emosional maupun secara sosial. Buhrmester (1996, dalam Papalia, 2008, h. 617-618) menyatakan bahwa kelompok teman sebaya merupakan sumber afeksi, simpati, pemahaman, dan panduan moral, tempat bereksperimen, dan setting untuk mendapatkan otonomi

dan independensi dari orang tua. Di lain pihak, Robinson (dalam Papalia, 2008, h. 617) mengemukakan bahwa keterlibatan remaja dengan teman sebayanya, selain menjadi sumber dukungan emosional yang penting sepanjang transisi masa remaja, namun sekaligus dapat menjadi sumber tekanan bagi remaja.

Cohen dan Mc Kay; Wills (1984, dalam Sarafino, 1994, h.103) membedakan lima jenis dukungan sosial antara lain:

- a. *Dukungan emosional*. Aspek ini mencakup ungkapan empati, kepedulian dan perhatian terhadap orang yang bersangkutan. Dukungan ini menyediakan rasa nyaman, ketentraman hati, perasaan dicintai bagi seseorang yang mendapatkannya.
- b. *Dukungan penghargaan*. Aspek ini terjadi lewat ungkapan penghargaan positif untuk individu bersangkutan, dorongan maju atau persetujuan dengan gagasan atau perasaan individu dan perbandingan positif individu dengan orang-orang lain.
- c. *Dukungan instrumental*. Aspek ini mencakup bantuan langsung yang dapat berupa jasa, waktu, dan uang.
- d. *Dukungan informatif*. Aspek ini mencakup memberi nasihat, petunjuk-petunjuk, saran-saran, informasi, dan umpan balik.
- e. *Dukungan jaringan sosial*. Aspek ini mencakup perasaan keanggotaan dalam kelompok. Dukungan jaringan sosial merupakan perasaan keanggotaan dalam suatu kelompok, saling berbagi kesenangan dan aktivitas sosial.

Sarason, dkk (1983, h. 137) mengatakan bahwa individu dengan dukungan sosial tinggi memiliki pengalaman hidup yang lebih baik, harga diri yang lebih

tinggi, serta pandangan hidup yang lebih positif dibandingkan dengan individu yang memiliki dukungan sosial yang lebih rendah.

Coopersmith (1967, h.71) menyatakan bahwa ciri-ciri orang dengan harga diri tinggi menunjukkan perilaku-perilaku seperti mandiri, aktif, berani mengemukakan pendapat, dan percaya diri. Sedangkan seseorang dengan harga diri yang rendah menunjukkan perilaku seperti kurang percaya diri, cemas, pasif, serta menarik diri dari lingkungan.

Teman sebaya merupakan sumber penting dukungan sosial yang berpengaruh terhadap rasa percaya diri remaja. Dukungan emosional dan persetujuan sosial dalam bentuk konfirmasi dari orang lain merupakan pengaruh yang penting bagi rasa percaya diri remaja (Santrock, 2003, h. 339). Hubungan pribadi yang berkualitas memberikan stabilitas, kepercayaan, dan perhatian, dapat meningkatkan rasa kepemilikan, harga diri dan penerimaan diri siswa, serta memberikan suasana yang positif untuk pembelajaran. Dukungan interpersonal yang positif dari teman sebaya, pengaruh keluarga, dan proses pembelajaran yang baik dapat meminimalisir faktor-faktor penyebab kegagalan prestasi siswa seperti keyakinan negatif tentang kompetensi dalam mata pelajaran tertentu serta kecemasan yang tinggi dalam menghadapi tes (Santrock, 2007, h. 167).

Siswa yang mendapatkan dukungan sosial yang tinggi dari teman sebayanya akan merasa bahwa dirinya dicintai, diperhatikan sehingga meningkatkan rasa harga diri mereka. Seseorang dengan harga diri yang tinggi cenderung memiliki rasa kepercayaan diri, keyakinan diri bahwa mereka mampu menguasai situasi dan memberikan hasil yang positif, dalam hal ini adalah keyakinan diri dalam

menghadapi UN. Keadaan ini akan membantu siswa dalam mereduksi kecemasan yang mereka rasakan menjelang UN.

Sebaliknya, siswa yang mendapatkan dukungan sosial yang rendah dari teman sebayanya merasa bahwa dirinya terasing, kurang mendapatkan perhatian dan kasih sayang dari teman-teman sebaya, bahkan merasa sebagai seseorang yang tertolak sehingga mengembangkan harga diri yang rendah. Keadaan ini dapat menimbulkan perasaan pesimis dan mudah putus asa dalam menghadapi masalah. Siswa memiliki keyakinan diri yang rendah dalam menghadapi UN, cenderung memprediksikan kegagalan secara berlebihan dan kurang termotivasi untuk belajar. Siswa menjadi tidak siap ujian sehingga kecemasan siswa menjelang UN akan meningkat. Keadaan ini akan menghambat siswa untuk mencapai standar nilai yang memuaskan karena siswa cenderung memusatkan perhatiannya pada kecemasan yang dialaminya.

Berdasarkan beberapa teori yang telah diuraikan, maka hipotesis dalam penelitian ini adalah ada hubungan negatif antara dukungan sosial teman sebaya dengan kecemasan siswa kelas XII reguler menjelang Ujian Nasional (UN). Semakin tinggi dukungan sosial teman sebaya maka semakin rendah tingkat kecemasan siswa kelas XII reguler menjelang Ujian Nasional (UN), sebaliknya semakin rendah dukungan sosial teman sebaya maka semakin tinggi tingkat kecemasan siswa kelas XII reguler menjelang Ujian Nasional (UN).

METODE

Variabel prediktor dalam penelitian ini adalah dukungan sosial teman sebaya, sedangkan variabel kriteriumnya adalah kecemasan menjelang Ujian Nasional (UN). Populasi dari penelitian ini adalah seluruh siswa kelas XII reguler SMAN 1 Surakarta yang akan menempuh UN tahun ajaran 2009/2010. Adapun jumlah siswa kelas XII reguler secara keseluruhan adalah 361 orang.

Metode pengambilan subyek yang digunakan dalam penelitian ini adalah *cluster random sampling*, yaitu teknik pengambilan sampel dengan cara melakukan randomisasi terhadap kelompok, bukan terhadap subjek secara individual (Azwar, 2007, h.86).

Alat yang digunakan untuk mengumpulkan data dalam penelitian ini adalah skala psikologi. Adapun skala yang digunakan dalam penelitian ini adalah Skala Kecemasan Menjelang UN dan Skala Dukungan Sosial Teman Sebaya yang akan dibuat sendiri oleh peneliti. Aspek-aspek kecemasan menjelang UN yang digunakan dalam skala ini terdiri dari empat aspek, yaitu aspek kognitif, somatis, motorik, dan afektif. Sedangkan aspek dukungan sosial teman sebaya yang digunakan dalam penelitian ini adalah dukungan emosional, dukungan penghargaan, dukungan instrumental, dukungan informative, dan dukungan jaringan sosial.

Kedua skala tersebut disusun dengan dua jenis aitem, yaitu aitem yang searah dengan pernyataan (*favorable*) dan tidak searah dengan pernyataan (*unfavorable*). Model skala yang digunakan untuk kedua skala adalah modifikasi dari model Likert, dengan 4 pilihan jawaban, yaitu SS (Sangat Sesuai), S (Sesuai),

TS (Tidak Sesuai), dan STS (Sangat Tidak Sesuai). Penilaian terhadap item yang *favorabel* adalah SS = 4, S = 3, TS = 2, dan STS = 1. Sedangkan penilaian terhadap item yang *unfavorable* adalah SS = 1, S = 2, TS = 3, dan STS = 4.

Penelitian ini dilaksanakan pada tanggal 14-16 Januari 2010 secara klasikal ke masing-masing kelas pada jam pelajaran Bahasa Jawa. Kelas yang menjadi subjek penelitian merupakan kelas yang tidak dikenai sebagai subjek uji coba penelitian. Subjek penelitian secara keseluruhan berjumlah 186 orang. Kelas yang dijadikan sampel penelitian adalah XII IPA 1, XII IPA 2, XII IPA 3, XII IPA 4, dan XII IPS 2.

Rancangan statistik yang digunakan untuk menganalisis data hubungan antara dukungan sosial teman sebaya dengan kecemasan menjelang UN adalah analisis regresi sederhana. Adapun tujuan analisis regresi adalah untuk meramalkan tinggi rendahnya skor pada variabel kriterium berdasarkan variabel predictor. Analisis ini dilakukan dengan bantuan program komputer *Statistical Packages for Social Science* (SPSS) Versi 17.0.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Berdasarkan analisis statistik, diperoleh hasil bahwa terdapat korelasi antara dukungan sosial teman sebaya dengan kecemasan menjelang UN dengan angka r_{xy} sebesar -0,208 dan nilai probabilitas 0,004 kurang dari 0,05 ($p < 0,05$). Nilai probabilitas kurang dari 0,05 berarti ada hubungan yang signifikan antara kecemasan menjelang UN dan dukungan sosial teman sebaya. Arah hubungan yang negatif menunjukkan bahwa semakin tinggi dukungan sosial teman sebaya

maka kecemasan menjelang UN akan semakin rendah. Hasil tersebut membuktikan bahwa hipotesis yang menyatakan adanya hubungan yang negatif antara dukungan sosial teman sebaya dengan kecemasan menjelang UN dapat diterima.

Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa tingkat dukungan sosial teman sebaya siswa kelas XII reguler SMA Negeri 1 Surakarta berada dalam kategori yang tinggi. Sedangkan tingkat kecemasan siswa menjelang UN berada dalam kategori sedang. Sumbangan efektif dukungan sosial teman sebaya terhadap kecemasan menjelang UN adalah sebesar 4,3 %

Menurut Nevid, dkk (2007, h.196) salah satu faktor yang menyebabkan timbulnya kecemasan adalah faktor sosial lingkungan. Faktor ini meliputi pemaparan terhadap peristiwa yang mengancam atau traumatis, mengamati respon takut pada orang lain, dan kurangnya dukungan sosial.

Siswa kelas XII SMA berada pada kategori usia remaja. Sumber dukungan sosial yang penting bagi remaja salah satunya berasal dari teman sebaya mereka. Adanya dukungan sosial dari teman sebaya membuat siswa merasa bahwa mereka memiliki teman yang memperhatikan, menghargai mereka, serta perasaan senasib sepenanggungan. Pernyataan tersebut senada dengan pendapat Cohen dan Wills (1985, dalam Sarafino, 1994, h.107-108) yang menjelaskan bahwa seseorang dengan tingkat dukungan sosial yang tinggi memiliki rasa kepemilikan dan harga diri yang lebih baik daripada seseorang yang memiliki dukungan sosial yang lebih rendah.

Siswa yang lebih diterima oleh teman sebayanya dan punya keahlian sosial yang baik sering kali lebih bagus prestasinya di sekolah dan punya motivasi akademik yang positif. (Asher & Cole, 1990; Wentzel, 1996; dalam Santrock, 2007, h.533). Mereka memiliki harga diri yang lebih tinggi daripada siswa yang merasa ditolak oleh teman-temannya. Menurut Coopersmith (1967, h.71), seseorang dengan harga diri yang tinggi menunjukkan perilaku seperti mandiri, aktif, berani, percaya diri, dan memiliki keyakinan diri yang tinggi bahwa dirinya mampu mengendalikan situasi dan memberikan hasil yang positif.

Keyakinan diri tersebut akan membantu siswa dalam mengurangi kecemasan yang dirasakan menjelang UN. Pernyataan tersebut sesuai dengan pendapat Nevid, dkk (2005, h. 183) bahwa *self efficacy* (keyakinan diri) merupakan salah satu faktor kognitif yang mempengaruhi kecemasan siswa.

Rata-rata tingkat kecemasan siswa kelas XII reguler SMA Negeri 1 Surakarta berada pada kategori sedang, sebenarnya justru bermanfaat bagi prestasi siswa, sesuai dengan pendapat Atwater (1983, h. 70) yang menyatakan bahwa suatu hal yang normal bila kita mengalami kecemasan dalam kehidupan sehari-hari, salah satu contohnya adalah kecemasan dalam menghadapi ujian. Kecemasan di taraf moderat (sedang) akan mendorong seseorang untuk meningkatkan kemampuannya.

Kecemasan yang dirasakan siswa pada taraf sedang akan membantu siswa mencapai kesuksesan dalam menghadapi UN. Durand dan Barlow (2006, h. 159) menyatakan pendapat yang senada bahwa kecemasan dalam jumlah sedang-sedang saja akan mendorong dan memperkuat kinerja fisik dan intelektual

sehingga seseorang bisa sukses ketika mengerjakan ujian. Gambaran ini diperkuat oleh pendapat Bandura (1997, dalam Santrock, 2007, h. 529) yang menyatakan bahwa telah banyak riset yang menemukan bahwa banyak siswa yang sukses memiliki kecemasan pada level moderat (sedang).

Diantara siswa kelas XII reguler SMA Negeri 1 Surakarta dapat terlihat kebiasaan-kebiasaan seperti belajar bersama, membahas soal-soal latihan ujian bersama dengan teman-teman sekelas. Selain itu, mayoritas siswa juga mengikuti lembaga bimbingan belajar yang sama dengan *peer group*-nya. Kegiatan seperti ini sangat bermanfaat bagi kegiatan belajar siswa dalam rangka mempersiapkan diri untuk menghadapi UN. Santrock (2007, h.395) mengemukakan bahwa sesama siswa dapat menjadi tutor yang efektif. Dalam *tutoring* teman sebaya, seorang siswa mengajar siswa lainnya. Banyak penelitian yang telah menemukan bahwa *tutoring* teman sebaya sering kali membantu prestasi siswa.

Salah satu hasil penelitian yang dilakukan oleh Fuchs, dkk (1997, dalam Santrock, 2007, h.395) menerangkan efektivitas program *tutoring* teman kelas dalam bidang membaca. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa siswa dalam kelas *tutoring* teman menunjukkan kemajuan membaca yang lebih besar daripada mereka yang tidak mendapatkan *tutoring*.

Penelitian ini tidak luput dari kendala dan keterbatasan. Adapun kendala yang dihadapi yaitu adanya peraturan pemerintah yang baru bahwa UN diajukan dari bulan Maret menjadi April menyebabkan jadwal penelitian yang sudah direncanakan sebelumnya harus dipercepat karena pihak sekolah tidak menginginkan adanya gangguan pada saat mendekati jadwal UN. Selain itu, mata

pelajaran Bimbingan Konseling (BK) yang pada awalnya akan digunakan sebagai waktu penelitian, ternyata dihapuskan di semester dua, karena digunakan untuk menambah jam pelajaran yang akan diujikan di UN. Kendala tersebut akhirnya dapat teratasi dengan jalan meminta izin kepada guru kelas XII yang mata pelajarannya tidak diujikan dalam UN untuk menggunakan jam pelajarannya sebagai waktu penelitian. Mata pelajaran yang akhirnya digunakan sebagai pelaksanaan penelitian adalah Bahasa Jawa.

Adapun keterbatasan dalam penelitian ini yaitu penelitian ini hanya dilakukan di satu sekolah saja yaitu SMA Negeri 1 Surakarta, sehingga akan lebih baik lagi jika penelitian selanjutnya (dengan topik yang sama) dilakukan pada populasi yang lebih luas mengingat bahwa kecemasan Menjelang UN merupakan fenomena umum yang terjadi pada siswa di hampir seluruh wilayah Indonesia dan hal itu terjadi terus menerus dari tahun ke tahun.

SIMPULAN DAN SARAN

Berdasarkan hasil penelitian yang telah diperoleh, maka dapat ditarik kesimpulan, bahwa terdapat hubungan negatif antara dukungan sosial teman sebaya dengan kecemasan menjelang Ujian Nasional (UN) pada siswa kelas XII reguler SMA Negeri 1 Surakarta, artinya, semakin tinggi dukungan sosial yang diperoleh siswa dari teman sebayanya, maka semakin rendah kecemasan siswa menjelang UN. Begitu juga sebaliknya, semakin rendah dukungan sosial yang diperoleh siswa dari teman sebayanya, maka semakin tinggi kecemasan siswa menjelang UN.

Saran yang dapat diberikan dari penelitian ini adalah:

1. Bagi Siswa

Hasil penelitian ini dapat menjadi masukan bagi siswa agar mereka tetap menjaga hubungan baik dengan teman sebaya. Siswa diharapkan agar tetap saling mendukung, mempertahankan kelompok belajar mereka dan menerapkan proses *tutorial* teman sebaya sehingga dapat membantu mengurangi kecemasan menjelang UN.

2. Bagi Peneliti Lain

Bagi peneliti selanjutnya yang tertarik untuk mengadakan penelitian dengan topik yang sama, disarankan untuk melakukan penelitian dengan populasi yang lebih luas dan memperhatikan faktor-faktor lain yang diduga turut berperan terhadap kecemasan menjelang ujian. Penelitian dengan populasi yang lebih luas menjadi penting mengingat kecemasan menghadapi UN merupakan fenomena umum yang terjadi pada siswa di hampir seluruh wilayah Indonesia.

DAFTAR PUSTAKA

- Atwater, E. 1983. *Psychology of Adjustment*. London: International Inc.
- Azwar, S. 2007. *Metode Penelitian*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Coopersmith, S. 1967. *The Antecedents of Self Esteem*. San Francisco, California: W.H. Freeman and Co.
- Elliot, S.N., Kratochwill, T.R., Littlefield, J., & Traver, J.F., 1996. *Educational Psychology. 2nd Ed*. Madition: Brown and Banchmack Company.
- Goleman, D. 1997. *Kecerdasan Emosional*. Terjemahan: Hermaya. Jakarta: PT Gramedia Pustaka Utama.

- Hasan, D.C. 2007. *Test Anxiety: Sisi Lain dari Ujian Nasional*. http://diana1asril.multiply.com/journal/item/21/Test_Anxiety_Sisi_Lain_dari_Ujian_Nasional. [13 Maret 2009].
- Harti, Y. 2008. *Masih Perlukah Ujian Nasional?*. http://www.guruvalah.20m.com/kontroversi_ujian_nasional.html. [13 Maret 2009].
- Nevid, J.S., Rathus, S.A., & Greene, B. 2005. *Psikologi Abnormal Edisi Kelima Jilid 1*. Terjemahan: Tim Fakultas Psikologi Universitas Indonesia. Jakarta: Erlangga.
- Papalia, D.E., Olds, S.W., & Feldman, R.D. 2008. *Human Development (Psikologi Perkembangan)*. Jakarta: Kencana Prenada Media Group.
- Santrock, J.W. 2003. *Adolescence*. Terjemahan: Adelar, S.B., Saragih, S. Jakarta: Erlangga.
- Santrock, J.W. 2007. *Psikologi Pendidikan*. Terjemahan: Wibowo, T. Jakarta: Kencana Prenada Media Group.
- Sarafino, E.P. 1994. *Health Psychology: Biopsychological Interaction*. Kanada: John Wiley & Sons, Inc.
- Sarason, I.G., Levine, H.M., Basham, R.B., & Sarason, B.R. 1983. Assessing Social Support: The Social Support Questionnaire. *Journal of Personality and Social Psychology*. 44 (1), 127-139.
- Suryani, A.O. 2007. Gambaran Sikap Terhadap Hidup Melajang dan Kecemasan akan Ketidakhadiran Pasangan pada Wanita Lajang Berusia di Atas 30 Tahun. *Jurnal Ilmiah Psikologi Manasa*. 1 (1), 75-93.
- Sari, E.D., & Kuncoro, J. 2006. Kecemasan dalam Menghadapi Masa Pensiun ditinjau dari Dukungan Sosial pada PT Semen Gresik (Persero) Tbk. *Jurnal Psikologi Proyeksi*. 1 (1), 37-45.
- Sawali. 2007. *Kecemasan Menjelang UN*. <http://pelangi-pendidikan.blogspot.com/2007/07/kecemasan-menjelang-un.html>. [12 Maret 2009].
- Smet, B. 1994. *Psikologi Kesehatan*. Jakarta: Gramedia.