

Analisis Ansietas Pelajar Kelas XI Reguler Dalam Menghadapi Ujian Kenaikan Kelas Di SMA Swasta Methodist-1 Medan Tahun 2018

¹Tulus Samuel Sitorus² dr Michael³Kesawa Sudarsih⁴Eny Siswanti⁵Gatot Santosa⁶

Akademi Pendidikan Kesehatan Talitakum

Email: tulussamuel59@gmail.com

Published: July , 2026

ABSTRAK

Latar Belakang : Gangguan mental emosional merupakan salah satu masalah yang perlu diperhatikan khusus. Data Riskesdas 2013 yang menunjukkan prevalensi gangguan mental emosional yang ditunjukkan dengan gejala-gejala kecemasan. Ujian Kenaikan Kelas adalah kegiatan yang dilakukan untuk mengukur pencapaian kompetensi peserta didik. Ujian Kenaikan Kelas seringkali memicu ansietas pada pelajar dikarenakan kurangnya persiapan siswa dalam memahami konsep-konsep yang diujikan didalam ujian. Oleh karena itu, penelitian ini bertujuan untuk mencegah terjadinya ansietas pelajar kelas XI Reguler dalam menghadapi Ujian Kenaikan kelas

Metode : Penelitian ini menggunakan metode penelitian deskriptif dengan pendekatan *cross sectional*. Sampel dalam penelitian ini adalah pelajar kelas XI Reguler di SMA Swasta Methodist-1 Medan. Pengambilan data dengan wawancara berdasarkan HRS-A (*Hamilton Rating Scale-Anxiety*) kemudian data dianalisis.

Hasil : Berdasarkan hasil penelitian terhadap 80 orang pelajar kelas XI Reguler, ditemukan bahwa 23 orang (26.25%) Tidak Ada Ansietas, 24 orang (30%) Ansietas Ringan, 19 orang (23.75%) Ansietas Sedang, 15 orang (18.75%) Ansietas Berat, 1 orang (1.25%) Ansietas Berat Sekali.

Kesimpulan : Ditemukan tingkat Ansietas yang berbeda-beda pada pelajar kelas XI Reguler di SMA Swasta Methodist-1 Medan, dengan usia terbanyak pada 16 tahun, ditinjau dari jenis kelamin laki-laki lebih dominan dari perempuan (L: 57.5%; P: 42.5%), terbanyak berposisi sebagai anak pertama dalam keluarga dan jumlah anggota keluarga mayoritas berjumlah 5 orang dan dominan orang tua bekerja sebagai Wiraswasta

Kata Kunci : ansietas, pelajar kelas XI Reguler, Ujian Kenaikan Kelas.

ABSTRACT

Background : The emotional mental disorders is one of the issues that need special attention. Riskesdas 2013 which show the prevalence of emotional mental disorders shown with symptoms of anxiety. Classroom increase test is an activity to measure the achievement of the competence of learners. Classroom test and National test often trigger anxiety among students due to lack of student preparation in understanding the concepts tested in the exam. Therefore, this study aims to determine the cause of anxiety of regular eleventh year students ini dealing with examination of class advance.

Methods : The present study used a descriptive method with a cross sectional approach. The samples of the study included regular eleventh year students of SMA Swasta Methodist-1 Medan. The data collection was conducted by interview using HRS-A (*Hamilton Rating Scale-Anxiety*) and then the collected data was analyzed.

Results : Base on the result of study of 80 students, it is found 23 students (26.25%) were without anxiety, 24 students (30%) with slightly anxiety, 19 students (23.75%) with moderate anxiety, 15 students (18.75%) with severe anxiety, and 1 student (1.25%) with very severe anxiety.

Conclusion : A different anxiety was found in the regular eleventh year students of SMA Swasta Methodist-1 Medan, with the most ages at 16 years, in term of male sex more dominant than female (M: 57.5%; F: 42.5%), most plotted as the first child in their family and the number of family members majority of 5 peoples and the dominant parents working as entrepreneurs.

Key Words : anxiety, eleventh year students, examination of class advance.

PENDAHULUAN

Gangguan mental emosional merupakan suatu masalah yang perlu diperhatikan khusus. Berdasarkan populasi studi di seluruh dunia menunjukkan bahwa gangguan kecemasan adalah gangguan mental yang paling umum terjadi (Sadock B, 2017).

Rentangan masa remaja berlangsung dari usia 11-13 tahun sampai dengan 18-20 tahun. Pada rentangan periode ini (sekitar 6-7 tahun) terdapat beberapa indikator perbedaan yang signifikan, baik secara kuantitatif maupun kualitatif. Oleh karena itu, para ahli mengklarifikasikan masa remaja ini kedalam dua bagian, yaitu: (1) remaja awal (11-13 tahun s.d. 14-15 tahun); dan (2) remaja akhir (14-16 tahun s.d. 18-20 tahun) (Saefullah U, 2012)

Prevalensi gangguan kecemasan telah diuji diseluruh bagian dunia dan studi tetap mengatakan adanya hasil skala yang konsisten. Sebagian peneliti menemukan tingkat prevalensi 12 bulan antara 0,2 dan 1,1 persen. Angka tertinggi dilaporkan dalam Studi *NCS (National Comorbidity Study)* di Amerika Serikat (2,7 persen), sedangkan prevalensi terendah pada 12 bulan terakhir dilaporkan di Nigeria (0,1 persen). Tingkat prevalensi seumur hidup dari gangguan kecemasan berkisar dari 0,2 persen di Nigeria ke tertinggi 5,1 persen di Amerika Serikat dan sebagian besar studi jatuh pada angka antara 1 dan 2 persen (Sadock B, 2017).

Data Riskedasa tahun 2013 menunjukkan prevalensi gangguan mental emosional yang ditunjukkan dengan gejala-gejala kecemasan untuk usia 15 tahun ke atas mencapai sekitar 14 juta orang atau 6% dari jumlah penduduk Indonesia (Depkes, 2016)

Gangguan ansietas pada anak dan remaja usia sekolah akan menimbulkan dampak terhadap prestasi akademik dan sosial, karena menurut Sadock B dalam buku Kaplan & Sadock *Comprehensive Textbook of Pshychiatry*, ansietas cenderung menghasilkan kebingungan dan distorsi persepsi. Distorsi tersebut mengganggu proses belajar dengan menurunkan kemampuan memusatkan perhatian, menurunkan daya ingat, dan mengganggu kemampuan menghubungkan satu hal dengan yang lain. Penilaian gejala dan gangguan kecemasan pada anak dan remaja dapat melibatkan informasi dari diri anak itu sendiri atau lebih rutin oleh individu yang mengamati anak dalam berbagai konteks (yaitu pengasuh, atau guru di sekolah) (Sadock B, 2017)

Ujian kenaikan kelas adalah kegiatan yang dilakukan oleh pendidik diakhir semester genap untuk mengukur pencapaian kompetensi peserta didik untuk memperoleh pengakuan atas prestasi belajar dan merupakan salah satu persyaratan kelulusan dari satuan pendidikan dengan kriteria ketuntasan maksimal untuk kelompok mata pelajaran selain ilmu pengetahuan dan teknologi merupakan nilai batas ambang kompetensi (Permendiknas No. 20 Tahun 2007 pasal 2)

Berdasarkan hal tersebut diatas dapat disimpulkan bahwa stressor yang melebihi kemampuan seseorang dalam menyesuaikan diri dapat menimbulkan stress dan kecemasan, sehingga penting menghilangkan segera masalah gangguan kecemasan dengan berbagai macam penyesuaian. Maka dapat dimengerti bahwa pada pelajar SMA kelas XI reguler mempunyai tingkat ansietas dalam menghadapi Ujian Kenaikan Kelas. Secara keseluruhan, peneliti tertarik untuk dapat mencegah timbulnya stress dengan mencari faktor-faktor ansietas pada pelajar SMA kelas XI reguler dalam menghadapi Ujian Kenaikan Kelas di SMA Swasta Methodist-1 Medan

METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan metode deskriptif dengan pendekatan *cross sectional* yang dilakukan pada tanggal 24 Mei sampai 31 Mei 2018 di SMA Swasta Methodist-1 Medan. Populasi penelitian adalah seluruh pelajar kelas XI Reguler yang terdiri dari 3 kelas dengan jumlah 89 orang. Pengambilan sampel menggunakan teknik *total sampling* dengan kriteria inklusi: pelajar kelas XI Reguler yang terdaftar aktif dan bersedia menjadi responden. Kriteria eksklusi: responden yang kurang kooperatif dan tidak hadir saat penelitian. Jumlah sampel yang memenuhi kriteria adalah 80 orang.

Pengumpulan data dilakukan melalui wawancara menggunakan instrumen *Hamilton Rating Scale for Anxiety (HRS-A)* yang terdiri dari 14 kelompok gejala dengan skor 0-4. Kategori ansietas: skor <14 (tidak ada ansietas), 14-20 (ringan), 21-27 (sedang), 28-41 (berat), dan 42-56 (berat sekali). Analisis data dilakukan secara univariat untuk mendeskripsikan karakteristik variabel penelitian.

HASIL PENELITIAN

Karakteristik Responden

Berdasarkan tabel 1, diketahui subjek penelitian berdasarkan usia yaitu 1 orang (1.25%) berusia 15 tahun, 57 orang (71.25%) berusia 16 tahun, 21 orang (26.25%) berusia 17 tahun dan 1 orang (1.25%) berusia 18 tahun.

Tabel 1. Deskripsi Subjek Penelitian Berdasarkan Usia

Usia	Jumlah (n)	Persentase (%)
15	1	1.25
16	57	71.25
17	21	26.25
18	1	1.25
Total	80	100

Berdasarkan jenis kelamin (Tabel 2), didapati laki-laki sebanyak 46 orang (57.5%) dan perempuan sebanyak 34 orang (42.5%).

Tabel 2. Deskripsi Subjek Penelitian Berdasarkan Jenis Kelamin

Jenis Kelamin	Jumlah (n)	Persentase (%)
Laki-Laki	46	57.5
Perempuan	34	42.5
Total	80	100

Berdasarkan kedudukan dalam keluarga (Tabel 3), anak pertama sebanyak 28 orang (35%), anak kedua 24 orang (30%), anak ketiga 22 orang (27.5%), anak keempat dan kelima masing-masing 2 orang (2.5%), anak keenam dan ketujuh masing-masing 1 orang (1.25%).

Tabel 3. Deskripsi Subjek Penelitian Berdasarkan Kedudukan dalam Keluarga

Kedudukan (Anak Ke-)	Jumlah (n)	Persentase (%)
1 (Pertama)	28	35
2 (Kedua)	24	30
3 (Ketiga)	22	27.5
4 (Keempat)	2	2.5
5 (Kelima)	2	2.5
6 (Keenam)	1	1.25
7 (Ketujuh)	1	1.25
Total	80	100

Berdasarkan pekerjaan orang tua (Tabel 4), wiraswasta sebanyak 46 orang (57.5%), pegawai swasta 14 orang (17.5%), PNS 9 orang (11.25%), Polisi/TNI-AD 4 orang (5%), profesional 4 orang (5%), dan guru/dosen 3 orang (3.75%).

Tabel 4. Deskripsi Subjek Penelitian Berdasarkan Pekerjaan Orangtua

Pekerjaan Orangtua	Jumlah (n)	Persentase (%)
Wiraswasta	46	57.5
Pegawai Swasta	14	17.5
PNS	9	11.25
Polisi/TNI-AD	4	5
Profesional	4	5
Guru/Dosen	3	3.75
Total	80	100

Tingkat Ansietas Pelajar Kelas XI Reguler

Berdasarkan tabel 5, diketahui bahwa pelajar yang tidak mengalami ansietas sebanyak 21 orang (26.25%), yang mengalami ansietas ringan sebanyak 24 orang (30%), ansietas sedang 19 orang (23.75%), ansietas berat 15 orang (18.75%), dan ansietas berat sekali 1 orang (1.25%).

Tabel 5. Distribusi Frekuensi Tingkat Ansietas Pelajar Kelas XI Reguler

Kategori Ansietas	Jumlah (n)	Persentase (%)
Tidak Ada Ansietas	21	26.25
Ansietas Ringan	24	30
Ansietas Sedang	19	23.75
Ansietas Berat	15	18.75
Ansietas Berat Sekali	1	1.25
Total	80	100

Distribusi Tingkat Ansietas Berdasarkan Sosiodemografi

Berdasarkan usia, ansietas terbanyak pada usia 16 tahun dengan 57 orang (71.25%) yang terdiri dari 18 orang tidak ada ansietas, 14 orang ansietas ringan, 15 orang ansietas sedang, dan 10 orang ansietas berat. Berdasarkan jenis kelamin, laki-laki 45 orang (56.25%) dan perempuan 35 orang (43.75%), dengan ansietas berat didominasi perempuan (11.25%). Berdasarkan jumlah anggota keluarga, terbanyak pada 5 orang (25%). Berdasarkan kedudukan dalam keluarga, anak pertama memiliki jumlah terbanyak (35%) dan juga ditemukan satu kasus ansietas berat sekali pada anak pertama. Berdasarkan pekerjaan orang tua, wiraswasta mendominasi (57.5%) dengan tingkat ansietas bervariasi.

PEMBAHASAN

Usia

Dari 80 responden, didapati bahwa 57 orang (71.25%) berusia 16 tahun. Hal ini sejalan dengan penelitian Widyartini (2016) yang menyatakan bahwa usia 16-17 tahun terbanyak yang mengalami ansietas. Saefullah (2012) mengatakan bahwa masa remaja adalah masa untuk menemukan identitas diri dengan menunjukkan perilaku coba-coba, perilaku imitasi, dan ketika gagal menemukan jati diri, remaja akan mengalami krisis identitas. Reaksi emosional yang labil dan belum terkendali pada masa remaja dapat berdampak pada kehidupan pribadi dan sosialnya. Hal ini membuktikan bahwa pelajar yang memasuki masa remaja rentan mengalami ansietas karena belum dapat menemukan jati diri sebenarnya, masih menunjukkan perilaku coba-coba, terpengaruh oleh kehidupan sosial di luar sekolah dan rumah, serta memiliki emosional yang belum stabil.

Jenis Kelamin

Dari 80 responden, 46 orang (57.5%) adalah laki-laki dan 34 orang (42.5%) perempuan. Tingkat ansietas berat didominasi oleh responden perempuan dengan persentase 11.25%. Hal ini tidak sejalan dengan Sadock (2015) yang menyatakan bahwa perempuan lebih cenderung mengalami ansietas dibandingkan laki-laki dengan prevalensi seumur hidup perempuan (30.5%) dan laki-laki (19.2%). Penelitian ini juga tidak sejalan dengan Riskesdas (2013) yang menunjukkan bahwa perempuan memiliki prevalensi lebih tinggi daripada laki-laki dalam menghadapi ansietas. Perbedaan ini mungkin disebabkan oleh karakteristik sampel yang didominasi laki-laki.

Pekerjaan Orang Tua

Orang tua dengan pekerjaan wiraswasta memiliki jumlah terbanyak 46 orang (57.5%). Saefullah (2012) menyatakan bahwa orang tua yang mengalami tekanan ekonomi atau perasaan tidak mampu mengatasi masalah finansialnya cenderung menjadi stres dan depresi serta mengalami konflik keluarga yang akhirnya memberi masalah pada pelajar. Hal ini membuktikan bahwa pekerjaan orang tua dalam menghasilkan finansial keluarga sangat mempengaruhi tingkat ansietas pada pelajar dalam hal memenuhi kebutuhan sekolah maupun keseharian pelajar di sekolah, meliputi pembiayaan uang sekolah, buku, alat tulis, hingga les tambahan.

Jumlah Anggota Keluarga

Jumlah anggota keluarga terbanyak pada 5 orang sebanyak 20 orang (25%). Hal ini sejalan dengan Lestari (2012) yang menyatakan bahwa semakin banyak jumlah anggota keluarga akan membuat semakin kompleks sistem sosial yang terbangun, karena setiap anggota keluarga adalah sosok pribadi yang unik. Hal ini membuktikan bahwa jumlah anggota keluarga sangat mempengaruhi bagaimana pelajar berinteraksi di dalam rumah, termasuk kemampuan berbagi pengalaman dan bercerita kepada orang tua dan saudara kandung.

Kedudukan dalam Keluarga

Jumlah terbanyak pada anak pertama sebanyak 28 orang (35%) dan ansietas berat sekali ditemukan pada anak pertama. Menurut Lestari (2012), anak yang lebih besar biasanya memiliki pengetahuan dan pengalaman yang lebih banyak sehingga dituntut untuk dapat menjadi guru dan pembimbing bagi adik-adiknya. Hal ini membuktikan bahwa anak pertama dituntut untuk menjadi pribadi yang lebih dewasa dan mempunyai emosional yang stabil agar dapat membimbing dan membina adiknya.

Tingkat Ansietas Pelajar

Dari 80 responden, 24 orang (30%) mengalami ansietas ringan. Hal ini sejalan dengan Asmi (2010) yang menyatakan bahwa tingkat ansietas ringan lebih banyak dengan jumlah 61.30% dan hanya 2.40% yang memiliki kecemasan berat pada pelajar ketika menghadapi suatu ujian. Berdasarkan hasil wawancara dengan pimpinan SMA Swasta Methodist-1 Medan, pelajar lebih merasa cemas ketika menghadapi Ujian Nasional daripada Ujian Kenaikan Kelas karena nilai Ujian Nasional akan mempengaruhi pelajar untuk masuk ke Perguruan Tinggi, Sekolah Kedinasan, maupun dunia pekerjaan.

SIMPULAN DAN SARAN

Simpulan

Berdasarkan hasil penelitian terhadap 80 pelajar kelas XI Reguler di SMA Swasta Methodist-1 Medan, dapat disimpulkan bahwa:

1. Pelajar dengan kategori tidak ada ansietas lebih banyak pada usia 16 tahun (22.5%) dengan mayoritas berjenis kelamin laki-laki (16.25%), terbanyak berposisi sebagai anak ketiga (8.75%) dengan jumlah anggota keluarga terbanyak 5 orang (11.25%) dan orang tua bekerja sebagai wiraswasta (15%).
2. Pelajar dengan kategori ansietas ringan lebih banyak pada usia 16 tahun (17.5%) dengan jenis kelamin yang sama (15%), mayoritas berposisi sebagai anak pertama dan kedua (11.25%) dengan jumlah anggota keluarga terbanyak 4 orang (10%) dan orang tua bekerja sebagai wiraswasta (15%).
3. Pelajar dengan kategori ansietas sedang lebih banyak pada usia 16 tahun (18.75%) dengan mayoritas laki-laki (17.5%), terbanyak berposisi sebagai anak pertama dan ketiga (8.75%) dengan jumlah anggota keluarga terbanyak 4 dan 6 orang (6.25%) dan orang tua bekerja sebagai wiraswasta (15%).
4. Pelajar dengan kategori ansietas berat lebih banyak pada usia 16 tahun (12.5%) dengan mayoritas perempuan (11.25%), terbanyak berposisi sebagai anak pertama (7.5%) dengan jumlah anggota keluarga terbanyak 5 orang (5%) dan orang tua bekerja sebagai wiraswasta (11.25%).
5. Pelajar dengan kategori ansietas berat sekali (1.25%) berusia 18 tahun, perempuan, berposisi sebagai anak pertama, jumlah anggota keluarga 3 orang, dan orang tua bekerja sebagai wiraswasta.
6. Ansietas dipengaruhi oleh usia, jenis kelamin, posisi pelajar dalam keluarga, dan pekerjaan orang tua.

Saran

1. **Bagi pelajar:** Jadikan belajar sebagai kebiasaan yang menyenangkan bukan sebagai tuntutan, tingkatkan keimanan, dan sering berkonsultasi dengan orang tua, wali kelas, atau psikolog pendidikan tentang segala masalah emosi dan keadaan diri untuk mengurangi tingkat ansietas.
2. **Bagi sekolah:** Perlu memberikan program konsultasi antara wali kelas dan pelajar bila ditemukan masalah pada pelajar untuk dapat diuraikan bersama dan kebutuhan pelajar tercapai lebih efektif.
3. **Bagi anggota keluarga:** Perlu memperhatikan kegiatan belajar siswa/anak serta memberikan kasih sayang agar proses pembelajaran dapat tercapai dengan baik serta menghindari terjadinya ansietas.
4. **Bagi peneliti selanjutnya:** Perlu penelitian lebih lanjut dengan sumber pustaka yang lebih banyak dan beragam serta teknik sampel yang lebih baik untuk mendapatkan hasil yang lebih akurat.

DAFTAR PUSTAKA

- American Psychiatric Association (2017). *Supplement To Diagnostic And Statistical Manual Of Mental Disorder*. Ed. 15. Arlington: American Psychiatric Association.
- Elvira D, Hadisukanto G (2014). *Buku Ajar Psikiatri*. Jakarta: Fakultas Kedokteran Universitas Indonesia. hal: 42-46; 254-257; 259
- Hawari, D (2016). *Manajemen Stres, Cemas, dan Depresi*. Jakarta: Fakultas Kedokteran Universitas Indonesia. hal: 66-67; 78-83
- Kemenkes RI (2016). *Peran Keluarga Dukung Kesehatan Jiwa Masyarakat*. <http://www.depkes.go.id/article/view/16100700005/peran-keluarga-dukung-kesehatan-jiwa-masyarakat.html> - Diakses tanggal 15 Januari 2018
- Kemenristekdikti RI (2016). *Buku Ajar Mata Kuliah Wajib Umum Pendidikan Agama Kristen*. http://edukasi.pajak.go.id/images/perguruan_tinggi/Kristen.pdf - Diakses tanggal 20 Juni 2018
- Kepmenkes RI (2015). *Pedoman Nasional Pelayanan Kedokteran Jiwa*. http://hukor.kemkes.go.id/uploads/produk_hukum/KMK_No._HK_.02_.02-MENKES-73-2015_ttg_Pedoman_Nasional_Pelayanan_Kedokteran_Jiwa.pdf - Diakses tanggal 05 Februari 2018
- Lestari, S (2012). *Psikologi Keluarga Penanaman Nilai & Penanganan Konflik dalam Keluarga*. Surakarta: Kencana Prenadamedia Group. hal: 3; 6-21; 26-27
- Maslim, R (2013). *Buku Saku Diagnosis Gangguan Jiwa PPDGJ-III dan DSM 5*. Jakarta. P.T. Nuh Jaya. hal: 74
- Monks, F.J. 2006. *Psikologi Perkembangan Pengantar Dalam Berbagai Bagianannya*. Yogyakarta: Gadjah Mada University Press

- Notoadmojo, Soekidjo (2010). *Metodologi Penelitian Kesehatan*. Jakarta: P.T. Rineka Cipta
- Nugroho, Agung (2014). *Farmakologi*. Yogyakarta: Penerbit Pustaka Pelajar.
- Permendiknas (2007). *Permendiknas No. 20 Tahun 2007 Pasal 2 tentang Standar Penilaian Pendidikan*. <https://luk.staff.ugm.ac.id/atur/bsnp/Permendiknas20-2007StandarPenilaian.pdf> - Diakses tanggal 01 Desember 2017
- Regier, A (2013). *The DSM-5: Classification and Criteria Change*. Pittsburgh: American Psychiatric Association
- Sadock, B (2015). *Kaplan & Sadock's Synopsis Of Psychiatry- Behavioral Science/Clinical Psychiatry*. Ed. 11. Philadelphia: Lippincott Williams & Wilkins
- Sadock, V (2017). *Kaplan & Sadock's Comprehensive textbook Of Psychiatry*. Ed. 10. Philadelphia: Wolter Kluwer
- Sastroadmojo, S (2014). *Dasar-Dasar Metodologi Penelitian Klinis*. Edisi V. Jakarta: Sagung Seto
- Saefullah, U (2012). *Psikologi Perkembangan dan Pendidikan*. Bandung: Penerbit Pustaka Setia. hal: 169-170; 172-176; 264-270
- Stringer, J (2006). *Konsep Dasar Farmakologi Panduan untuk Mahasiswa*. Edisi III. Jakarta: Penerbit Buku Kedokteran EGC. hal: 130; 133; 136
- Syah, M (2017). *Psikologi Belajar*. Jakarta: P.T. Raja Grafindo Persada. hal: 111
- Willis, S (2015). *Konseling Keluarga (Family Counseling)*. Bandung: Penerbit Alfabeta. hal: 63-74S