

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang Masalah

Pendidikan merupakan usaha membudayakan manusia atau memanusiakan manusia, pendidikan sangat strategis untuk mencerdaskan kehidupan bangsa dan diperlukan guna meningkatkan mutu bangsa secara menyeluruh. Pendidikan adalah usaha sadar dan terencana untuk mewujudkan suasana belajar dan proses pembelajaran agar peserta didik secara aktif mengembangkan potensi dirinya untuk memiliki kekuatan spritual keagamaan, pengendalian diri, kepribadian, kecerdasan, akhlak mulia, serta keterampilan yang diperlukan dirinya , masyarakat, bangsa dan negara.

Belajar dan pembelajaran merupakan dua hal yang tidak pernah berakhir sejak manusia ada dan berkembang terus. Belajar adalah suatu proses dan aktivitas yang selalu dilakukan dan dialami manusia sejak manusia didalam kandungan, buaian, tumbuh berkembang dari anak-anak, remaja sehingga dewasa, sampai ke liang lahat, sesuai dengan prinsip pembelajaran sepanjang hayat.

Menurut Budiningsi (2004:21) Belajar adalah proses interaksi antara stimulus dan respon. Stimulus yaitu yang dapat merangsang terjadinya kegiatan belajar seperti pikiran, perasaan, atau hal-hal lain yang dapat ditangkap melalui alat indra. Sedangkan respon yaitu reaksi yang dimunculkan peserta didik ketika belajar, yang juga berupa pikiran dan perasaan, atau gerakan.

Belajar merupakan proses perubahan tingkah laku. Namun demikian, akan sulit melihat bagaimana proses terjadinya perubahan tingkah laku dalam diri seseorang, karena perubahan tingkah laku berhubungan dengan perubahan system syaraf dan perubahan energi yang sulit dilihat dan diraba. Oleh sebab itu terjadinya proses perubahan tingkah laku merupakan suatu materi atau para ahli psikologi menamakanya sebagai kotak hitam (Black Box), walaupun tidak dapat melihat proses terjadinya perubahan tingkah laku pada diri seseorang, tapi setidaknya bisa menentukan apakah seseorang telah belajar/belum, yaitu dengan membandingkan kondisi sebelum dan sesudah proses pembelajaran berlangsung.

Proses pembelajaran didalam dunia pendidikan memiliki adil dalam proses pengembangan potensi siswa dan tidak meninggalkan akar budaya yang melingkupinya. Kondisi ini seharusnya menjadi inspirasi bagi dunia pendidikan untuk melakukan berbagai perubahan dalam proses pembelajaran. Artinya apabila terjadi inkonsistensi perilaku pada diri siswa, itu menjadi pertanda ada masalah dalam proses pembelajaran terutama kecemasan siswa yang ada disekolah.

Kecemasan merupakan suatu keadaan aprehensi atau keadaan khawatir yang mengeluhkan bahwa sesuatu yang buruk akan segera terjadi. Banyak hal yang harus dicemaskan misalnya, kesehatan, relasi sosial, ujian, karir, relasi internasional, dan kondisi lingkungan sekolah adalah beberapa hal yang dapat menjadi sumber kekhawatiran. Adalah normal, bahkan adaptif, untuk sedikit cemas mengenai aspek – aspek hidup tersebut. Kecemasan bermanfaat bila hal tersebut mendorong untuk melakukan pemeriksaan medis secara regular atau

memotivasi untuk belajar menjelang ujian. Kecemasan adalah respons yang tepat terhadap ancaman, tetapi kecemasan bisa menjadi abnormal bila tingkatannya tidak sesuai dengan proporsi ancaman, atau bila seperti datang tanpa ada penyebabnya yaitu, bila bukan merupakan respons terhadap perubahan lingkungan. Dalam bentuknya yang ekstrem, kecemasan dapat mengganggu fungsi kita sehari-hari dan para siswa.

Menurut Widjaja (2016:9) Kecemasan adalah suatu keadaan emosional yang mempunyai ciri ketegangan fisiologis, perasaan tegang yang tidak menyenangkan, dan perasaan aprehensif bahwa sesuatu yang buruk akan terjadi. Kecemasan merupakan suatu keadaan perasaan keprihatinan, rasa gelisah, ketidakpastian, atau takut dari kenyataan atau persepsi ancaman sumber aktual yang tidak diketahui atau dikenal.

Istilah kecemasan merupakan konsep yang sangat sukar dalam psikologi karena dinilai rumit dan sangat banyak menyangkut konsep dari pada bukti nyata. Didalamnya tersangkut dinamika yang bervariasi, tetapi jelas sangat besar peranannya dalam membangun gangguan-gangguan tertentu. Hampir semua orang pernah mengalami kecemasan, tetapi hampir semua orang pula tidak dapat melukiskan secara objektif yang dirasakannya. Pengalaman ini termasuk komponen-komponen sistem syaraf yang patologis serta otonomik. Adanya berbagai faktor yang menimbulkan perasaan cemas atau takut, menimbulkan suatu perasaan yang berbahaya, yang tidak selalu jelas apa penyebabnya.

Dengan demikian dapat disimpulkan bahwa kecemasan merupakan keadaan emosional yang tidak menyenangkan seperti perasaan tertekan dalam

menghadapi kesulitan sebelum kesulitan itu terjadi dan ditandai dengan adanya perasaan khawatir, prihatin dan rasa takut pada situasi tertentu, namun apabila individu berhasil tanda-tanda kecemasan maka perasaan ini juga dapat menjadi motivator untuk berbuat sesuatu.

Berdasarkan fakta yang pernah ditemukan bahwa mereka sering cemas dalam mengikuti kegiatan belajar disekolah pada mata pelajaran yang mereka anggap sulit.

Kebanyakan masalah di alami oleh para siswa adalah rasa takut dan cemas dalam mengikuti mata pelajaran tertentu. Hal ini menyebabkan tujuan yang ingin akan sulit terwujud dan dapat menghambat proses perkembangan siswa itu sendiri. Berdasarkan pengamatan saya di SMA Negeri 1 Tapa pada saat pelaksanaan PPL-BK yang berlangsung kurang lebih selama 2 bulan pada bulan Agustus-September tahun 2016, siswa SMA Negeri 1 Tapa Kelas X1 IPS memiliki kecemasan pada setiap siswa. Siswa yang memiliki kecemasan sebanyak 112 orang atau 25%, dan siswa yang mengalami kecemasan disekolah seperti berikut ini.

- a. Siswa terlihat tegang saat belajar dikelas
- b. Gugup apabila ditanya oleh guru
- c. berkeringat apabila disuruh maju ke depan kelas mengerjakan tugas/latihan
- d. tangan gemetar ketika harus menyelesaikan soal di depan kelas

Berdasarkan observasi dan wawancara di atas, dapat di simpulkan bahwa masih banyak siswa yang merasa takut dan cemas ketika maju didepan kelas

berdasarkan pernyataan maka penulis tertarik untuk melakukan penelitian yang berjudul. **“Deskripsi Kecemasan Siswa Kelas XI Di SMA Negeri 1 Tapa, Kab. Bone Bolango”**.

1.2 Identifikasi Masalah

Berdasarkan uraian latar belakang di atas maka, dapat dikemukakan identifikasi masalah sebagai berikut:

- a. Siswa terlihat tegang saat belajar dikelas
- b. Gugup apabila ditanya oleh guru
- c. berkeringat apabila disuruh maju ke depan kelas mengerjakan tugas/latihan
- d. tangan gemetar ketika harus menyelesaikan soal di depan kelas

1.3 Rumusan Masalah

Berdasarkan uraian dalam latar belakang masalah di atas maka permasalahan pada penelitian ini dapat dirumuskan sebagai berikut: Bagaimana gambaran kecemasan siswa kelas X1 di SMA Negeri 1 Tapa Kabupaten Bone Bolango”.

1.4 Tujuan Penelitian

Berdasarkan rumusan masalah di atas, maka tujuan dari penelitian ini untuk mengetahui kecemasan siswa Kelas X1 Di SMA Negeri 1 Tapa Kabupaten Bone Bolango”.

1.5 Manfaat Penelitian

Terdapat dua manfaat yang diharapkan dari penelitian ini, diantaranya dalam manfaat teoritis dan manfaat praktis.

1. Manfaat Teoritis

- a) Hasil penelitian ini diharapkan dapat meningkatkan usaha-usaha guru BK dalam menghilangkan kecemasan siswa
- b) Hasil penelitian ini diharapkan dapat dimanfaatkan untuk penelitian lanjutan berkaitan dengan kecemasan siswa di SMA Negeri 1 Tapa Kabupaten Bone Bolango.

2. Manfaat Praktis

- a) Hasil penelitian ini diharapkan dapat menambah wawasan pengetahuan penulis/peneliti tentang kecemasan siswa di SMA Negeri 1 Tapa Kabupaten Bone Bolango.
- b) Hasil penelitian ini diharapkan dapat menambah khazanah literatur khususnya berkaitan dengan kecemasan siswa di SMA Negeri 1 Tapa Kabupaten Bone Bolango.