

**HUBUNGAN ANTARA KECERDASAN EMOSIONAL DENGAN  
KECEMASAN MENGHADAPI UJIAN NASIONAL PADA  
SISWA KELAS XII DI SMAN 2 MATARAM, NTB**

**FAKULTAS PSIKOLOGI  
UNIVERSITAS DIPONEGORO**

Oleh :

**Muhammad Dinullah Akbar**  
**15010113140093**

**ABSTRAK**

Ujian Nasional (UN) dilakukan untuk mengembangkan potensi siswa dan merupakan tahapan proses belajar mengajar yang normatif dan menyenangkan, namun kenyataan bahwa pelaksanaan UN masih merupakan hal yang ditakuti oleh siswa-siswi dan sering menimbulkan kecemasan pada anak didik. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara kecerdasan emosional dengan kecemasan menghadapi ujian nasional pada siswa Kelas XII di SMAN 2 Mataram. Penelitian ini menggunakan pengambilan sampel dengan teknik *cluster random sampling*. Populasi dalam penelitian ini adalah siswa kelas 12 SMAN 2 Mataram yang akan menghadapi UN yang berjumlah 635 siswa. Tingkat kesalahan yang digunakan adalah 10 %, maka jumlah sampel yang telah diteliti adalah 478 siswa. Pengumpulan data dalam penelitian menggunakan Skala Kecerdasan Emosional (25 aitem,  $\alpha = 0,854$ ) dan Skala Kecemasan Menghadapi Ujian Nasional (20 aitem,  $\alpha = 0,818$ ). Hasil penelitian menunjukkan koefisien korelasi ( $r_{xy}$ ) = -0,362 dengan nilai  $p = 0,000$  ( $p < 0,001$ ). Hasil tersebut menunjukkan bahwa hipotesis yang diajukan terbukti, yaitu ada hubungan negatif antara kecerdasan emosional dengan kecemasan menghadapi ujian nasional. Semakin tinggi kecerdasan emosional maka semakin rendah kecemasan menghadapi ujian nasional atau sebaliknya semakin rendah kecerdasan emosional maka semakin tinggi kecemasan menghadapi ujian nasional pada siswa SMA Negeri 2 Mataram. Sumbangan efektif yang diberikan pada penelitian ini sebesar 13,1 %.

**Kata kunci:** kecerdasan emosional, kecemasan menghadapi ujian nasional, siswa SMA

## **BAB I**

### **PENDAHULUAN**

#### **A. Latar Belakang Masalah**

Pembangunan nasional mengamanatkan untuk mencerdaskan kehidupan bangsa melalui sistem pendidikan nasional. Pendidikan didefinisikan sebagai usaha sadar dan terencana untuk mewujudkan suasana belajar dan proses pembelajaran agar peserta didik secara aktif mengembangkan potensi dirinya untuk memiliki kekuatan spiritual keagamaan, pengendalian diri, kepribadian, kecerdasan, akhlak mulia, serta keterampilan yang diperlukan dirinya, masyarakat, bangsa dan negara (Undang-Undang No. 20 Tahun 2003).

Ujian nasional merupakan salah satu cara pemerintah untuk meningkatkan mutu pendidikan Indonesia. Siswa harus mampu mencapai standar nilai tertentu sebagai syarat kelulusan (Puspitasari, Abizin, & Sawitri, 2013). Hasil ujian nasional digunakan sebagai salah satu pertimbangan untuk pemetaan mutu satuan dan/atau program pendidikan; dasar seleksi masuk jenjang pendidikan berikutnya; penentuan kelulusan peserta didik dari program dan/atau satuan pendidikan dan pembinaan serta pemberian bantuan kepada satuan pendidikan dalam upaya peningkatan mutu pendidikan (BSNP, 2008).

Pada tahun 2017 mulai diadakan ujian sekolah yang bertajuk Ujian Sekolah Berstandar Nasional yang juga menjadi salah satu penentu kelulusan. Mata pelajaran yang diujikan saat ujian sekolah biasanya hanya mata pelajaran yang juga diujikan pada ujian nasional namun, pada USBN ditambahkan mata pelajaran yang diujikan seperti Agama, PPKN, Sejarah, dan tiga mata pelajaran pilihan seperti

Fisika, Kimia, Biologi (untuk Program IPA) dan Ekonomi, Geografi dan Sosiologi (untuk Program IPS). Hal tersebut menjadi beban untuk pihak guru dan siswa, selain ditambahkan mata pelajaran yang diujjikan, biasanya materi ujian sekolah hanya beberapa bab saja, sekarang menjadi keseluruhan bab dari kelas 10 hingga 12 (Harahap, 2017).

Ujian nasional dianggap oleh beberapa siswa sebagai sebuah ancaman yang dapat merugikan mereka. Ujian nasional dalam pelaksanaannya ditemukan beberapa permasalahan. Salah satu permasalahan yang di temui adalah banyak siswa yang frustrasi bahkan di antaranya sampai nekat melakukan pelanggaran dengan berbagai cara seperti meminta jawaban melalui sms dan lain-lain (Muntholi'ah, 2013). Ketika mengerjakan ujian nasional siswa cenderung dihadapkan dengan situasi tertekan dan cemas ketika akan menghadapi ujian nasional.

Kecurangan yang terjadi pada ujian nasional tahun 2016 tercatat ada tujuh kecurangan yang dilaporkan Federasi Serikat Guru Indonesia (FSGI) di daerah Lampung, Pontianak, Medan, Jakarta, Surabaya, dan Cikampek. Kecurangan yang pertama yaitu laporan kecurangan sistemik di Lampung, atas perintah kepala sekolah, guru memasuki ruangan dan membantu siswa mengerjakan Ujian Nasional Berbasis Komputer (UNBK). Kecurangan kedua yaitu adanya sindikat jual beli kunci jawaban ujian nasional di kalangan siswa Pontianak dan Cikampek selain itu, sejumlah siswa melaporkan soal ujian nasional berbasis kertas atau (PBT) dengan soal UNBK dibuat sama. Kecurangan lainnya peserta UNBK dapat saling bertanya soal yang dikerjakan karena ada tiga sesi pengerjaan akibat keterbatasan jumlah

komputer, dan paket soal UNBK diduga tidak mencapai 21 paket untuk satu ruang, sehingga peserta menyatakan mereka mendapat paket soal yang sama (Siswadi, 2016)

Pada pelaksanaan ujian nasional tahun 2017 terdapat kasus bunuh diri yang dilakukan oleh siswi di Padang Sidempuan, Sumatera Utara. Kasus bunuh diri yang disebabkan oleh oknum guru yang tidak terima karena siswi tersebut telah mengungkap adanya kecurangan ujian nasional di sekolahnya dengan memosting di media sosial jika telah terjadi kecurangan dalam pelaksanaan ujian nasional di sekolahnya. Oknum guru yang tidak terima lantaas mengintimidasi dan mengancam akan memberikan nilai jelek pada nilai ujian sekolah siswi tersebut yang membuat siswi tersebut menjadi ketakutan (Retaduari, 2017).

Berdasarkan tujuan pendidikan nasional dalam Undang-undang No. 20 tahun 2003, pendidikan nasional berfungsi mengembangkan kemampuan dan membentuk watak serta peradaban bangsa yang bermartabat dalam rangka mencerdaskan kehidupan bangsa, bertujuan untuk berkemabangnya potensi peserta didik agar menjadi manusia yang beriman dan bertakwa kepada Tuhan Yang Maha Esa, berakhlak mulia, sehat, berilmu, cakap, kreatif, mandiri dan menjadi warga negara yang demokratis seerta bertanggung jawab.

Ujian Nasional (UN) merupakan salah satu bentuk dari evaluasi pembelajaran selama tiga tahun. Selanjutnya, tujuan penyelenggaraan UN merupakan amanah Undang Undang Nomor 20 Tahun 2003 tentang Sistem Pendidikan Nasional yang bertujuan untuk mengukur pencapaian kompetensi lulusan pada mata pelajaran secara nasional dengan mengacu pada Standar Kompetensi Lulusan (SKL).

Menurut Peraturan Pemerintah RI No. 13/2015, bahwa UN adalah sebagai sub-sistem penilaian dalam Standar Nasional Pendidikan (SNP) dan menjadi salah satu tolok ukur pencapaian SNP dalam rangka penjaminan dan peningkatan mutu pendidikan. Oleh karena itu, seluruh siswa wajib mengikuti UN untuk mengukur pencapaian kompetensi lulusan siswa secara nasional.

Kecemasan yang terjadi pada siswa yang akan menghadapi ujian nasional adalah normal, namun sejauh mana siswa tersebut dapat mengatasi kecemasannya, tergantung pada kemampuan siswa tersebut untuk merespon kecemasan yang dialami oleh siswa (Agustiar & Azmi, 2010). Kecemasan menghadapi UN disebabkan karena siswa dibebani oleh pikiran dan bayangan kemungkinan-kemungkinan yang terjadi bila gagal dalam UN. Beberapa resiko yang harus ditanggung siswa bila gagal dalam UN yaitu rasa malu, kerugian waktu, kerugian biaya, harus mengikuti ujian ulang dan tidak dapat melanjutkan ke jenjang pendidikan yang lebih tinggi (Maisaroh & Falah, 2011).

Kecemasan yang tinggi menurut Santrock (2012) dialami oleh sejumlah remaja disebabkan oleh ekspektasi dan tekanan untuk berprestasi yang tidak realistis baik dari orangtua atau dari pihak sekolah. Siswa yang cemas ketika akan menghadapi ujian cenderung menghasilkan prestasi yang buruk di sekolah. Kecemasan menimbulkan beberapa reaksi fisiologis diantaranya, gugup, pusing, lemas, mual, tubuh kaku, sering buang air kecil, dan diare (Nevid, Rathus, & Greene, 2005). Seseorang yang mengalami kecemasan menurut Gunarsa (2004) cenderung untuk terus menerus merasa khawatir akan keadaan buruk, yang akan menimpa dirinya atau diri orang lain. Orang yang mengalami kecemasan cenderung

tidak sabar, mudah tersinggung, sering mengeluh, sulit konsentrasi, dan mudah terganggu tidurnya atau mengalami kesulitan untuk tidur. Untuk menghadapi ujian nasional siswa harus menyiapkan diri seperti belajar, mental, fisik, dan rohani.

Prasetya, Supriyono, & Ramli (2009) menjelaskan bahwa seseorang yang mengalami kecemasan akan merasakan beberapa jenis gejala psikis seperti gangguan perhatian dan konsentrasi, perubahan emosi, menurunnya percaya diri, timbul emosi, serta tiadanya motivasi. Gejala-gejala psikis tersebut menyebabkan timbulnya gejala fisik seperti nafas cepat, keringat berlebihan, dingin pada tangan, muka pucat, gelisah dan buang air kecil. Penelitian yang dilakukan Maisaroh dan Falah (2011) menyebutkan bahwa terdapat hubungan negatif yang sangat signifikan antara kecemasan menghadapi UN dengan religiusitas. Makin tinggi religiusitas maka semakin rendah kecemasan menghadapi UN.

Menurut pernyataan yang dikemukakan oleh Nevid, Rathus, dan Greene, (2005) gejala individu yang mengalami kecemasan dibagi dalam tiga gejala yaitu gejala fisik seperti gelisah, anggota tubuh bergetar, berkeringat, sulit bernafas, jantung berdetak kencang, merasa lemas panas dingin, mudah marah dan tersinggung. Gejala selanjutnya adalah gejala behavioral. Gejala behavioral dari kecemasan meliputi berperilaku menghindar, terguncang, melekat dan dependen. Gejala yang terakhir yaitu gejala kognitif. Tanda-tanda yang muncul dari gejala kognitif dari kecemasan yaitu khawatir akan sesuatu, perasaan terganggu akan ketakutan terhadap sesuatu yang terjadi dimasa depan, memiliki keyakinan bahwa sesuatu yang menakutkan akan segera terjadi, ketakutan akan ketidakmampuan untuk mengatasi masalah, pikiran terasa bercampur aduk atau kebingungan, dan

sulit berkonsentrasi. Banyaknya tekanan dari berbagai pihak membuat kecemasan siswa semakin meningkat ketika menghadapi UN.

Hasil penelitian yang dilakukan oleh Banga (2014), menunjukkan bahwa persaingan akademik membuat siswa lebih cemas dan memengaruhi kesehatan mental. Siswa merasa jika kegiatan akademik adalah salah satu hal yang berat, kondisi ini menjadi beban siswa saat melakukan kegiatan akademik di sekolah maupun di rumah. Kecemasan akademik akan terus berlangsung selama peserta didik berhubungan dengan hal yang berkaitan dengan sekolah. Jika kecemasan akademik tidak segera ditangani, dapat menyebabkan konsekuensi serius seperti siswa melakukan penundaan dalam mengerjakan tugas, berkinerja buruk pada pekerjaan sekolah, gagal dalam kelas dan menarik diri untuk bersosialisasi dengan teman sebaya. Persiapan mental merupakan salah satu contoh kecerdasan emosional yang sangat diperlukan disamping kecerdasan ilmu pengetahuan. Kondisi mental yang baik akan memandu siswa untuk mengelola kecemasan yang mungkin muncul dalam menghadapi ujian, karena kecemasan tidak selalu berdampak negatif pada diri individu. Diskusi awal yang diajukan kepada guru BK SMAN 2 Mataram mengatakan pihak sekolah telah melakukan berbagai cara agar siswa tidak cemas ketika menghadapi ujian nasional.

Beberapa cara yang dilakukan oleh pihak sekolah diantaranya melakukan pengayaan materi terhadap seluruh siswa yang akan menghadapi ujian. Cara berikutnya yang dilakukan oleh pihak sekolah yaitu melakukan *tryout* sebagai bentuk evaluasi dari pengayaan materi. Kegiatan siraman rohani dengan kajian khusus merupakan cara selanjutnya yang dilakukan sekolah agar siswa tidak cemas

ketika menghadapi ujian. Salah satu guru meminta seluruh siswa untuk membaca doa-doa dengan tujuan dimudahkan ketika mengerjakan ujian. Kemampuan seorang siswa untuk mengoptimalkan kecerdasan emosional diduga dapat mengurangi rasa cemas menghadapi ujian nasional.

Kecerdasan emosional menurut Goleman (2009) merupakan kemampuan emosi yang meliputi kemampuan untuk mengendalikan diri, memiliki daya tahan ketika menghadapi suatu masalah, mampu mengendalikan impuls, memotivasi diri, mampu mengatur suasana hati, kemampuan berempati dan membina hubungan dengan orang lain. Salovey dan Mayer dalam Goleman (2009), menyatakan bahwa kecerdasan emosional merupakan kemampuan memantau dan mengendalikan perasaan sendiri dan orang lain, serta menggunakan perasaan-perasaan itu untuk memandu pikiran dan tindakan. Individu yang mempunyai kecerdasan emosional yang tinggi akan mampu mengatasi berbagai masalah atau tantangan yang muncul dalam hidupnya.

Individu yang cerdas emosinya akan bersikap optimis, bahwa segala sesuatu dalam kehidupan dapat teratasi walau ditimpa kemunduran atau frustrasi (Seligman dalam Goleman (2009). Ujian nasional diharapkan akan menghasilkan mutu pendidikan yang standar sehingga siswa dihadapkan pada keinginan untuk meraih prestasi yang cemerlang. Masing-masing siswa mempunyai kemampuan yang berbeda-beda dalam menyiapkan mental, materi, waktu, dan lain-lain untuk menghadapi ujian nasional. Siswa dengan kecerdasan emosional yang baik, akan mencapai tujuan dalam membangun hubungan yang produktif dan meraih keberhasilan belajar. Emosi yang dikelola dengan baik dapat dimanfaatkan untuk



mendukung keberhasilan dalam berbagai bidang karena pada waktu emosi muncul, individu memiliki energi lebih. Individu yang tidak dapat menggunakan kecerdasan emosinya secara efektif tidak akan mampu mengkomunikasikan emosinya secara efektif dan tidak akan mampu mengontrol emosinya ketika terjadi situasi krisis bermasalah (Perek dalam Deniz, 2013).

Segala sesuatu yang dihasilkan emosi tersebut bila dimanfaatkan dengan benar dapat diterapkan sebagai sumber energi yang diperlukan untuk menyelesaikan tugas, mempengaruhi orang lain dan menciptakan hal-hal baru. Kecerdasan emosional diharapkan mampu mengatasi kecemasan yang muncul ketika UN. Sekolah Menengah Atas Negeri 2 Mataram adalah salah satu satuan pendidikan yang ada di Kota Mataram NTB yang sedang mengemban amanat masyarakat untuk melaksanakan proses pendidikan yang berkualitas. Tahapan proses pendidikan yang harus dilalui oleh peserta didik adalah evaluasi hasil belajar peserta didik yang dilakukan oleh pendidik untuk memantau proses, kemajuan, dan perbaikan hasil belajar peserta didik secara berkesinambungan serta evaluasi yang dilakukan dalam rangka pengendalian mutu pendidikan secara nasional sebagai bentuk akuntabilitas penyelenggara pendidikan kepada pihak-pihak yang berkepentingan.

## **B. Rumusan Masalah**

Berdasarkan latar belakang yang telah disampaikan di atas maka rumusan masalah yang diajukan dalam penelitian ini adalah sebagai berikut : Apakah ada hubungan antara kecerdasan emosional dengan kecemasan menghadapi ujian nasional pada siswa kelas XII di SMAN 2 Mataram.

### **C. Tujuan Penelitian**

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara kecerdasan emosional dengan kecemasan menghadapi ujian nasional pada siswa Kelas XII di SMAN 2 Mataram.

### **D. Manfaat penelitian**

#### **1. Manfaat Praktis**

Penelitian ini bermanfaat untuk mengoptimalkan kecerdasan emosional bagi siswa kelas 12 sehingga berguna untuk mengatasi kecemasan ketika menghadapi UN.

#### **2. Manfaat Teoritis**

Penelitian ini bermanfaat untuk memberikan informasi tentang hubungan antara kecerdasan emosional dengan kecemasan ketika menghadapi UN sehingga dapat menambah keilmuan mengenai penelitian tersebut.

