

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Pendidikan merupakan salah satu upaya yang penting bagi bangsa dalam meningkatkan pembangunan suatu Negara. Pendidikan yang diselenggarakan di Indonesia berupaya untuk mencerdaskan kehidupan bangsa dalam rangka mewujudkan pendidikan Nasional yakni masyarakat yang adil makmur dan sejahtera baik dari segi material maupun spiritual, juga membentuk manusia Indonesia seutuhnya yakni manusia yang beriman dan bertaqwa kepada Tuhan Yang Maha Esa sebagaimana yang tertuang di dalam Undang-undang No 2 Tahun 2003 tentang sistem pendidikan Nasional yang berbunyi: Pendidikan nasional berfungsi mengembangkan kemampuan dan membentuk watak serta peradapan bangsa yang bermartabat dalam rangka mencerdaskan kehidupan bangsa, bertujuan untuk berkembangnya potensi peserta didik agar menjadi manusia yang beriman dan bertaqwa kepada Tuhan Yang Maha Esa, berakhlak mulia, sehat, berilmu, cakap, kreatif, mandiri, dan menjadi warga Negara yang demokratis serta bertanggung jawab.¹

Ujian adalah suatu cara untuk mengadakan penilaian yang berbentuk suatu tugas atau serangkaian tugas yang harus dikerjakan oleh anak sehingga menghasilkan suatu nilai tentang tingkah laku atau anak tersebut, yang dapat

¹Undang-undang RI No. 20 tahun 2003, *Sistem Pendidikan Nasional*, (Yogyakarta : Media nadi, 2003), h. 11

dibandingkan dengan nilai yang dicapai oleh anak-anak lain atau dengan nilai standar yang ditetapkan.

Apabila rumusan ini diterima, maka akan ditemukan unsur-unsur sebagai berikut:

1. Bahwa ujian itu berbentuk suatu tugas
2. Bahwa ujian itu diberikan kepada anak didik untuk dikerjakan
3. Bahwa respon anak perlu dinilai²

Setiap orang tentunya memiliki pengalaman dengan ujian. Ujian adalah alat atau teknik pengukuran yang digunakan untuk mengukur perilaku atau membantu memahami atau memprediksi perilaku. Sebagai contoh, sebuah ujian mengeja mengukur seberapa baik seseorang mengeja atau seberapa baik seseorang telah belajar mengeja daftar kata-kata tertentu. Beberapa minggu kedepan, instruktur akan mengukur seberapa siswa telah mempelajari materi buku ini. Untuk melakukan hal tersebut, instruktur mungkin memberikan siswa sebuah ujian.

Seperti yang diketahui, ujian yang diberikan oleh instruktur mungkin tidak dapat mengukur pemahaman secara keseluruhan terhadap sebuah materi. Hal tersebut terjadi karena ujian hanya mengukur sebuah sampel perilaku dan kesalahan selalu berkaitan dengan proses pengambilan sampel. Skor ujian tidak mengukur secara sempurna suatu perilaku atau karakteristik, tetapi sangat membantu dalam hal proses prediksi sebagaimana yang akan anda ketahui³

²Sudirman, Tabrani Rusyan, Zainal Arifin, Toto Fathoni, *Ilmu Pendidikan* (Bandung : PT Remaja Rosdakarya, 1987), h.243

³ Robert M. Kaplan, *Pengukuran Psikologi, Prinsip, Penerapan, dan Isu*, (Jakarta : Salemba Humanika, 2009)h.

Kecemasan bisa saja terjadi karena perasaan takut yang disebabkan adanya pikiran negatif yaitu takut tidak bisa menjawab soal-soal ujian yang dihadapinya sehingga mencakupi kegelisahan kuat pada dirinya dan merasa tidak mampu dalam menghadapi ujian.

Kita semua pasti pernah merasakankecemasan, Orang yang menderita kecemasan mengalami suatu keadaan emosi yang tidak menyenangkan yang dicirikan oleh ketegangan, kegugupan, debaran jantung, tremor, mual, imobilitas, ketidakmampuan berfikir jernih,dan diperkirakan bahwa sekitar 5% dari populasi menderita kecemasan kronis, dan jumlah wanita biasanya melebihi jumlah pria dalam perbandingan dua banding satu.⁴

Kecemasan bisa juga dirasakan oleh peserta didik dalam menghadapi ujian. Yang mana semua siswa diuji ataupun dites lewat soal-soal yang diberikan untuk mengetahui dari hasil belajar siswa diakhir ajaran yang telah dipelajari pada semester. Adanya ujian membuat peserta didik mengalami kecemasan, dikarenakan mereka kurang percaya dalam menjawab soal-soal dan mereka takut akan kegagalan.

Diantara telah paling dini tentang reaksi-reaksi peserta ujian terhadap situasi ujian adalah telah berhubungan dengan kecemasan ujian. Tidak diragukan, minat awal terhadap jenis respon ini dan stimulasi oleh vasibilitas dan efek-efek yang tampak merusak kinerja. Dalam penyelenggaraan ujian, banyak praktik yang dirancang untuk meningkatkan rapor berfungsi juga mengurangi kecemasan ujian. Prosedur-prosedur yang berkecenderungan menghapus kejutan dan rasa

⁴Antony Kidman, *Bagaimana Mengubah Kehidupan Anda*, (Jakarta: Binarupa Aksara, 1992), h. 9

asing pada situasi ujian dan dapat menjamin serta mendorong peserta ujian, tentu saja bisa membantu meredakan kecemasan. Sikap menguji dan operasi ujian yang berjalan mulus serta diorganisasi dengan baik, akan memberikan sumbangan yang sama penting pada sasaran tersebut.⁵

Dalam Al-qur'an cemas atau kecemasan disebut dengan kata *Al-khauf* sedang takut ketakutan disebut dengan istilah *khasyyah*. Salah satu ayat Al-qur'an menerangkan bahwa rasa cemas atau kecemasan merupakan bagian dari kondisi hidup manusia. Allah menjadikan kecemasan itu sebagai bagian dari ujian terhadap manusia terutama untuk melihat sejauh mana kesabaran manusia dalam menghadapinya.

Karena kecemasan merupakan cobaan maka dengan usaha yang sungguh-sungguh manusia akan bisa mengatasi kecemasan itu seberat apapun yang menyimpannya, dalam beberapa ayat Al-qur'an diterangkan bahwa kecemasan itu bisa diatasi dengan mengikuti petunjuk-petunjuk Allah sendiri.⁶ Firman Allah SWT surah Al Baqarah Ayat : 38

قُلْنَا اهْبِطُوا مِنْهَا جَمِيعًا ۖ فَإِمَّا يَأْتِيَنَّكُمْ مِنِّي هُدًى فَمَنْ تَبِعَ هُدَايَ فَلَا خَوْفٌ عَلَيْهِمْ وَلَا هُمْ يَحْزَنُونَ

Berdasarkan beberapa teori kecemasan di atas, kecemasan terjadi karena siswa tidak yakin dengan kemampuan dalam mengatasi tugas-tugas akademiknya seperti, hasil belajar yang rendah, tidak tuntasnya pembelajaran yang dilakukan,

⁵Anne Anastasi & Susana Urbina, *Tes psikologi* , (Jakarta : PT Indeks, 2006), h.22

⁶ Abdul Hayat, *Konsep – konsep konseling berdasarkan ayat-ayat Al-qur'an*, (Banjarmasin : Antasari Press), h. 66-67

buruknya pengaturan belajar siswa itu sendiri. Kemudian kecemasan juga timbul karena siswa takut tidak lulus dalam ujian.

Berkaitan dengan ujian banyak siswa yang cemas dengan datangnya ujian, adanya rasa takut itu menyebabkan para siswa memilih cara mereka masing-masing, baik itu cara yang baik ataupun curang.

Dengan dilaksanakannya cara atau berupa upaya oleh pihak sekolah maupun guru bimbingan konseling untuk mengatasi permasalahan yang mencemaskan diri para siswa dalam menghadapi ujian, maka ada kemungkinan kecemasan tersebut akan berkurang.

Berangkat dari uraian latar belakang masalah di atas dan fenomena-fenomena yang terjadi mengenai kecemasan siswa dalam menghadapi ujian, begitu pula yang terjadi di MTsN 1 Pelaihari terdapat masalah pada siswa yang mengalami rasa cemas sebelum ujian. pada dasarnya siswa mengalami rasa cemas ujian. Mereka takut untuk hasil nilai yang jelek. Hal ini yang mendorong peneliti untuk melakukan penelitian dengan judul **“Upaya Guru Bimbingan dan Konseling dalam Mengatasi Rasa Cemas Siswa Menghadapi Ujian di MTsN 1 Pelaihari**

B. Definisi Operasional

1. Pengertian upaya

Upaya adalah usaha yang dilakukan guru untuk mencari jalan keluar dari masalah yang dihadapi siswa. Usaha untuk mencapai tujuan dalam mengatasi rasa cemas siswa menghadapi ujian disekolah.

2. Pengertian Bimbingan Konseling

Definisi Bimbingan dan Konseling (BK) yaitu Serangkaian kegiatan berupa bantuan yang dilakukan oleh seorang ahli kepada konseli dengan cara tatap muka, baik secara individu atau beberapa orang dengan memberikan pengetahuan tambahan untuk mengatasi permasalahan yang dialami oleh konseling, dengan cara terus menerus dan sistematis.⁷

Bimbingan konseling yang dimaksud adalah untuk mengarahkan siswa melakukan kegiatan belajar yang efisien. Membimbing siswa dalam belajar disekolah maupun diluar sekolah.

3. Pengertian Cemas

Cemas adalah emosi dan merupakan pengalaman subyektif individual, mempunyai kekuatan tersendiri dan sulit untuk diobservasi secara langsung. Perawat dapat mengidentifikasi cemas lewat perubahan tingkh laku klien. Stuart (1996) mendefinisikan cemas sebagai emosi tanpa obyek yang spesifik, penyebabnya tidak diketahui, dan didahului oleh pengalaman baru.⁸

C. Alasan Memilih Judul

Setelah mendapatkan informasi dari hasil wawancara kepada guru MTsN 1 Pelaihari sebagian siswa memang mengalami kecemasan. Alasan penulis mendasari penulis dalam menetapkan judul ini adalah ingin mengetahui lebih dalam permasalahan siswa yang mengalami kecemasan, mengingat betapa

⁷ http://indonesiakonselor.blogspot.com/2012/12/pengertian-bimbingan-dan-konseling_18.html, di akses 9 Juni 2015, Jam 22:56.

⁸ <http://yh4princ3ss.wordpress.com/2010/04/19/pengertian-cemas/>, di akses 06 Januari 2015, jam 19:00.

pentingnya guru BK disekolah untuk membimbing siswa pada permasalahan yang dihadapi. Mengetahui upaya guru BK dalam membimbing siswa agar tidak terjadi kecemasan yang berlebihan untuk menghadapi ujian.

D. Rumusan Masalah

Berdasarkan penjelasan diatas maka penelitian ini dapat dirumuskan dalam bentuk pertanyaan-pertanyaan sebagai berikut:

1. Bagaimana upaya guru BK dalam mengatasi rasa cemas siswa dalam menghadapi ujian di MTsN 1 Pelaihari ?
2. Tindakan guru BK terhadap siswa yang merasa cemas dalam menghadapi ujian.

E. Tujuan Penelitian

Sesuai dengan permasalahan diatas maka harus ada tujuan untuk mencapai hasil penelitian ini :

1. Untuk mengetahui upaya guru BK dalam mengatasi rasa cemas siswa dalam menghadapi ujian di MTsN 1 Pelaihari.
2. Untuk mengetahui faktor yang dapat mempengaruhi dalam melakukan strategi mengatasi rasa cemas dalam menghadapi ujian di MTsN 1 Pelaihari.

F. Kajian Pustaka

Pertama, skripsi dari Nor Bahjiah dengan judul: *Strategi PAI Dalam Membimbing Pengalaman Ajaran Agama Islam Pada Siswa SMPN Di Kecamatan Pugaan Kabupaten Tabalong*, tahun 2012. Penelitian ini membahas tentang

strategi dalam membimbing siswa dalam mengamalkan ajaran ataupun nilai- nilai yang terkandung dalam materi pelajaran yang telah diajarkan. Keberhasilan dalam membimbing adalah suatu proses belajar mengajar tentang suatu bahan pengajaran dinyatakan berhasil apabila tujuan instruksional Khusus (TIK)-nya dapat tercapai. faktor yang mempengaruhi strategi guru dalam membimbing yaitu :

- a). Dengan tujuan yang jelas
- b). Kemampuan guru
- c). Latar belakang pendidikan dan pengalaman belajar
- d). Faktor siswa atau anak didik.

Kedua, skripsi dari Siti Hadijah dengan judul: *Peran Guru Bimbingan dan Konseling Dalam penanganan Siswa Yang Cemas Sebelum Menghadapi Ulangan Semester di Sekolah Menengah Atas Negeri (SMAN) 1 Gambut*, tahun 2015. Yang mana membahas tentang peranan seorang guru BK

Ketiga, skripsi dari Nor Amelda dengan judul : *Strategi Guru Bimbingan Konseling dalam Mengatasi Kecemasan Siswa Sebelum Menghadapi Ujian Nasional di MTsN Kelayan Banjarmasin*, tahun 2014. Yang di bahas dalam skripsi ini menitik beratkan kepada kecemasan sebelum menghadapi ujian nasional.

Dari ketiga skripsi tersebut sama-sama membahas tentang strategi yang mana ada perbedaan pembahasan dengan judul yang penulis buat. Yang mana penulis di sini menitik beratkan kepada kecemasan siswa dalam menghadapi ujian.

G. Signifikansi Penelitian

1. Dengan adanya penelitian ini sangat berguna terutama bagi diri peneliti sendiri untuk dapat menambah pengetahuan tentang mengatasi anak yang mengalami kecemasan dalam menghadapi ujian.
2. Sebagai masukan untuk penelitian lebih lanjut dalam ruang lingkup yang luas.
3. Menambah wawasan kita tentang mengatasi rasa cemas dalam menghadapi ujian.

H. Sistematika Penulisan

Bab I Pendahuluan, berisikan latar belakang masalah, rumusan masalah, definisi operasional, alasan memilih judul, kajian pustaka, tujuan penelitian, signifikansi penelitian, dan sistematika penulisan.

Bab II Landasan teori, konsep dasar bimbingan dan konseling, pengertian Bimbingan Konseling, Definisi Bimbingan Konseling, Fungsi dan Jenis Bimbingan Konseling, Tujuan Bimbingan Konseling, Pengertian upaya , Alih tangan kasus, Pengertian kecemasan, Pengertian ujian.

Bab III Metode Penelitian, berisikan jenis dan pendekatan penelitian, subjek dan objek penelitian, data dan sumber data, teknik pengumpulan data, dan teknik pengolahan dan analisis data.

Bab IV Pemaparan data penelitian, persiapan penelitian, penyajian data, observasi, wawancara, angket, dokumenter, analisis data.

Bab V kesimpulan dan saran.