

## BAB 1

### PENDAHULUAN

#### A. LATAR BELAKANG

Masyarakat pada umumnya melihat pendidikan sebagai peranan penting dalam kehidupan. Pendidikan diharapkan dapat mengembangkan wawasan anak sehingga dapat membawa kemajuan individu, masyarakat dan negara untuk mencapai tujuan pembangunan nasional dalam mempersiapkan sumber daya manusia (SDM) yang berkompeten di Indonesia meliputi pembangunan, baik sebagai insan maupun sebagai sumber daya pembangunan. Berdasarkan UU No. 20 tahun 2003 menyatakan bahwa dalam rangka pengendalian mutu pendidikan secara nasional dilakukan evaluasi sebagai bentuk akuntabilitas penyelenggaraan pendidikan kepada pihak-pihak yang berkepentingan. Pemerintah mengadakan ujian nasional sebagai bentuk evaluasi yang sudah diatur dalam peraturan pemerintah Nomor 19/2005 tentang standar nasional pendidikan (Wahyuni, 2016).

Ujian nasional (UN) adalah kegiatan pengukuran capaian kompetensi lulusan pada mata pelajaran tertentu secara nasional dengan mengacu pada standart kompetensi lulusan. Tahun 2015 pemerintah membagi dua proses pelaksanaan ujian nasional antara lain berbasis kertas (*Paper Based Test*, PBT) dan berbasis komputer (*computer based test*). Kebijakan ujian nasional telah menimbulkan masalah tersendiri di kalangan masyarakat dan siswa. Masalah ini berkaitan dengan penentuan standar kelulusan yang dinilai terlalu tinggi, nilai yang diperoleh 50% dari ujian sekolah dan 50% ujian nasional. Ujian juga membuat siswa menjadi stres dan cemas menjelang ujian nasional, guru dan kepala sekolah dapat melakukan tindakan kecurangan demi meluluskan siswa sekolahnya (Andriyahsah, *et. al.*, 2017).

Kecemasan adalah suatu perasaan was-was seakan sesuatu yang buruk akan terjadi ketidaknyamanan seperti ada ancaman yang disertai

dengan gejala-gejala fisik seperti jantung berdebar-debar, keringat dingin, dan tangan gemetar. Faktor yang menyebabkan kecemasan yaitu faktor *internal* dan faktor *eksternal*. Faktor *internal* berkaitan dengan individu termasuk sikap, jenis kelamin, dan usia, sedangkan faktor *eksternal* seperti tuntutan tugas akademik, hubungan siswa dengan lingkungan, IQ, hubungan orangtua dan keluarga. Kecemasan siswa saat menghadapi ujian merupakan perasaan takut apabila mengalami kegagalan, mendapatkan nilai yang jelek serta tidak dapat mengerjakan ujian nasional. Kecemasan yang dialami oleh siswa saat ujian nasional bisa berbentuk realitas, kecemasan neurotik atau kecemasan moral. Kecemasan merupakan proses yang sifatnya tidak tampak kepermukaan maka untuk mengetahui kecemasan diperlukan penelaah yang seksama, dengan mengenali gejala-gejalanya (Arumsari, *et. al.*, 2015).

Gejala kecemasan dialami oleh siswa yang disebabkan oleh ujian, antara lain gejala fisik, gejala psikis. Gejala fisik meliputi peningkatan detak jantung, pernapasan meningkat, gemetar, lemah, keluar keringat, ujung jari terasa dingin, dan lelah. Gejala psikis meliputi perasaan adanya bahaya, kurang percaya diri, khawatir, rendah diri, tegang, tidak bisa konsentrasi, tidur tidak nyenyak, gelisah dan kebingungan (Permana, *et. al.*, 2016).

Bagi siswa yang mengalami kecemasan, mereka mengalami beberapa gangguan pada dirinya. Menurut Cassabaro (2005), menyebutkan bahwa manifestasi kecemasan ujian terwujud sebagai kolaborasi dan perpaduan tiga aspek yang tidak terkendali dalam diri individu, yaitu manifestasi kognitif yang terwujud dalam bentuk ketegangan siswa sehingga siswa sulit konsentrasi dan kebingungan dalam menjawab soal, manifestasi afektif yang diwujudkan dalam perasaan yang tidak menyenangkan seperti khawatir dan gelisah berlebihan, perilaku motorik yang tidak terkendali yang berwujud dalam gerakan tidak menentu seperti gemetar (Permana, *et. al.*, 2016).

Cara untuk menurunkan kecemasan ada dua yaitu secara *farmologi* dan *nonfarmologi*. *Farmologi* seperti obat anti cemas (*anxiolytic*) tetapi

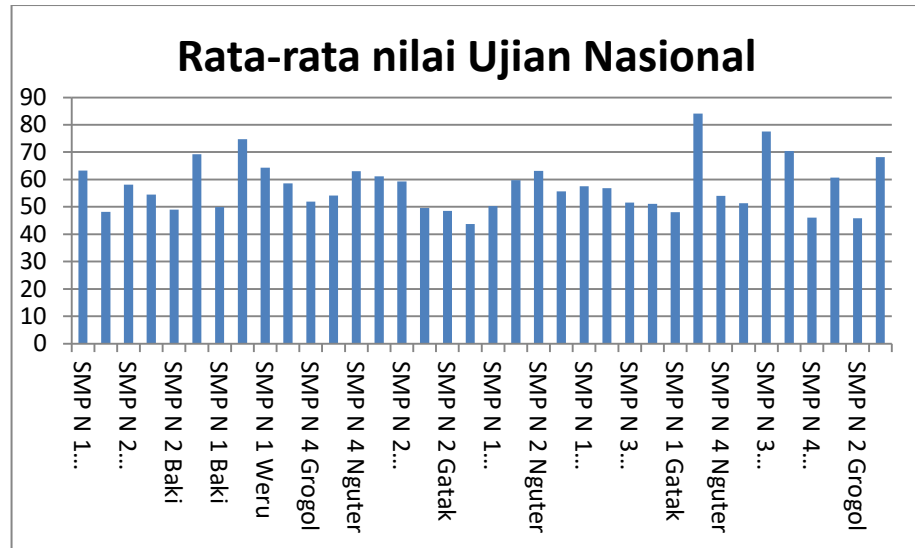
memiliki efek samping ketergantungan, sedangkan terapi nonfarmologi terdiri dari teknik relaksasi nafas dalam, hypnosis limajari, terapi spiritual, aromaterapi dan *art therapy*. *Art therapy* adalah sebuah teknik terapi menggunakan media seni, proses kreatif dan hasil seni untuk mengeksplorasi perasaan, konflik emosi, meningkatkan kesadaran diri, mengontrol perilaku dan adiksi, mengembangkan kemampuan sosial, meningkatkan orientasi realitas, mengurangi kecemasan dan meningkatkan penghargaan diri. Kelebihan *art therapy* yaitu individu dapat lebih berekspresi secara kreatif dan proses lebih penting daripada hasil sehingga fokus para terapis tidak tertuju pada aspek estetika dalam *art* yang dibuat individu, melainkan lebih fokus terhadap kebutuhan terapeutik dalam berekspresi secara kreatif (*America Art Therapy Association*, 2013).

Hasil penelitian yang dilakukan oleh Ariyani, *et.al.*, pada 2 september 2013 di RSUD Batang Kabupaten Batang setelah menerapkan *art therapy* pada anak prasekolah yang mengalami kecemasan *hospitalisasi* dapat disimpulkan bahwa setelah dilakukan *art therapy* mengalami penurunan skor paling rendah 7 dan paling tinggi 16 menjadi paling rendah 0 dan paling tinggi 9 (Ariyani, *et. al.*, 2013).

Menurut Malchiodi (2013) yang dikutip oleh Permatasari, *et. al.*, (2007) menyatakan bahwa *art therapy* menggunakan media seni proses kreatif untuk membantu mengekspresikan diri, meningkatkan coping individu, mengelola stres, dan memperkuat rasa percaya diri. Melalui *art therapy* individu dapat mengungkapkan perasaan yang dialami dengan menggunakan seluruh area atau fungsi dalam diri mereka. *Art therapy* dapat juga cara untuk mengungkapkan emosi seperti rasa takut, marah, cemas, dan rendah diri.

Berdasarkan data dari Kementerian Pendidikan dan Kebudayaan Republik Indonesia (Kemendikbud) tahun ajaran 2017/2018 diketahui bahwa Kabupaten Sukoharjo memiliki 12 Kecamatan dan memiliki 37 SMP Negeri, sebagai berikut :

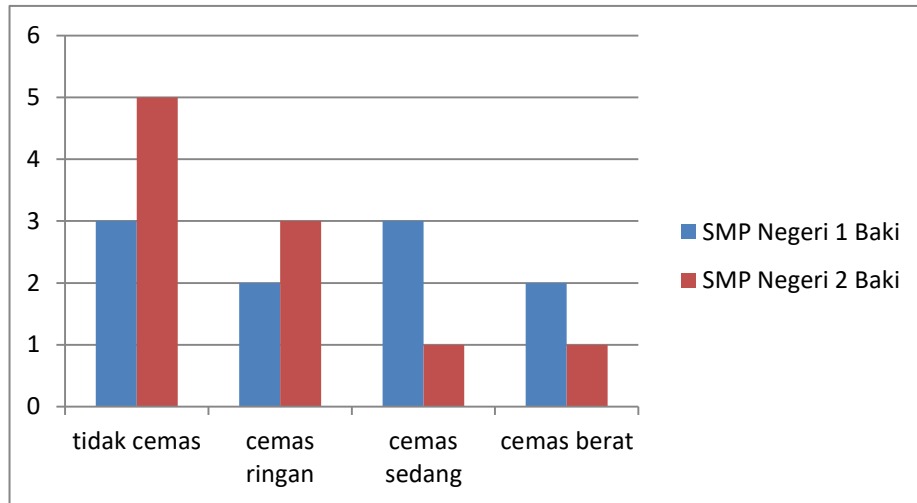
**Grafik 1.1 : Rata-rata nilai Ujian Nasional tahun ajaran 2017/2018**



Data diatas menunjukkan bahwa SMP di Kecamatan Baki merupakan SMP dengan rata-rata nilai sepuluh terendah dibandingkan dengan SMP lainnya.

Berdasarkan hasil wawancara yang dilakukan pada 15 Maret 2019 didapatkan hasil bahwa SMP Negeri 1 Baki merupakan SMP dengan jumlah siswa yang mengikuti ujian terbanyak, SMP Negeri 2 Baki merupakan SMP dengan lulusan 100% tetapi memiliki standar nilai yang lebih rendah dari SMP Negeri 1 Baki. Berdasarkan pengukuran tingkat kecemasan yang dilakukan kepada siswa kelas IX di SMP Negeri 1 Baki, dan SMP Negeri 2 Baki dengan masing-masing 10 responden pada setiap sekolah dengan hasil tingkat kecemasan paling tinggi adalah SMP Negeri 1 Baki dengan siswa yang tidak mengalami kecemasan dua orang, kecemasan ringan sebanyak tiga orang, kecemasan sedang tiga orang, dan kecemasan berat sebanyak dua orang. Tingkat kecemasan mereka muncul akibat ketidaksiapan untuk mengikuti ujian nasional (UN).

**Grafik 1.2 :** Perbandingan Tingkat Kecemasan SMP Negeri 1 Baki dan SMP Negeri 2 Baki.



## B. RUMUSAN MASALAH

Berdasarkan latar belakang yang sudah diuraikan tersebut, dapat dirumuskan masalah “Apakah ada Pengaruh *Art Therapy* untuk Menurunkan Kecemasan Siswa kelas IX dalam Menghadapi Ujian Nasional (UN) di SMP Negeri 1 Baki”?

## C. TUJUAN PENULISAN

### 1. Tujuan Umum

Mengetahui pengaruh *art therapy* terhadap penurunan kecemasan siswa kelas IX yang menghadapi ujian nasional (UN) di SMP Negeri 1 Baki.

### 2. Tujuan Khusus

- Mengidentifikasi tingkat cemas sebelum diberikan *art therapy* pada siswa kelas IX di SMP Negeri 1 Baki.
- Mengidentifikasi tingkat kecemasan sesudah diberikan *art therapy* pada siswa kelas IX di SMP Negeri 1 Baki.
- Menganalisis perbedaan tingkat kecemasan sebelum dan sesudah diberikan *art therapy* pada siswa kelas IX di SMP Negeri 1 Baki.

#### D. MANFAAT PENELITIAN

##### 1. Bagi Siswa SMP

Dapat memberikan suasana rileks dan saat kecemasan muncul individu dapat menerapkan atau melakukan *art therapy* secara mandiri.

##### 2. Bagi Penulis

Penulisan ini diharapkan dapat menambah dan memperluas pengetahuan penulis mengenai pengaruh *art therapy* untuk menurunkan kecemasan siswa dalam menghadapi ujian nasional, sehingga dapat digunakan dalam penelitian lebih lanjut.

##### 3. Bagi Instansi Setempat

Penelitian ini diharapkan akan menambah wawasan mengenai cara mengatasi tingkat kecemasan mahasiswa dengan *art therapy*.

##### 4. Bagi Peneliti Selanjutnya

Penelitian ini diharapkan dapat digunakan sebagai referensi bagi penelitian lain untuk mengadakan penelitian lebih lanjut tentang *art therapy* dan kecemasan pelajar sekolah.

#### E. KEASLIAN PENELITIAN

Keaslian penelitian ini ditujukan dengan menyertakan penelitian terdahulu sebagai kelanjutan atas penelitian-penelitian sebelumnya. Penelitian-penelitian terdahulu yang memiliki relevansi dengan penelitian ini :

1. **Hara, et. al.,(2016) judul:** Hubungan Antara Efikasi Dengan Kecemasan Dalam Menghadapi Ujian Pada Siswa Kelas IX Di Mts Al Hikmah Brebes”.

**Tujuan:** penelitian ini untuk mengetahui hubungan efikasi diri terhadap kecemasan yang dialami oleh siswa di Mts Al Hikmah Brebes.

**Metode:** penelitian ini menggunakan penelitian kuantitatif dengan jenis penelitian korelasional.

**Hasil:** berdasarkan grafik kategoris variabel efikasi diri dan kecemasan dalam menghadapi ujian secara keseluruhan dapat diketahui bahwa

sebagian besar siswa kelas IX MTs Al Hikmah yang menjadi sampel penelitian berada pada efikasi diri dengan kategori sedang sebanyak 32 siswa (51,6%) dan kecemasan dengan kategori tinggi sebanyak 43 siswa (69,4%).

**Kesimpulan:** terdapat hubungan antara efikasi diri dengan kecemasan dalam menghadapi ujian pada siswa kelas XI di MTs Al Hikmah Brebes.

**Persamaan:** menggunakan penelitian kuantitatif, variabel bebas sama yaitu kecemasan.

**Perbedaan:** variabel teikat, populasi, waktu dan lokasi penelitian.

2. **Andriyansah, et. al.,(2016) judul:** “Tingkat Kecemasan Siswa dalam Menghadapi Ujian Nasional Berbasis Komputer (UNBK) di SMK Al Munawwariyyah Bululawang”.

**Tujuan:** penelitian ini bertujuan untuk mengetahui lebih lanjut tentang kecemasan siswa dalam menghadapi ujian nasional berbasis komputer (UNBK) di SMK Al Munawwariyyah Bululawang.

**Metode:** penelitian ini menggunakan penelitian kuantitatif dengan jenis penelitian survei.

**Hasil:** pada tabel 1, kecemasan realistik tinggi sebesar 11 siswa dengan presentase sebesar 25%, siswa yang mengalami kecemasan realistik sedang sebanyak 26 siswa dengan presentase sebesar 59% dan siswa yang mengalami kecemasan realistik rendah sebanyak 7 siswa dengan presentase 16%. Pada tabel 2, frekuensi kecemasan neurotiksiswa yang mengalami kecemasan neurotik tinggi sebesar 12 siswa dengan presentase 27%, siswa yang memiliki kecemasan neurotik sedang sebanyak 31 siswa dengan presentase 70% sedangkan siswa yang memiliki kecemasan neurotik rendah sebanyak 1 siswa dengan presentase 2%. Pada tabel 3, siswa yang mempunyai kecemasan moral tinggi sebanyak 5 siswa dengan presentase 11%, siswa yang mempunyai kecemasan moral sedang sebanyak 27 siswa dengan presentase 61% sedangkan siswa yang mempunyai kecemasan moral rendah sebanyak 12 orang dengan presentase 27%.

**Kesimpulan:** berdasarkan hasil penelitian dapat disimpulkan bahwa 59% siswa berada tingkat kecemasan realistik dalam kategori sedang dengan presentase 59% sebanyak 26 responden. 70% berada pada kecemasan *neurotik* kategori sedang dengan presentase 70% sebanyak 31 responden. 61% siswa berada pada kecemasan moral kategori sedang dengan presentase sebesar 61% sebanyak 27 responden.

**Persamaan:** pada penelitian ini menggunakan penelitian kuantitatif dengan cara survei.

**Perbedaan:** pada variabel bebas, tempat penelitian dan responden.

3. **Permatasari, et. al.,(2017) judul:** “Penerapan *Art Therapy* untuk Menurunkan Despresi pada Lansia di Panti Wredha X”.

**Tujuan:** penelitian ini bertujuan untuk mengaplikasikan *art therapy* dalam menurunkan despresi dan meningkatkan kesejahteraan pada lansia dipanti werdha.

**Metode:**peneliti menggunakan *mixed method* dengan menggabungkan metode kuantitatif dan kualitatif dalam satu penelitian.

**Hasil:** MA terlihat memiliki perubahan yang cukup signifikan, MA terlihat memiliki perubahan dari setiap sesi yang ia jalani. SN menunjukkan beberapa perubahan yang signifikan, SN mulai menunjukkan perubahan yang juga terlihat melalui gambar yang SN hasilnya. RO menunjukkan perubahan yang cukup signifikan salah satunya terlihat dari perilaku RO.

**Kesimpulan:** berdasarkan hasil penelitian dapat disimpulkan bahwa *art therapy* dapat menurunkan despresi pada tiga lansia yang berada di panti wredha X.

**Persamaan:** pada variabel bebas memiliki persamaan yaitu *art therapy*.

**Perbedaan:** pada metode penelitian yang menggunakan *mixed method*, pada variabel terikat, waktu, dan responden.

4. **Wahyuni (2016) judul :** “pengaruh efikasi diri, cara belajar, persepsi siswa tentang komunikasi guru dan persepsi siswa tentang perhatian



orangtua terhadap peneliti hasil belajar siswakelas XI Man di kota Palu”

**Tujuan** : peneliti ini bertujuan untuk mengetahui presepsi siswa tentang komunikasi guru.

**Metode** : penelitian ini menggunakan metode *ex post facto* yang bersifat kausalitas.

**Hasil** : pada tabel efikasi diri menunjukkan bahwa 1 orang yang berada dalam kategori sangat rendah, 22 orang berada dalam kategori rendah, 50 orang berada pada kategori sedang, 41 orang berada dalam kategori tinggi. Dan 8 orang berada dalam kategori sangat tinggi , sehingga dapat diartikan bahwa efikasi diri berpengaruh cukup baik pada siswa. Pada tabel persepsi siswa tentang komunikasi guru menunjukkan bahwa 0 orang yang berada dalam kategori sangata rendah, 1 orang kategor rendah, 8 orang kategori sedang,43 orang kategori tinggi, dan 70 orang kategori sangat tinggi, sehingga dapat diartikan komunikasi guru berpengaruh sangat baik kepada siswa. Pada tabel presepsi siswa kepada orang tua menunjuk 27 orang berada dalam kategori sangat rendah, 32 orang kategori rendah, 45 orang kategori sedang ,17 orang kategori tinggi dan 1 orang kategori sangat tinggi, sehingga diartikan presepsi orangtua berpengaruh baik pada siswa.

**Kesimpulan** : dari penelitian ini adalah efikasi diri, cara belajar presepsi siswa tentang komunikasi guru dan presepsi tentang perhatian orang tua terhadap hasil belajar siswa.

Persamaan : pada penelitian ini ada persamaan pembahasan tentang ujian nasional.

**Perbedaan** : pada variabel bebas dan variabel terikat berbeda, waktu dan tempat , jumlah responden dan metode penelitian.

5. **Ariyani, et.al.**, (2013) **Judul** : “efektifitas terapi bermain menggambar (*art therapy*) terhadap kecemasan anak usia pra sekolah akhir *hospitalisasi*”.

**Tujuan** : untuk mengetahui pengaruh terapi menggambar terhadap kecemasan pada anak sekolah akibat *hospitalisasi*.

**Metode** : menggunakan *descriptive cross sectional* dan menggunakan teknik secara purposive sampling.

**Hasil** : kecemasan pada anak sebelum diberikan terapi menunjukkan skor 7 dengan 2 responden (13,3%) skor 8 dengan 3 responden (20,0%) skor 11 dengan menggunakan 2 responden (13,3%), skor 12 dengan 3 responden (20,0%), skor 14 dengan 1 responden (6,7%). Kecemasan pada anak setelah diberikan terapi menunjukkan skor 0 dengan 1 responden, skor 2 dengan 1 responden, skor 3 dengan 1 responden, skor 4 dengan 7 responden, skor 6 dengan 1 responden, skor 8 dengan 2 responden, skor 9 dengan 1 responden. Rata-rata skor kecemasan sebelum terapi sebesar 11,13 dan rata-rata penurunan skor kecemasan sebesar 6.

**Kesimpulan** : setelah dilakukan terapi menggambarkan kecemasan pada anak pra sekolah yang mengalami *hospitalisasi* menurun.

**Persamaan** : pada metode penelitian, variabel terikat dan variabel bebas.

**Perbedaan** : responden, jumlah responden, waktu dan tempat.