

Hubungan Antara Motivasi Belajar dan Kecemasan pada Siswa Kelas Vi Sekolah Dasar di Denpasar Menjelang Ujian Nasional

Anak Agung Putu Chintya Putri Suardana dan Nicholas Simarmata

*Program Studi Psikologi, Fakultas Kedokteran, Universitas Udayana
chintya.putri87@yahoo.co.id*

Abstrak

Masalah yang muncul dimana kecemasan siswa sekolah dasar meningkat sejalan dengan tingkatan kelas yaitu ketika menghadapi evaluasi atau ujian. Permasalahan yang paling sering dialami oleh siswa ketika akan menghadapi ujian adalah masalah kecemasan (anxiety). Kurangnya persiapan dalam menghadapi ujian nasional bisa diatasi salah satunya dengan meningkatkan motivasi belajar siswa. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara motivasi belajar dan kecemasan pada siswa kelas VI sekolah dasar di Denpasar menjelang Ujian Nasional.

Penelitian ini adalah penelitian kuantitatif korelasional. Subjek penelitian ini adalah siswa sekolah dasar kelas VI di Denpasar sebanyak 100 orang. Metode pengambilan sampelnya dengan metode cluster random sampling. Metode pengambilan datanya dengan Skala Motivasi Belajar yang reliabilitasnya 0,804 dan Skala Kecemasan yang reliabilitasnya 0,908. Normalitas variabel motivasi belajar sebesar 0,148 dan variabel kecemasan sebesar 0,671. Linearitas variabel motivasi belajar dan kecemasan sebesar 0,002. Metode analisis datanya dengan teknik korelasi product moment dari Pearson. Hasilnya menunjukkan bahwa ada hubungan negatif yang signifikan antara motivasi belajar dan kecemasan pada siswa kelas VI sekolah dasar di Denpasar menjelang Ujian Nasional dengan nilai korelasi -0,303 dengan nilai probabilitas 0,001.

Kata kunci: Motivasi Belajar, Kecemasan, Ujian Nasional, Siswa Kelas VI, Sekolah Dasar

Abstract

Problems arise where elementary school student's anxiety increased with the grade level when faced with the evaluation or examination. The problems were most often experienced by students when they will face the exam is a matter of anxiety. Lack of preparation when facing national exam can be overcome by increasing students studying motivation. This study aimed to determine the relationship between studying motivation and anxiety at sixth grade student's elementary schools in Denpasar ahead national exam.

This research is a quantitative correlation research. The subjects were 100 sixth grade elementary school students in Denpasar. Method of sample collection is by cluster random sampling method. Methods of data collection are Studying Motivation Scale which its reliability is 0.804 and Anxiety Scale which its reliability is 0.908. Normality of studying motivation variable is 0.148 and anxiety variable is 0.671. Linearity of variable studying motivation and anxiety variable is 0.002. Data analysis method is Pearson product moment correlation technique. The results show that there is a significant negative relationship between studying motivation and anxiety at Sixth Grade Students Elementary School in Denpasar Ahead of National Exam which its coefficient correlation is -0.303 with its probability value is 0.001.

Key words: Studying Motivation, Anxiety, National Exam, Sixth Grade Students, Elementary School

LATAR BELAKANG

Pendidikan sangat identik dengan proses belajar mengajar. Proses belajar itu sendiri merupakan proses adaptasi yang dilakukan individu untuk memahami dan menguasai ilmu pengetahuan. Dalam masa belajar tersebutlah individu mengadakan penyesuaian diri terhadap perubahan-perubahan yang terjadi secara cepat dan pasti. Perubahan-perubahan yang cepat dan tidak diiringi oleh kemampuan adaptasi yang baik akan menimbulkan rasa takut tidak akan berhasil meraih apa yang diinginkan, seperti rasa takut gagal serta rasa takut tidak lulus, dan hal ini disebut sebagai kecemasan.

Menurut Taylor (2006), kecemasan merupakan suatu pengalaman subjektif mengenai ketegangan mental yang menggelisahkan sebagai reaksi umum dan ketidakmampuan menghadapi masalah atau adanya rasa tidak aman. Perasaan yang tidak menyenangkan umumnya menimbulkan gejala-gejala fisiologis (seperti gemetar, berkeringat, detak jantung meningkat, dan lain-lain) dan gejala psikologis (seperti panik, tegang, bingung, tak dapat berkonsentrasi, dan sebagainya). Menurut Atkinson (1996) kecemasan adalah emosi yang tidak menyenangkan yang ditandai dengan istilah-istilah seperti kekhawatiran, keprihatinan, dan rasa takut yang kadang-kadang dialami individu dalam tingkatan yang berbeda-beda. Chaplin (2001) menjelaskan bahwa pada dasarnya kecemasan akan menyertai disetiap kehidupan manusia terutama bila dihadapkan pada hal-hal yang baru maupun adanya sebuah konflik. Kecemasan merupakan perasaan campuran berisikan ketakutan dan berisi keprihatinan mengenai masa-masa yang akan datang tanpa sebab khusus untuk ketakutan yang dialami individu dalam menghadapi situasi tertentu yang menimbulkan kecemasan.

Pada dasarnya kecemasan yang dirasakan belum tentu terjadi, dengan demikian rasa cemas sebenarnya suatu ketakutan yang diciptakan sendiri. Hampir dalam segala hal, individu yang mengalami kecemasan selalu khawatir dan takut. Jadi kecemasan adalah suatu kondisi yang mengakibatkan seseorang merasa tidak nyaman dan serba salah sehingga tidak dapat melakukan aktivitas secara maksimal. Kecemasan merupakan kondisi mental seseorang yang terjadi karena adanya tantangan, tekanan, dan tuntutan untuk mencapai tujuan tertentu (Akuntono, 2012).

Beberapa penelitian yang berkaitan dengan kecemasan mengungkapkan bahwa individu yang menderita kecemasan kronis lebih mudah gagal dalam pendidikan sekalipun memiliki skor tinggi pada kecerdasan lainnya. Terlampau cemas dan takut menjelang ujian, justru akan mengganggu kejernihan pikiran dan daya ingat untuk belajar dengan efektif sehingga mengganggu kejernihan mental yang amat penting untuk dapat mengatasi ujian (Goleman, 1997). Sedangkan Daswita (2006) mengemukakan bahwa prestasi individu dipengaruhi oleh rasa cemas seperti misalnya siswa yang memiliki kecemasan yang tinggi tidak akan bisa

berprestasi sebaik siswa yang memiliki kecemasan yang rendah. Dengan kata lain siswa yang memiliki kecemasan yang tinggi akan memiliki prestasi yang lebih rendah dari pada siswa yang mengalami kecemasan yang rendah.

Pelaksanaan Ujian Nasional menimbulkan kecemasan bagi siswa. Ujian akhir sekolah atau saat ini sering disebut Ujian Nasional merupakan salah satu sumber kecemasan siswa (Santrock, 2007). Ujian Nasional yang dapat menentukan kelulusan siswa dapat mengakibatkan kekhawatiran dan rasa was-was (rasa takut yang belum pasti). Ketika kecemasan menjadi sebuah ketakutan yang berlebihan, tentu saja akan mengganggu psikis dan mental siswa. Akibatnya, soal-soal yang seharusnya biasanya mampu dijawab oleh siswa di sekolah, seakan menjadi soal yang tidak mampu dijawab (Alhudaya, 2012).

Perubahan yang banyak terjadi mengenai standarisasi nilai rata-rata yang semakin tinggi serta bertambahnya jumlah mata pelajaran yang diujikan saat Ujian Nasional banyak membawa dampak bagi siswa. Aswandi (dalam Nurlaila, 2011) mengatakan bahwa Ujian Nasional yang diselenggarakan pada tahun 2008 lalu dinilai sangat berat dan membuat peserta Ujian Nasional merasa takut, tertekan, dan depresi menghadapi ujian dan sangat tidak menutup kemungkinan berdampak pada gangguan psikologis, jika nantinya gagal atau tidak lulus Ujian Nasional. Kecemasan juga menghinggapi siswa sekolah dasar kelas VI karena siswa kelas VI dituntut untuk lulus, dalam rangka menunjukkan keberhasilan belajar setelah menempuh masa pendidikan di sekolah dasar.

Berdasarkan kondisi di atas maka siswa perlu dan wajib untuk mempersiapkan diri sebelum menghadapi ujian. Persiapan dalam menghadapi ujian tidak hanya sekedar persiapan secara intelektual seperti mempelajari materi soal dan lebih sering berlatih mengerjakan soal-soal latihan pada pelajaran yang akan diujikan saja, akan tetapi siswa juga harus mempersiapkan mental baik secara fisik maupun psikis, agar nantinya tidak timbul permasalahan dalam menghadapi Ujian Nasional.

Motivasi adalah perubahan energi dalam diri individu yang ditandai dengan munculnya rasa dan didahului dengan tanggapan terhadap adanya tujuan. Dari pengertian ini mengandung tiga unsur penting, yaitu (McDonald, 2009):

- 1) Bahwa motivasi mengawali terjadinya perubahan energi pada diri setiap individu. Perkembangan motivasi akan membawa beberapa perubahan energi di dalam sistem "neurophysiological" yang ada pada diri individu. Karena menyangkut perubahan energi manusia (walaupun motivasi muncul dari dalam diri manusia), penampakkannya akan menyangkut kegiatan fisik manusia.
- 2) Motivasi ditandai dengan munculnya, rasa, afeksi individu. Dalam hal ini motivasi relevan dengan persoalan-persoalan kejiwaan, afeksi dan emosi yang dapat menentukan tingkah-laku manusia.

- 3) Motivasi akan dirangsang karena adanya tujuan. Jadi motivasi dalam hal ini sebenarnya merupakan respons dari suatu aksi yakni tujuan. Motivasi memang muncul dari dalam diri manusia, tetapi kemunculannya karena terdorong oleh adanya unsur lain, dalam hal ini adalah tujuan. Tujuan ini akan menyangkut soal kebutuhan.
- 4) Motivasi dapat juga dikatakan serangkaian usaha untuk menyediakan kondisi-kondisi tertentu, sehingga individu mau dan ingin melakukan sesuatu, dan bila tidak suka, maka akan berusaha untuk meniadakan atau mengelakkan perasaan tidak suka itu. Menurut Hamalik (dalam Djamarah, 2002) motivasi merupakan perubahan energi dalam diri seseorang dalam bentuk suatu aktivitas nyata berupa kegiatan fisik. Karena seseorang mempunyai tujuan tertentu dari aktivitasnya, maka seseorang mempunyai motivasi yang kuat untuk mencapainya dengan segala upaya yang dapat dia lakukan untuk mencapainya. Jadi motivasi itu dapat dirangsang oleh faktor dari luar tetapi motivasi itu adalah tumbuh di dalam diri individu.
- 5) Belajar umumnya diartikan sebagai proses perubahan perilaku individu setelah mempelajari suatu objek (pengetahuan, sikap, dan keterampilan). Good & Brophy (dalam Syah, 2011) menyatakan bahwa belajar merupakan suatu proses interaksi yang dilakukan individu dalam memperoleh sesuatu yang baru dalam bentuk perubahan perilaku sebagai hasil dari pengalaman itu sendiri (belajar). Perubahan perilaku tersebut tampak dalam penugasan siswa pada pola-pola tanggapan (respond) baru terhadap lingkungan yang berupa keterampilan (skill), kebiasaan (habit), sikap atau pendirian (attitude), kemampuan (ability), pengetahuan (knowledge), pemahaman (understanding), emosi (emosional), apresiasi (appreciation), jasmani dan etika atau budi pekerti, serta hubungan sosial. Galloway (1976) menyatakan belajar sebagai suatu perubahan perilaku individu yang relatif cenderung tetap sebagai akibat adanya penguatan (reinforcement). Jadi belajar adalah pemerolehan pengalaman baru oleh individu dalam bentuk perubahan perilaku yang relatif menetap, sebagai akibat adanya proses dalam bentuk interaksi belajar terhadap suatu objek (pengetahuan), atau melalui suatu penguatan (reinforcement) dalam bentuk pengalaman terhadap suatu objek yang ada dalam lingkungan belajar.

Motivasi dan belajar merupakan dua hal yang saling mempengaruhi. Belajar adalah perubahan tingkah laku secara relatif permanen dan secara potensial terjadi sebagai hasil dari praktik atau penguatan (reinforced practice) yang dilandasi tujuan untuk mencapai tujuan tertentu. Iskandar (2009) menyatakan bahwa motivasi belajar adalah daya penggerak dari dalam diri individu untuk melakukan kegiatan belajar untuk menambah pengetahuan dan keterampilan serta pengalaman. Motivasi ini tumbuh karena ada keinginan untuk

mengetahui dan memahami sesuatu dan mendorong serta mengarahkan minat belajar siswa sehingga sungguh-sungguh untuk belajar dan termotivasi untuk mencapai prestasi. Hakikat motivasi belajar adalah dorongan internal dan eksternal pada siswa-siswa yang sedang belajar untuk mengadakan perubahan tingkah laku. Hal itu mempunyai peranan besar dalam keberhasilan individu dalam belajar. Dalam kegiatan belajar, motivasi dapat dikatakan sebagai keseluruhan daya penggerak di dalam diri siswa yang menimbulkan kegiatan belajar, yang menjamin kelangsungan dari kegiatan belajar dan yang memberikan arah pada kegiatan belajar, sehingga tujuan yang dikehendaki oleh subjek belajar itu dapat tercapai. Siswa yang memiliki motivasi kuat, akan mempunyai banyak energi untuk melakukan kegiatan belajar. Hasil belajar akan optimal kalau ada motivasi yang tepat.

Motivasi belajar dibagi menjadi dua dimensi yaitu dimensi motivasi intrinsik dan dimensi motivasi ekstrinsik. Sardiman (2011) menyatakan bahwa motivasi intrinsik adalah motif-motif yang menjadi aktif atau berfungsinya tidak perlu didorong dari luar, karena dalam diri setiap individu sudah ada dorongan untuk melakukan sesuatu. Jika dilihat dari segi tujuan kegiatan yang dilakukan, dalam hal ini kegiatan belajar, maka yang dimaksud dengan motivasi intrinsik adalah keinginan dari dalam diri individu untuk mencapai tujuan dalam kegiatan belajar. Sebagai contoh, seorang siswa belajar, karena ingin mendapat pengetahuan, nilai atau keterampilan agar dapat merubah tingkah laku secara konstruktif, tidak karena tujuan yang lain. Motivasi intrinsik dapat juga dikatakan sebagai bentuk motivasi yang didalam aktivitas belajar dimulai dan diteruskan berdasarkan suatu dorongan dari dalam diri dan secara mutlak berkaitan dengan aktivitas belajarnya. Dimensi intrinsik, berupa hasrat dan keinginan berhasil dan dorongan kebutuhan belajar, harapan akan cita-cita. Jadi dimensi intrinsik terdiri dari indikator-indikator, yaitu (1) adanya hasrat dan keinginan berhasil, (2) adanya dorongan dan kebutuhan dalam belajar, (3) dan adanya penghargaan dan cita-cita masa depan (Uno, 2008).

Motivasi ekstrinsik menurut Sardiman (2011) adalah motif-motif yang aktif dan berfungsinya karena adanya dorongan dari luar. Jenis motivasi ini timbul sebagai akibat pengaruh dari luar individu, apakah karena adanya ajakan, suruhan, atau paksaan dari luar sehingga dengan keadaan demikian siswa mau melakukan sesuatu atau belajar. Sebagai contoh seseorang itu belajar, karena tahu besok pagi akan ujian dengan harapan mendapatkan nilai baik. Jadi yang penting bukan karena belajar ingin mengetahui sesuatu, tetapi ingin mendapatkan nilai yang baik, atau agar mendapat hadiah. Oleh karena itu motivasi ekstrinsik dapat juga dikatakan sebagai bentuk motivasi yang didalam aktivitas belajar yang dimulai dan diteruskan berdasarkan dorongan dari luar yang tidak secara mutlak berkaitan dengan aktivitas belajar.

Jadi dimensi motivasi ekstrinsik terdiri dari indikator-indikator yaitu: (1) adanya penghargaan dalam belajar, (2) adanya kegiatan yang menarik dalam belajar, dan (3) adanya lingkungan belajar yang kondusif (Uno, 2008)

Menurut pernyataan Leary (dalam Nurlaila, 2011), kecemasan adalah respon individu terhadap situasi-situasi yang menakutkan. Kecemasan adalah rasa yang muncul terkait dengan bahaya, termasuk adanya keinginan untuk terlepas dan terhindar dari bahaya. Kondisi bahaya yang dimaksudkan adalah bahaya yang bersifat psikis, terkait dengan serangan terhadap identitas seseorang. Reaksi yang muncul pada saat cemas antara lain adalah perasaan yang tidak jelas, tidak berdaya, dan tidak pasti apa yang dilakukan. Lebih lanjut menurut Lazarus (1976), kecemasan muncul ketika makna eksistensi seseorang terganggu atau terancam sebagai hasil dari ketidakmampuan fisik, konflik intrapsikis dan peristiwa yang sulit didefinisikan. Hal yang ditakutkan lebih bersifat simbolik dari pada nyata yaitu ketakutan yang dirasakan berasal dari pikiran, padahal belum tentu apa yang ditakutkan tersebut terjadi.

Kecemasan merupakan kondisi emosional yang tidak menyenangkan dan ditandai dengan aktifnya sistem saraf pusat (Post, 1978). Freud (dalam Syamsu, 2006) mengatakan bahwa kecemasan sebagai suatu perasaan yang tidak menyenangkan, yang diikuti oleh reaksi psikologis tertentu seperti perubahan detak jantung dan pernafasan, dengan kata lain kecemasan adalah reaksi atas situasi yang dianggap berbahaya. Kecemasan adalah suatu keadaan yang ditandai dengan perasaan ketakutan yang disertai dengan tanda kognitif, motorik, afektif, dan somatik utamanya yang menyebabkan terjadinya hiperaktifitas sistem saraf otonom (Tresna, 2011).

Ujian merupakan salah satu sumber kecemasan bagi siswa (Nevid, dkk., 2005). Siswa merasa cemas atau khawatir saat menghadapi kesulitan di sekolah, seperti saat akan menjelang Ujian Nasional (Santrock, 2007). Berdasarkan beberapa definisi di atas, dapat disimpulkan bahwa kecemasan menjelang Ujian Nasional adalah ketakutan, kekhawatiran, dan kegelisahan bahwa akan terjadi hal-hal yang tidak diinginkan dalam Ujian Nasional, yang dirasakan siswa saat dalam tahap mempersiapkan Ujian Nasional.

Berdasarkan hal-hal tersebut maka peneliti ingin mengetahui hubungan antara motivasi belajar dan kecemasan pada siswa kelas VI sekolah dasar di Denpasar menjelang Ujian Nasional. Penelitian ini diharapkan dapat memberikan gambaran dan informasi serta menambah khasanah penelitian khususnya yang berkaitan dengan kecemasan siswa kelas VI sekolah dasar menjelang Ujian Nasional. Manfaat praktis dari penelitian ini yaitu bagi siswa sekolah dasar dapat mengatur diri dan mengatur waktu belajar yang baik dengan cara membuat jadwal belajar yang teratur sehingga siswa siap dalam menghadapi Ujian Nasional, bagi kepala sekolah dan

guru agar dapat merancang strategi belajar seperti membuat jadwal bimbingan belajar tambahan terhadap mata pelajaran yang diujikan dalam Ujian Nasional, dan bagi orang tua agar memberikan perhatian seperti memberikan izin untuk mengikuti bimbingan belajar tambahan di sekolah serta orang tua selalu menyempatkan untuk memberikan perhatian dan waktu luang dalam membimbing putra-putrinya belajar di rumah.

METODE

Variabel dan definisi operasional

Menurut Notoatmodjo (2010) Variabel mengandung pengertian ukuran atau ciri yang dimiliki oleh anggota-anggota suatu kelompok yang berbeda dengan yang dimiliki oleh kelompok lain. Variabel bebas menurut Sugiyono (2011) adalah merupakan variabel yang mempengaruhi atau yang menjadi sebab perubahannya atau timbulnya variabel tergantung. Sedangkan variabel tergantung merupakan variabel yang dipengaruhi atau yang menjadi akibat, karena adanya variabel bebas. Dalam penelitian ini motivasi belajar merupakan variabel bebas dan kecemasan merupakan variabel tergantung.

Dalam penelitian ini motivasi belajar didefinisikan sebagai daya penggerak yang berasal dari dalam diri siswa yang menimbulkan kegiatan belajar dan menjamin kelangsungan kegiatan belajar siswa yang terdiri dari dimensi intrinsik yaitu adanya hasrat dan keinginan berhasil, adanya dorongan dan kebutuhan dalam belajar dan adanya penghargaan dan cita-cita masa depan. Serta dimensi ekstrinsik yaitu adanya penghargaan dalam belajar, adanya kegiatan yang menarik dalam belajar, dan adanya lingkungan belajar yang kondusif sehingga memungkinkan seorang siswa dapat belajar dengan baik yang diukur dengan skala motivasi belajar yang terdiri dari 19 aitem pernyataan.

Kecemasan dalam penelitian ini didefinisikan sebagai keadaan dimana seseorang mengalami gelisah, kekhawatiran atau cemas sistem saraf otonom dalam berespon terhadap ancaman yang tidak jelas dan tidak spesifik dan dihubungkan dengan perasaan tidak menentu dan tidak berdaya yang terdiri dari dimensi kognitif, dimensi motorik, dimensi somatik, dan dimensi afektif dan diukur dengan skala kecemasan yang terdiri dari 40 aitem pernyataan.

Responden

Subjek dalam penelitian ini merupakan 100 siswa kelas VI di salah satu sekolah dasar di Denpasar. Pemilihan subjek dilakukan dengan metode cluster random sampling di mana peneliti terlebih dahulu mengumpulkan nama-nama sekolah dasar di Denpasar yang kemudian diundi untuk menentukan sekolah dasar mana yang terpilih. Responden ditetapkan dengan kriteria berusia 11-12 tahun, laki-laki dan

perempuan, sehat jasmani dan rohani, mampu berkomunikasi baik lisan maupun tulisan dan bersedia menjadi responden. Pengambilan data dilakukan sebelum menjelang Ujian Nasional tingkat sekolah dasar tepatnya pada bulan Februari, pada saat siswa kelas VI sekolah dasar sedang menjalani masa try out dalam rangka menjelang Ujian Nasional.

Tempat penelitian

Responden dalam penelitian ini adalah 100 siswa kelas VI sekolah dasar baik laki-laki dan perempuan yang merupakan siswa sekolah dasar Negeri Tulanganmpiang Denpasar. Penelitian ini dilaksanakan bulan Februari, pada saat siswa kelas VI sekolah dasar sedang menjalani masa try out dalam rangka menjelang Ujian Nasional.

Alat ukur

Dalam penelitian ini, alat ukur yang digunakan adalah untuk melihat hubungan antara motivasi belajar dan kecemasan pada siswa kelas VI sekolah dasar di Denpasar menjelang Ujian Nasional. Alat yang digunakan untuk pengumpulan data dalam penelitian ini adalah skala sikap model Likert. Adapun skala yang digunakan dalam penelitian ini adalah Skala Motivasi Belajar dan Skala Kecemasan yang akan dibuat sendiri oleh peneliti. Dimensi-dimensi motivasi belajar yang digunakan dalam skala ini terdiri dari dua dimensi yaitu motivasi intrinsik dan motivasi ekstrinsik, sedangkan dimensi-dimensi kecemasan yang digunakan dalam skala ini terdiri dari empat dimensi yaitu dimensi kognitif, dimensi motorik, dimensi somatik, dan dimensi afektif. Kedua skala disusun dengan dua jenis aitem, yaitu aitem yang searah dengan pernyataan (favorable) dan tidak searah dengan pernyataan (unfavorable). Model skala yang digunakan untuk kedua skala ini adalah modifikasi dari model Likert, dengan empat pilihan jawaban, yaitu SS (Sangat Setuju), S (Setuju), TS (Tidak Setuju), dan STS (Sangat Tidak Setuju). Penilaian terhadap aitem yang favorable adalah SS = 4, S = 3, TS = 2, STS = 1. Sedangkan penilaian terhadap aitem unfavorable adalah SS = 1, S = 2, TS = 3, dan STS = 4.

Metode pengumpulan data

Skala yaitu metode pengumpulan data yang dilakukan dengan menyebarkan daftar pernyataan secara tertulis, agar subjek menjawab sendiri pernyataan-pernyataan tersebut. Skala mengandung pernyataan yang berguna untuk melihat sejauh mana subjek setuju atau tidak setuju dengan pernyataan tersebut (Sugiyono, 2011). Metode pengumpulan data dalam penelitian ini adalah dengan menggunakan dua jenis skala, yaitu skala untuk mengukur motivasi belajar dan skala untuk mengukur kecemasan. Peneliti terlebih dahulu melakukan uji coba alat ukur penelitian sebelum mengadakan

penelitian yang sebenarnya. Pengambilan data uji coba ini dilaksanakan melalui penyebaran skala di Sekolah Dasar Negeri Tulangampiang Denpasar. Peneliti menyebarkan 32 skala yang dibagikan kepada 32 subjek yang bersekolah di Sekolah Dasar Negeri Tulangampiang Denpasar. Jumlah skala yang kembali yaitu jumlahnya 32 skala, sehingga dapat dipergunakan dengan baik dan dapat dianalisis. Uji coba dilaksanakan pada bulan Januari 2013. Peneliti melakukan koordinasi dengan pihak sekolah sehingga pihak peneliti dan pihak sekolah bisa menentukan waktu yang tepat untuk pengujicobaan skala. Melalui uji kesahihan aitem pada skala motivasi belajar diperoleh koefisien korelasi aitem total yang benar yang bergerak dari 0,257 hingga 0,543, sehingga untuk jumlah aitem yang sah pada skala motivasi belajar sebanyak 19 aitem dari awalnya sebanyak 48 aitem. Reliabilitas dengan menggunakan koefisien alfa (α) pada skala motivasi belajar adalah 0,804. Koefisien alfa (α) sebesar 0,804 menunjukkan bahwa skala mencerminkan 80,40% variasi yang terjadi pada skor murni subjek sehingga dapat digunakan untuk mengukur atribut yang dimaksud yaitu motivasi belajar. Berdasarkan hasil koefisien korelasi aitem total yang benar tersebut maka skala ini mempunyai daya keterandalan yang cukup.

Berikut ini tabel yang berisi nomor-nomor aitem gugur setelah dilakukan uji coba dan tabel yang memuat urutan nomor aitem baru setelah nomor aitem lama mengalami penyortiran (dibuang).

Melalui uji kesahihan aitem pada skala kecemasan, diperoleh koefisien korelasi aitem total yang benar yang bergerak dari 0,216 hingga 0,734, sehingga untuk jumlah aitem yang sah pada skala kecemasan ada 40 aitem. Reliabilitas dengan menggunakan koefisien alfa (α) pada skala kecemasan adalah 0,908. Koefisien alfa (α) sebesar 0,908 ini menunjukkan bahwa skala mampu mencerminkan 90,80% variasi yang terjadi pada skor murni subjek yang bersangkutan sehingga dapat digunakan untuk mengukur atribut yang dimaksudkan, yaitu kecemasan. Berdasarkan hasil koefisien korelasi aitem total yang benar, maka skala mempunyai daya keterandalan yang cukup tinggi.

Berikut adalah tabel yang berisi nomor-nomor aitem yang gugur setelah dilakukan uji coba, dan tabel yang memuat urutan nomor aitem baru setelah nomor aitem lama mengalami penyortiran (dibuang).

Dalam penelitian ini peneliti menyebarkan 100 skala yang dibagi kepada 100 subjek. Jumlah skala yang kembali berjumlah 100 skala dan dapat dipergunakan dengan baik untuk dianalisis. Skala yang disebar seluruhnya telah memenuhi syarat yaitu semua aitem pada setiap pernyataan telah terisi sehingga dapat digunakan dalam analisis data. Untuk mengetahui kondisi senyatanya dari subjek penelitian maka dilakukan perbandingan antara mean empiris dan mean teoritis.

Mean teoretis adalah rata-rata skor penelitian. Mean teoretis diperoleh dari angka yang menjadi titik tengah alat ukur penelitian. Rumus mean teoretis adalah sebagai berikut, sebelumnya tentukan rentang skor, rentang skornya yaitu 1 hingga 4 yang diperoleh dari rentang skala favorable dan skala unfavorabel, yang merupakan modifikasi dari skala Likert, sehingga rumus mean teoretis adalah sebagai berikut: $(1 \times \text{jumlah aitem}) + (4 \times \text{jumlah aitem}) : 2$, maka mean teoretis motivasi belajar yaitu $(1 \times 19) + (4 \times 19) : 2 = (19 + 76) : 2 = 95 : 2 = 47,5$, sedangkan mean teoretis kecemasan yaitu $(1 \times 40) + (4 \times 40) : 2 = (40 + 160) : 2 = 200 : 2 = 100$. Mean empiris adalah rata-rata skor data penelitian. Mean empiris diperoleh dari angka yang merupakan rata-rata data penelitian. Mean empiris sama dengan nilai mean, yaitu nilai rata-rata subjek. Dari data yang telah dianalisis untuk variabel motivasi belajar didapatkan hasil mean teoritis sebesar 47,5 yang lebih kecil daripada mean empiris yang sebesar 63,95. Hal ini menunjukkan bahwa rata-rata subjek dalam penelitian ini memiliki tingkat motivasi belajar yang tinggi. Pada variabel kecemasan diperoleh mean teoritis sebesar 100 yang lebih besar dari pada mean empiris yang sebesar 89,73. Hal ini menunjukkan bahwa rata-rata subjek dalam penelitian ini memiliki tingkat kecemasan yang rendah.

Teknik analisis data

Analisis data yang akan dipakai yaitu dengan menggunakan metode teknik korelasi product moment dari Karl Pearson. Namun sebelum metode korelasi product moment dari Karl Pearson dikenakan, terlebih dahulu diperlukan adanya syarat yang harus terpenuhi, yaitu dengan melakukan uji asumsi yang meliputi uji normalitas dan uji linearitas. Uji asumsi memiliki tujuan untuk memeriksa apakah data yang terkumpul memenuhi syarat untuk melakukan pengkorelasian atau tidak. Uji normalitas distribusi data dan uji linearitas variabel dilakukan dengan menggunakan SPSS versi 17.0. Berdasarkan hasil uji normalitas yang dilakukan untuk membandingkan persebaran data dengan kurva distribusi normal. Apabila signifikansi lebih besar dari 0,05 atau 5% ($p > \alpha$), maka data dapat dikatakan memiliki distribusi yang normal.

Uji linieritas bertujuan untuk mengetahui apakah dua variabel mempunyai hubungan yang linier atau tidak secara signifikan. Pengujian pada SPSS dengan melihat nilai test for linearity pada taraf signifikan 0,05. Menurut Priyatno (2008), dua buah variabel dikatakan mempunyai hubungan yang linier apabila tingkat signifikasinya kurang dari 0,05 ($p < \alpha$). Uji linearitas dalam penelitian ini dilakukan dengan menggunakan teknik compare means SPSS 17.0 dengan melalui nilai test for linearity.

Data yang diperoleh dalam penelitian ini dianalisis menggunakan metode teknik korelasi product moment dari

Karl Pearson, pada variabel motivasi belajar memiliki nilai signifikansi dengan probabilitas (p) 0,148 atau mempunyai probabilitas di atas 0,05 ($p > 0,05$). Hal ini menunjukkan bahwa sebaran data pada variabel motivasi belajar bersifat normal. Sebaran data pada variabel kecemasan memiliki nilai signifikansi dengan probabilitas (p) 0,671 atau mempunyai probabilitas di atas 0,05 ($p > 0,05$). Hal ini menunjukkan bahwa sebaran data pada variabel kecemasan bersifat normal.

HASIL PENELITIAN

Pada penelitian ini pengambilan data dilakukan dengan menyebarkan skala 100 skala yang dilakukan hanya sekali yaitu pada bulan Februari pada siswa kelas VI sekolah dasar Negeri Tulangampiang Denpasar.

Data yang diperoleh dari skala yang disebarkan kemudian dianalisis dengan menggunakan metode atau teknik korelasi product moment dari Karl Pearson dilakukan secara komputasi melalui program SPSS versi 17.0, dengan taraf signifikansi 0,05, artinya bahwa kemungkinan penolakan hipotesis yang benar adalah 5 diantara 100. Dengan kata lain kepercayaan terhadap kebenaran hipotesis adalah sebesar 95%. Uji korelasi ini menggunakan uji 1 ekor (one-tailed) karena hipotesis pada penelitian ini berarah tunggal yang berarti arah hubungan bersifat negatif.

Tabel 1
Hasil Uji Korelasi

		MB	Cemas
MB	Pearson Correlation	1	-.303**
	Sig. (1-tailed)		.001
	N	100	100
Cemas	Pearson Correlation	-.303**	1
	Sig. (1-tailed)	.001	
	N	100	100

Sumber : SPSS 17.0

Melalui hasil pengolahan secara komputasi diperoleh nilai koefisien korelasi (r) sebesar -0,303. Koefisien korelasi yang diperoleh sebesar (-) 0,303 menunjukkan adanya hubungan antara variabel motivasi belajar dan variabel kecemasan, sedangkan tanda negatif (-) menunjukkan bahwa semakin rendah motivasi belajar maka akan mengakibatkan semakin tinggi kecemasan. Begitu pula sebaliknya bila semakin tinggi motivasi belajar maka akan menyebabkan semakin rendah kecemasan. Hal ini memiliki arti bahwa kedua variabel memiliki hubungan atau saling berkorelasi negatif.

Koefisien determinasi (r^2) diperoleh dengan mengkuadratkan nilai r (-0,303) sehingga didapatkan hasil r^2 sebesar 0,092. Koefisien determinasi menunjukkan besarnya peran atau sumbangan yang dapat diberikan dari variabel bebas terhadap variabel tergantung. Dalam penelitian ini, sumbangan dari variabel motivasi belajar terhadap kecemasan sebesar 9,2%, sedangkan sumbangan selain dari variabel

KECEMASAN MENJELANG UJIAN NASIONAL

motivasi belajar terhadap variabel kecemasan adalah sebesar 90,8% yang diperoleh dari faktor-faktor lain.

Dari korelasi variabel motivasi belajar dan variabel kecemasan, diperoleh angka probabilitas (p) 0,001, yang mencerminkan $p < 0,05$. Hal ini berarti bahwa hipotesis alternatifnya diterima, yang menyatakan bahwa ada hubungan negatif antara motivasi belajar dan kecemasan pada siswa kelas VI Sekolah Dasar di Denpasar diterima. Jadi kesimpulannya ada hubungan negatif dan signifikan antara motivasi belajar dan kecemasan.

Skala motivasi belajar dan skala kecemasan dalam penelitian ini dikategorisasikan ke dalam empat golongan. Tujuan dari penggolongan ini adalah untuk menempatkan subjek ke dalam kelompok yang terpisah secara berjenjang menurut kontinum berdasarkan atribut yang diukur (Azwar, 2000). Norma untuk pembuatan kategorisasi skor adalah sebagai berikut :

Tabel 2

Kategorisasi Skor pada Skala Motivasi Belajar dan Skala Kecemasan

Skor	Kategorisasi
$X \leq (\mu - 1,5 \sigma)$	Sangat Rendah
$(\mu - 1,5 \sigma) < X \leq (\mu - 0,5 \sigma)$	Rendah
$(\mu - 0,5 \sigma) < X \leq (\mu + 0,5 \sigma)$	Sedang
$(\mu + 0,5 \sigma) < X \leq (\mu + 1,5 \sigma)$	Tinggi
$(\mu + 1,5 \sigma) < X$	Sangat Tinggi

Skala motivasi belajar terdiri dari 19 aitem yang masing-masing aitem memiliki skor favorable dan unfavorable yaitu 1, 2, 3, dan 4. Dengan demikian, skala motivasi belajar memiliki skor terkecil atau minimal sebesar 19 (19×1), skor terbesar atau maksimal sebesar 76 (19×4) sehingga memiliki rentangan skor skala sebesar 57 ($76 - 19$). Pada skala ini diperoleh standar deviasi (σ) sebesar 9,5 ($57 : 6$) dan mean teoritis (μ) sebesar 47,5 [$(19 + 76) : 2$]. Hasil perhitungan untuk skala motivasi belajar dapat dilihat pada tabel berikut :

Tabel 3

Deskripsi Statistik Data Penelitian Skala Motivasi Belajar

Deskripsi Data	Motivasi Belajar
X min	19
X max	76
Mean teoritis (μ)	$(19 + 76) : 2 = 47,5$
Standar deviasi (σ)	$(57 : 6) = 9,5$
Range	$(76 - 19) = 57$

Kategorisasi skala motivasi belajar dapat dilihat pada tabel berikut :

Tabel 4

Kategorisasi Subjek pada Skala Motivasi Belajar

Variabel	Rentang Nilai	Kategori	Subjek	Persentase
Motivasi Belajar	$X \leq 33$	Sangat Rendah	0 orang	0%
	$33 < X \leq 42,75$	Rendah	0 orang	0%
	$42,75 < X \leq 52,25$	Sedang	2 orang	2%
	$52,25 < X \leq 61,75$	Tinggi	25 orang	25%
	$61,75 < X$	Sangat Tinggi	73 orang	73%
Jumlah			100 orang	100 %

Analisis kategorisasi pada skala motivasi belajar menunjukkan bahwa subjek yang termasuk dalam kategori

sangat tinggi ada 73%, kategori tinggi ada 25% dan kategori sedang ada 2%. Melalui tabel diatas, berarti 73 orang termasuk dalam kategori sangat tinggi, 25 orang masuk dalam kategori tinggi dan dua orang masuk dalam kategori sedang.

Banyaknya aitem yang disajikan pada skala kecemasan berjumlah 40 aitem yang masing-masing aitem memiliki skor favorable dan unfavorable yaitu 1, 2, 3, dan 4. Dengan demikian skala kecemasan memiliki skor terkecil atau minimal sebesar 40 (40×1), skor terbesar atau maksimal sebesar 160 (40×4) sehingga skala ini memiliki rentangan skor sebesar 120 ($160 - 40$). Pada skala ini diperoleh standar deviasi (σ) sebesar 20 ($120 : 6$) dan mean teoritis (μ) sebesar 100 [$(40 + 160) : 2$]. Hasil perhitungan untuk skala kecemasan dapat dilihat pada tabel berikut:

Tabel 5

Deskripsi Statistik Data Penelitian Skala Kecemasan

Deskripsi Data	Kecemasan
X min	40
X max	160
Mean teoritis (μ)	$(40 + 160) : 2 = 100$
Standar Deviasi (σ)	$(120 : 6) = 20$
Range	$(160 - 40) = 120$

Kategorisasi skala kecemasan dapat dilihat pada tabel berikut:

Tabel 6

Kategorisasi Subjek pada Skala Kecemasan

Variabel	Rentang Nilai	Kategori	Subjek	Persentase
Kecemasan	$X \leq 70$	Sangat Rendah	2 Orang	2%
	$70 < X \leq 90$	Rendah	38 Orang	38%
	$90 < X \leq 110$	Sedang	57 Orang	57%
	$110 < X \leq 130$	Tinggi	3 Orang	3%
	$130 < X$	Sangat Tinggi	0 Orang	0%
Jumlah			100 Orang	100 %

Analisis kategorisasi pada skala kecemasan menunjukkan bahwa subjek yang termasuk dalam kategori sangat tinggi ada 0%, kategori tinggi ada 3% kategori sedang ada 57%, kategori rendah ada 38% dan kategori sangat rendah ada 2% . Melalui katagori subjek pada skala kecemasan diatas, berarti nol orang masuk dalam kategori sangat tinggi, tiga orang masuk kategori tinggi, 57 orang masuk dalam kategori sedang, 38 orang masuk dalam kategori rendah dan dua orang masuk dalam kategori sangat rendah.

Dari keseluruhan analisis yang telah dilakukan maka dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan negatif yang sangat signifikan antara motivasi belajar dan kecemasan pada siswa kelas VI sekolah dasar menjelang Ujian Nasional. Hal ini dapat dilihat dari koefisien korelasi (r) sebesar (-) 0,303 dan angka probabilitas $p = 0,000$. Sumbangan variabel motivasi belajar terhadap kecemasan dapat dilihat dari koefisien determinasi (r^2) yaitu 0,092 yang memiliki arti bahwa sumbangan variabel motivasi belajar terhadap variabel kecemasan sebesar 9,2%, sedangkan 90,8% dipengaruhi oleh faktor lain diluar variabel motivasi belajar.

PEMBAHASAN DAN KESIMPULAN

Hipotesis penelitian ini yang berbunyi ada hubungan negatif antara motivasi belajar dan kecemasan pada siswa kelas VI sekolah dasar menjelang Ujian Nasional dapat diterima. Dapat diterimanya hipotesis dilihat dari hasil analisis statistik yang menggunakan teknik korelasi product moment dari Karl Pearson yaitu koefisien korelasi (r) antara variabel motivasi belajar dan variabel kecemasan adalah $-0,303$ dan angka probabilitas yang didapat sebesar $0,001$ ($p < 0,05$) yang berarti bahwa kedua variabel saling berkorelasi negatif secara signifikan. Artinya, bila terjadi peningkatan pada variabel motivasi belajar maka akan terjadi penurunan pada variabel kecemasan.

Siswa kelas VI sekolah dasar yang memiliki motivasi belajar yang tinggi adalah siswa yang mampu merespon situasi secara baik terhadap diri sendiri dan mampu untuk mengatasi kecemasan saat menjelang Ujian Nasional. Siswa yang mempunyai motivasi belajar yang tinggi akan memiliki banyak energi untuk melakukan kegiatan belajar sehingga dengan motivasi belajar yang terdapat dalam diri siswa, maka siswa akan berusaha mengadakan perubahan tingkah laku yang lebih baik dalam memenuhi kebutuhan. Dengan mempunyai motivasi belajar yang tinggi, siswa sekolah dasar kelas VI akan mampu mengatasi kecemasannya saat menjelang Ujian Nasional sebagai suatu tantangan yang harus dihadapi untuk menuju keberhasilan. Siswa yang memiliki motivasi belajar yang tinggi juga akan dapat mengatasi permasalahan kecemasan yang dapat mengganggu proses pelaksanaan Ujian Nasional yang dihadapi yang nantinya dapat berimbas pada hasil akhir Ujian Nasional yang dihadapi. Motivasi merupakan langkah awal terjadinya pembelajaran yang baik karena pembelajaran dikatakan baik jika tujuan awal, umum, dan khususnya tercapai. Sebaliknya, jika siswa kelas VI sekolah dasar yang memiliki motivasi belajar yang rendah, cenderung akan mengalami kecemasan ketika menjelang Ujian Nasional. Jika kecemasan dibiarkan berkelanjutan, maka akan mengakibatkan tidak teratasinya permasalahan yang dihadapi oleh siswa, sehingga siswa tidak mampu untuk mengendalikan diri. Siswa akan memandang Ujian Nasional sebagai beban dan hal ini tentu saja membuat siswa merasa bahwa Ujian Nasional adalah hal yang menakutkan (Santrock, 2007)

Berdasarkan uraian di atas, maka pada penelitian ini diketahui bahwa nilai koefisien determinasinya (r^2) adalah $0,092$. Nilai ini memiliki arti bahwa sumbangan variabel motivasi belajar terhadap variabel kecemasan yaitu sebesar $9,2\%$, sedangkan $90,8\%$ dipengaruhi oleh faktor lain di luar variabel motivasi belajar. Faktor-faktor yang mempengaruhi kecemasan siswa selain motivasi belajar yaitu lingkungan, sarana dan fasilitas, kondisi fisiologis atau kesehatan, dan kondisi psikologis.

Siswa tidak dapat menghindarkan diri dari lingkungan alami dan lingkungan sosial budaya. Interaksi dari keduanya akan mengisi kehidupan siswa dalam belajar di sekolah. Keduanya mempunyai pengaruh yang signifikan terhadap motivasi belajar siswa di sekolah. Sarana dan fasilitas juga mempunyai arti penting dalam mengurangi kecemasan pada siswa. Suatu sekolah yang kekurangan ruang kelas, sementara jumlah siswa melebihi daya tampung kelas maka akan menimbulkan masalah seperti kegiatan belajar mengajar berlangsung kurang kondusif. Hal ini akan mengakibatkan ketidaknyamanan siswa dalam belajar di sekolah (Djamarah, 2002). Permasalahan tersebut jika dilihat secara kondisi fisiologis atau kesehatan pada umumnya sangat berpengaruh terhadap kemampuan belajar siswa. Nasution dkk. (dalam Djamarah, 2002) menyatakan bahwa siswa yang kekurangan gizi memiliki kemampuan dibawah siswa yang tidak kekurangan gizi. Siswa yang kekurangan gizi akan mudah lelah, mudah mengantuk, dan sukar menerima pelajaran sehingga akan mudah juga merasa cemas dalam menghadapi situasi tertentu seperti Ujian Nasional. Kemudian kondisi psikologis, karena belajar pada hakikatnya adalah proses psikologis oleh karena itu minat, kecerdasan, bakat, motivasi belajar, dan kemampuan kognitif adalah faktor psikologis yang utama mempengaruhi proses dan hasil belajar siswa (Djamarah, 2002).

Kemudian dapat dijelaskan melalui gambaran deskripsi data penelitian tampak bahwa pada variabel motivasi belajar diperoleh mean teoretis sebesar $47,5$ dan mean empiris sebesar $63,95$. Hal ini menunjukkan bahwa rata-rata subjek dalam penelitian ini memiliki motivasi belajar yang tinggi (mean teoretis < mean empiris), sedangkan untuk variabel kecemasan mean teoretis 100 dan mean empiris $89,73$ sehingga dapat disimpulkan bahwa rata-rata subjek dalam penelitian ini memiliki kecemasan yang rendah (mean teoretis > mean empiris). Melalui uraian hasil deskripsi data penelitian, tampak bahwa subjek dalam penelitian ini memiliki motivasi belajar yang tinggi dan kecemasan yang rendah. Dari hasil kategorisasi skor yang diperoleh subjek pada skala motivasi belajar diketahui ada dua orang (2%) yang masuk dalam kategori sedang, 25 orang (25%) yang masuk dalam kategori tinggi dan 73 (73%) yang masuk dalam kategori sangat tinggi. Secara keseluruhan dapat disimpulkan bahwa siswa kelas VI Sekolah Dasar Negeri Tulangampiang Denpasar mempunyai motivasi belajar yang tinggi. Untuk kategorisasi skor subjek pada skala kecemasan diketahui ada dua orang (2%) yang masuk dalam kategori sangat rendah, 38 orang (38%) yang masuk dalam kategori rendah, 57 orang (57%) yang masuk dalam kategori sedang, dan tiga orang (3%) yang masuk dalam kategori tinggi. Hal ini menunjukkan bahwa siswa kelas VI Sekolah Dasar Negeri Tulangampiang Denpasar mempunyai kecemasan yang rendah.

Dengan demikian, setelah melalui prosedur penelitian dan analisis data yang sesuai, penelitian ini telah tercapai tujuannya yaitu mampu mengetahui bahwa motivasi belajar mempunyai hubungan yang negatif dengan kecemasan pada siswa kelas VI Sekolah Dasar Negeri Tulangampiang Denpasar serta berhasil membuktikan hipotesis yang berbunyi ada hubungan yang negatif antara motivasi belajar dan kecemasan pada siswa kelas VI Sekolah Dasar Negeri Tulangampiang Denpasar menjelang Ujian Nasional.

Berdasarkan hasil penelitian ini, maka dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan negatif yang sangat signifikan antara motivasi belajar dan kecemasan pada siswa kelas VI sekolah dasar menjelang Ujian Nasional. Hal ini dapat dilihat dari koefisien korelasi (r) sebesar (-) 0,303 dan angka probabilitas $p = 0,000$. Sumbangan variabel motivasi belajar terhadap kecemasan dapat dilihat dari koefisien determinasi (r^2) yaitu 0,092 yang memiliki arti bahwa sumbangan variabel motivasi belajar terhadap variabel kecemasan sebesar 9,2%, sedangkan 90,8% dipengaruhi oleh faktor lain diluar variabel motivasi belajar.

Dari penelitian yang telah dilakukan ada beberapa saran yang dapat disampaikan antara lain saran praktis bagi para Guru dan Kepala Sekolah Sekolah Dasar Negeri Tulangampiang. Hasil penelitian ini hendaknya dapat dijadikan pedoman dalam meminimalisir kecemasan siswa menjelang Ujian Nasional dengan cara memberikan motivasi belajar pada siswa secara berkesinambungan menjelang Ujian Nasional seperti memberikan pelajaran tambahan terutama pada pelajaran yang diujikan dan lebih sering mengadakan latihan soal atau try out. Bagi orang tua hasil penelitian ini hendaknya dapat dijadikan pedoman bagi orang tua untuk menyediakan sarana, fasilitas, dan kondisi lingkungan baik fisiologis maupun psikologis yang dapat menumbuhkan minat untuk belajar. Selain itu orang tua juga memberikan dorongan untuk mengikuti bimbingan belajar di luar jam pelajaran di sekolah secara terarah sehingga diharapkan dapat menurunkan kecemasan menjelang Ujian Nasional. Bagi siswa kelas VI Sekolah Dasar Negeri Tulangampiang hasil penelitian ini dijadikan pedoman untuk menumbuhkan motivasi belajar siswa baik secara intrinsik maupun secara ekstrinsik pada diri siswa sehingga siswa dapat menempuh Ujian Nasional dengan baik. Bagi peneliti selanjutnya agar dapat menajamkan latar belakang permasalahan sehingga lebih fokus dan tepat dalam membidik atau mengkaji permasalahan, menggunakan teori yang lebih relevan terhadap variabel penelitian dan memfokuskan subjek penelitian yang terkait dengan teori motivasi belajar, menggunakan metode pengambilan sampel, metode analisis data, dan jenis penelitian lain yang tepat agar memperkaya kajian atau pembahasan penelitian selanjutnya yang masih terkait dengan topik penelitian ini.

DAFTAR PUSTAKA

- Akuntono, I. (2012). Ini Dia Hasil Uji Petik UN Versi Kemdikbud, (online): <http://edukasi.kompas.com/read/2012/04/20/22280081/Ini.Dia.Hasil.Uji.Petik.UN.Versi.Kemdikbud>, diakses 7 March 2013.
- Alhudaya, T. (2012). Bekal Mental Peserta Ujian Nasional, (online): <http://bangka.tribunnews.com/2012/05/07/bekal-mental-peserta-ujian-nasional>, diakses 6 March 2013.
- Arikunto, S. (2010). *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktik*, Jakarta: Rineka Cipta.
- Arini, S. (2012). *Pengaruh Tingkat Intelegensi dan Motivasi Belajar Terhadap Prestasi Akademik Siswa Kelas II SMA Negeri 99 Jakarta*. Universitas Gunadarma.
- Atkinson, dkk. (1996). *Pengantar Psikologi*. Jilid Kedua. Edisi Kedelapan, Jakarta: Erlangga.
- Azwar, S. (2000). *Penyusunan Skala Psikologi*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Azwar, S. (2000). *Tes Prestasi*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar
- Azwar, S. (2010). *Reliabilitas dan Validitas*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Boediono, & Koster, W. (2004). *Teori dan Aplikasi Statistika dan Probabilitas*. Bandung: PT Remaja Rosdakarya.
- Chaplin, J.F. (2001). *Kamus Lengkap Psikologi*, Terjemahan. Jakarta: Rajawali.
- Colbert. (2011). *Stress Cara Mencegah dan Menanggulangnya*. Cetakan Pertama, Denpasar: Udayana University Press.
- Daradjat, Z. (2007). *Kesehatan Mental*. Edisi Keenambelas. Jakarta: CV Haji Masagung.
- Daswia. (2006). *Hubungan Tingkat Kecemasan dengan Prestasi Belajar Siswa Kelas VII Berdasarkan Jenis Kelaminnya*. Skripsi, Bandung: UPI.
- Djamarah, B.S. (2002). *Psikologi Belajar*. Cetakan Pertama, Jakarta: PT Rineka Cipta.
- Elliot, S.N., Kratochwill, T.R., Littlefield, J., & Traver, J.F., (1996). *Educational Psychology*. 2nd Ed. Madition: Brown and Banchmack Company.
- Galloway. (1976). *Psychology for Learning and Teaching*. New York: Mc Graw-Hill Book Company.
- Goleman, D. (1997). *Kecerdasan Emosional*. Terjemahan: Hermaya. Jakarta: PT Gramedia Pustaka Utama.
- Iskandar. (2009). *Psikologi Pendidikan Sebuah Orientasi Baru*. Ciputat: Gaung Persada Press.
- Kumbayono. (2012). *Hubungan Perilaku Merokok dan Motivasi Belajar Anak Usia Remaja Di SMK Bina Bangsa Malang*. *Majalah Kesehatan Fakultas Kedokteran Universitas Brawijaya*, Malang.
- Lazarus, R.S. (1976). *Pattem of Adjusment and Human Effectiveness*. Tokyo :McGrawhill Kogausha.
- Lubis, N.L. (2009). *Depresi Tinjauan Psikologis*. Cetakan Pertama, Jakarta: Kencana.
- Maramis, F.W. (2004). *Catatan Ilmu Kedokteran Jiwa*. Surabaya: Airlangga University Press.
- Marhaeni. (2007). *Portofolio Assessment, Achievement Motivation and English Writing Ability (An Experimental Research Report)*. *Jurnal Pendidikan dan Pengajaran UNDIKSHA*, No 4.Th xxxx Oktober 2007.

- Mc Donald,P.(2009). Sehatkah Jiwa dan Kepribadian Anda?. Cetakan Pertama, Jogjakarta: Mirza Media Pustaka.
- Nasution, Noehi.(1989). Materi Pokok Psikologi Pendidikan. Cet.III. Jakarta: Haji Masagung.
- Nevid,J.S.,Rathus,S.A.,& Greene,B., (2005). Psikologi Abnormal. Edisi Kelima.Jilid I.Alih Bahasa: Jeanette Murad,dkk.Jakarta: Erlangga.
- Notoatmodjo,S. (2010). Metodologi Penelitian Kesehatan, Jakarta: Rineka Cipta.
- Nugraheni,F. (2009). Hubungan Motivasi Belajar Terhadap Hasil Belajar Mahasiswa. Studi Kasus pada Mahasiswa Fakultas Ekonomi Universitas Muria Kudus.
- Nurlaila,S. (2011). Pelatihan Efikasi Diri untuk Menurunkan Kecemasan pada Siswa-Siswi yang Akan Menghadapi Ujian Akhir Nasional. GUIDENA, Vol.1,NO.1, September. Universitas Muhammadiyah Metro.
- Nursalam, (2003). Konsep dan Penerapan Metodologi Penelitian Ilmu Keperawatan, Jakarta: Salemba Medika.
- Post. (1978). Definisi Kecemasan.(online). Tersedia di: <http://www.definisikecemasan//pengertian.com>.
- Priyatno, D. (2008). Mandiri Belajar SPSS. Yogyakarta: Mediakom.
- Riduwan. (2009). Pengantar Statistika Sosial. Cetakan Kedua, Bandung: Alfabeta.
- Riyanto,A. (2009). Pengolahan dan Analisis Data Kesehatan, Yogyakarta: Nuha Medika.
- Santoso,Singgih. (2003). Buku Latihan SPSS: Statistik Parametrik.Jakarta: PT Alex Media Kompetindo.
- Santrock,J.W. (2007). Psikologi Pendidikan. Terjemahan: Wibowo,T. Jakarta: Kencana Prenada Media Group.
- Sardiman. (2011). Interaksi dan Motivasi Belajar Mengajar. Cetakan Keduapuluh, Jakarta: PT RajaGrafindo Persada.
- Singgih D Gunarsa, (2008). Psikologi Olahraga Prestasi. Jakarta: Gunung Mulia
- Subini,N. (2011). Mengatasi Kesulitan Belajar Pada Anak. Cetakan Pertama, Jogjakarta: Javalitera.
- Sudrajat,A. (2008). Upaya Mencegah Kecemasan Siswa di Sekolah, (online): <http://akhmadsudrajat.wordpress.com/2008/07/01/upaya-mencegah-kecemasan-siswa-di-sekolah/>, diakses 9 March 2013.
- Sudjana,N.(1999). Tuntunan Penyusunan Karya Ilmiah. Bandung: Sinar Baru Algensindo.
- Sugiyono. (2011). Metode Penelitian Kuantitatif,Kualitatif,dan R&D. Cetakan Ketigabelas, Bandung: Alfabeta.
- Supandi, (2011). Menyiapkan Kesuksesan Anak Anda. Jakarta: PT Gramedia pustaka utama.
- Suryabrata,S. (2000). Metodologi Penelitian. Cetakan Keduabelas, Jakarta: PT RajaGrafindo Persada.
- Sukmadinata,N.S. (2003). Landasan Psikologi Proses Pendidikan. Bandung: PT Remaja Rosdakarya.
- Suryani,A.O. (2007). Gambaran Sikap Terhadap Hidup Menjelang dan Kecemasan akan Ketidakhadiran Pasangan Pada Wanita Lajang Berusia di Atas 30 Tahun. Jurnal Ilmiah Psikologi Manasa.1 (1), 75-93.
- Syah,M. (2011). Psikologi Belajar. Cetakan Kesebelas, Jakarta: PT RajaGrafindo Persada.
- Syamsu,Yusuf,L.N. (2006). Psikologi Perkembangan Anak dan remaja. Bandung : Remaja Rosdakarya.
- Taylor,S.E. (2006). Health Psychology. Singapore: Mc.Graw Hill. Inc.
- Tresna. (2011). Efektivitas Konseling Behavioral dengan Teknik Desensitisasi Sistematis untuk Mereduksi Kecemasan Menghadapi Ujian.Edisi khusus 1 Agustus 2011:90-104
- Uno,B.H. (2008). Teori Motivasi dan Pengukurannya. Jakarta: PT Bumi Angkasa.
- Winkel,W.S. (2004). Psikologi Pengajaran. Yogyakarta: Media Abadi.
- . (2012). Sejumlah Siswa Mengaku Cemas Hadapi UN, (online): <http://www.antaraneews.com/berita/1334398182/sejumlah-siswa-mengaku-cemas-hadapi-un>, diakses 6 March 2013.