

**HUBUNGAN ANTARA EFIKASI DIRI DENGAN KECEMASAN SISWA  
KELAS XII SMA NEGERI 3 TUBAN DALAM MENGHADAPI UJIAN  
NASIONAL BERBASIS KOMPUTER**

**FAKULTAS PSIKOLOGI  
UNIVERSITAS DIPONEGORO**

**Disusun oleh :**

**Qonita Pranasari  
15010114140156**

**ABSTRAK**

Pengadaan Ujian Nasional Berbasis Komputer (UNBK) merupakan salah satu syarat untuk meningkatkan kualitas pendidikan yang lebih baik di jenjang berikutnya. Namun, walau adanya UNBK sudah diterapkan berulang kali, kekurangan dari sistem tersebut tetap dapat memicu timbulnya kecemasan pada siswa. Berdasarkan hal tersebut, untuk menanggulangi kecemasan, diperlukan adanya efikasi diri. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara efikasi diri dengan kecemasan siswa kelas XII dalam menghadapi UNBK. Populasi penelitian ini adalah siswa kelas XII SMA Negeri 3 Tuban berjumlah 230 dengan sampel penelitian 139 siswa yang dipilih menggunakan teknik *cluster random sampling*. Data dikumpulkan menggunakan dua buah skala yaitu skala kecemasan (31 item valid,  $\alpha = 0,938$ ) dan skala efikasi diri (31 item valid,  $\alpha = 0,920$ ). Hasil penelitian ini menunjukkan koefisien korelasi ( $r_{xy}$ ) = -0,711 dengan nilai  $p = 0,000$  ( $p < 0,05$ ). Hasil tersebut menunjukkan bahwa hipotesis yang diajukan diterima, yaitu terdapat hubungan negatif dan signifikan antara variabel efikasi diri dengan kecemasan. Sumbangan efektif yang diberikan oleh efikasi diri terhadap variabel kecemasan adalah sebesar 50,5% dan sisanya 49,5% dipengaruhi oleh faktor lain.

**Kata Kunci :** UNBK, Kecemasan, Efikasi Diri

# **BAB I**

## **PENDAHULUAN**

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

Pendidikan merupakan salah satu sektor penting dalam pembangunan di setiap negara. Pendidikan yang dimaksud ini bertujuan untuk mengembangkan potensi anak agar memiliki kekuatan spiritual keagamaan, pengendalian diri, berkepribadian, memiliki kecerdasan, berakhlak mulia, serta memiliki keterampilan yang diperlukan sebagai bagian dari anggota masyarakat. Untuk melihat tingkat pencapaian tujuan pendidikan, diperlukan suatu bentuk evaluasi.

Dalam dunia pendidikan, evaluasi pendidikan seringkali mengalami perubahan dan perkembangan. Tidak terkecuali di Indonesia. Perubahan dan perkembangan dalam evaluasi pendidikan terjadi karena dipandang belum mampu mengukur keseluruhan dari pendidikan dan dianggap belum cukup efisien. Perubahan dan perkembangan dalam bidang evaluasi tersebut salah satunya adalah berkaitan dengan pengadaan *Computer Based Test* (CBT) atau yang lebih dikenal dengan Ujian Nasional Berbasis Komputer (UNBK). Sehubungan dengan itu, menurut peraturan BSNP 0031/BNSP/III/2015 tentang Prosedur Operasional Standar Penyelenggaraan Ujian Nasional Tahun Pelajaran 2014/2015 juga membenarkan bahwa UNBK merupakan sistem ujian yang digunakan dalam UN dengan menggunakan sistem komputer. Selain itu, UNBK juga merupakan kegiatan dari hasil pengukuran dan penilaian pencapaian standar kompetensi lulusan SMP/MTs, SMPLB, SMA/MA/SMAK/SMTK, SMALB, dan SMK/MAK

secara nasional yang meliputi mata pelajaran tertentu dengan menggunakan teknologi komputer atau sistem komputer dalam teknis pelaksanaan ujiannya.

Walaupun pengadaan UNBK diharapkan untuk meminimalisasi kelemahan-kelemahan dalam ujian nasional berbasis kertas sebagaimana yang telah dipaparkan di atas, ternyata UNBK juga mempunyai beberapa kekurangan. Berdasarkan berita di media koran Republika tanggal 8 April 2017, menunjukkan bahwa ada beberapa SMA yang ketika UNBK sedang berlangsung, mengalami listrik padam secara tiba-tiba. Hal ini berakibat pelaksanaan UNBK harus diundur, yang mengakibatkan siswa-siswa tersebut harus menunggu lebih lama dari SMA-SMA lainnya yang sudah melaksanakan UNBK lebih dulu. Selain itu, dilansir dari media koran Jawa Pos tanggal 10 November 2017, menunjukkan bahwa masih ada kekurangan-kekurangan lainnya yang terjadi terhadap pelaksanaan UNBK dan sebenarnya sudah ada di tahun lalu yang seharusnya sudah diperbaiki mulai dari sekarang. Salah satu kekurangan yang dimaksud adalah mengenai *human error*. Artinya, kesiapan siswa dan guru dalam menghadapi UNBK harus benar-benar disiapkan. Persiapan UNBK yang matang dapat menjadikan UNBK siap baik untuk siswa maupun guru. Demikian halnya yang disampaikan oleh Kepala Disdikpora Kudus, Joko Susilo, bahwa perbaikan tersebut agar bertujuan untuk UNBK tahun depan yang lebih baik.

Djoko Srijatno, selaku Kepala Sekolah SMA Negeri 3 Tuban turut menambahkan beberapa kekurangan dari UNBK. Hal tersebut diantaranya adalah kurangnya jumlah komputer yang diperlukan, sehingga mengharuskan UNBK dilaksanakan secara bergantian. Pengadaan sarana prasana ini pun juga dinilai

membutuhkan biaya yang tidak sedikit. Selain itu, ada pula gangguan *server* ataupun kendala teknis pada beberapa komputer yang digunakan peserta dan aliran listrik yang seringkali tiba-tiba padam. Akibat dari kekurangan dalam aplikasi dan sistem UNBK tersebut, waktu yang digunakan dalam ujian masih terus berjalan sebagaimana mestinya. Oleh karena itu, peserta UNBK disini terasa sangat dirugikan.

Dampak lain dari kurangnya sarana prasana adalah UNBK tak bisa dilakukan serentak, yaitu dilakukan dalam beberapa sesi yang berbeda. Berdasarkan wawancara dengan beberapa siswa, mereka mengaku gelisah atas kejadian tersebut. Seorang siswa yang mendapatkan sesi kedua, ketika temannya yang tergabung dalam sesi satu sudah selesai mengerjakan dan ke luar ruangan, merasa tertekan melihat temannya yang sudah dapat bernafas lega, sedangkan ia baru saja akan masuk ke dalam ruangan untuk mengerjakan.

Beberapa kasus kecemasan sering kali terjadi terutama kepada siswa, Elliot dkk (dalam Anwar, 2009) menyatakan bahwa siswa sering mengalami kecemasan saat akan menghadapi ujian. Menurut Priest (dalam Lubis, 2009) Kecemasan merupakan perasaan yang dialami seseorang saat sesuatu yang tidak menyenangkan terjadi. Menurut PPDGJ (2001) kecemasan disebabkan oleh situasi yang jelas dan sebenarnya tidak membahayakan. Perasaan bimbang dan gugup dalam menghadapi sesuatu yang penting seperti ujian atau ketidaksiapan individu untuk melakukan ssesuatu seperti menghadapi ujian dapat memicu perasaan cemas (Safaria, 2009).

Menurut penelitian yang dilakukan Winarsunu (2004), ujian nasional yang berfungsi memutuskan seorang siswa lulus atau tidak lulus memunculkan perasaan tertekan, kekhawatiran, dan ketakutan akan kegagalan dalam Ujian Nasional. Penyebab timbulnya kecemasan saat akan menghadapi ujian karena ujian dipersepsikan sebagai suatu yang sulit, menantang dan mengancam, siswa memandang dirinya sendiri sebagai seorang yang tidak sanggup atau tidak mampu mengerjakan ujian. Selain itu, siswa hanya terfokus pada bayangan-bayangan konsekuensi buruk yang tidak diinginkannya.

Ditinjau dari aspek kognitif, kecemasan dapat terjadi karena adanya persepsi negatif tentang kemampuan yang dimiliki. Persepsi akan kemampuan diri disebut sebagai efikasi diri. Efikasi diri merupakan salah satu kemampuan pengaturan diri individu. Konsep efikasi diri pertama kali dikemukakan oleh Bandura. Efikasi diri mengacu pada persepsi tentang kemampuan individu untuk mengorganisasi dan mengimplementasi tindakan untuk menampilkan kecakapan tertentu. Baron dan Byrne (2000) mengemukakan bahwa efikasi diri merupakan penilaian individu terhadap kemampuan atau kompetensinya untuk melakukan suatu tugas, mencapai suatu tujuan, dan menghasilkan sesuatu. Menurut Bandura (dalam Nurlaila, 2011), efikasi diri akan meningkatkan kekebalan terhadap *stress*, cemas, depresi, dan mengaktifkan perubahan-perubahan biokemis yang dapat memengaruhi berbagai ancaman aspek dari fungsi kekebalan.

Berdasarkan penelitian yang dilakukan oleh Rini (2013) menunjukkan bahwa siswa yang memiliki efikasi diri yang tinggi akan memiliki kecemasan yang rendah, hal ini dikarenakan siswa tersebut memiliki kepercayaan diri,

keyakinan akan kemampuannya, keyakinan mencapai target yang sudah ditetapkan, dan keyakinan akan kemampuan kognitifnya. Barlow (dalam Cervone & Pervin, 2012) juga menambahkan bahwa menurut teori kognitif sosial, orang dengan efikasi diri yang rendah terancam secara potensial dengan tingginya kebangkitan rasa cemas.

Selain itu, menurut Bandura (dalam Feist & Feist, 2010), keyakinan manusia mengenai efikasi diri mempengaruhi bentuk tindakan yang akan mereka pilih untuk dilakukan, sebanyak apa usaha yang akan mereka berikan ke dalam aktivitas ini, selama apa mereka akan bertahan dalam menghadapi rintangan dan kegagalan, serta ketangguhan mereka mengikuti adanya kemunduran. Kemudian menurut Feist & Feist (2010), manusia yang yakin bahwa mereka dapat melakukan sesuatu yang mempunyai potensi untuk dapat mengubah kejadian di lingkungannya, akan lebih mungkin untuk bertindak dan lebih mungkin untuk menjadi sukses dari pada manusia yang mempunyai efikasi diri rendah.

Penelitian terkait dengan efikasi diri dan kecemasan juga dilakukan oleh Mills yang berjudul *A Reevaluation of the Role of Anxiety: Self-Efficacy, Anxiety, and Their Relation to Reading and Listening Proficiency* pada tahun 2006 silam. Kesimpulan penelitian menunjukkan bahwa ada hubungan yang positif antara efikasi diri dan kecemasan. Lain halnya dengan penelitian yang dilakukan tahun 2009 oleh Tahmassian yang berjudul *Relationship Between Self-Efficacy and Symptoms of Anxiety, Depression, Worry and Social Avoidance in a Normal Sample of Students*, yang menunjukkan adanya hubungan yang negatif dan signifikan antara efikasi diri dan kecemasan. Karena hasil dari dua penelitian

tersebut menunjukkan hasil yang bertentangan, peneliti menjadi tertarik untuk menggali lebih lanjut mengenai hubungan antara efikasi diri dengan kecemasan siswa kelas XII SMA Negeri 3 Tuban dalam menghadapi Ujian Nasional Berbasis Komputer. Penelitian ini dapat menjadi bekal bagi siswa sehingga dapat memperoleh hasil maksimal dalam proses pembelajaran, terutama saat akan menghadapi UNBK.

Menurut Bandura (dalam Feist & Feist, 2010), ketika individu mempunyai efikasi diri tinggi dan dikelilingi oleh lingkungan yang responsif, target yang sudah ia tentukan kemungkinan besar akan tercapai. Ketika siswa akan menghadapi ujian dan memiliki efikasi diri yang tinggi, ia mampu merancang berbagai tindakan untuk mencapai target yang sudah ditetapkan. Siswa yang sedang menghadapi ujian dan memiliki efikasi diri yang tinggi, akan memiliki kecemasan yang rendah. Hal ini disebabkan karena efikasi diri akan meningkatkan kekebalan terhadap *stress*, cemas, dan depresi.

Terkait dengan permasalahan di atas, maka peneliti bermaksud untuk mengetahui hubungan antara efikasi diri dengan kecemasan siswa kelas XII SMA Negeri 3 Tuban dalam menghadapi ujian nasional berbasis komputer.

## **B. Rumusan Masalah**

Berdasarkan latar belakang dalam penelitian ini, permasalahan-permasalahan yang muncul tidak dibahas secara keseluruhan, tetapi terbatas pada permasalahan “Apakah terdapat hubungan antara efikasi diri dengan kecemasan

siswa kelas XII SMA Negeri 3 Tuban dalam menghadapi ujian nasional berbasis komputer?”

### **C. Tujuan Penelitian**

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara efikasi diri dengan kecemasan siswa kelas XII SMA Negeri 3 Tuban dalam menghadapi ujian nasional berbasis komputer.

### **D. Manfaat Penelitian**

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

Secara teoritis penelitian ini diharapkan dapat memberikan manfaat bagi perkembangan teori-teori di bidang psikologi, khususnya dalam bidang psikologi pendidikan dan psikologi klinis, terutama tentang hubungan antara efikasi diri dengan kecemasan siswa kelas XII SMA Negeri 3 Tuban dalam menghadapi ujian nasional berbasis komputer.

#### **2. Manfaat Praktis**

Hasil penelitian ini dapat memberikan pengetahuan bagi Pemerintah tentang bagaimana dampak yang disebabkan oleh kekurangan sistem UNBK, sehingga harus segera diperbaiki secepatnya agar tidak terulang lagi, serta memberikan gambaran pula kepada siswa kelas XII yang hendak menghadapi ujian nasional berbasis komputer mengenai sejauh mana hubungan efikasi diri dengan kecemasan sehingga dapat digunakan untuk bahan introspeksi diri dan dapat mengurangi atau bahkan menghilangkan kecemasan-kecemasan ketika akan menghadapi ujian nasional berbasis komputer.