

TINGKAT KECEMASAN MAHASISWA MENJELANG UJIAN AKHIR SEMESTER

Annisa Prima Exacta^{1*}, Djatmiko Hidajat²

^{1,2}Program Studi Pendidikan Matematika, Universitas Veteran Bangun Nusantara

*E-mail: annisa.p.exacta@gmail.com

Abstrak

Penelitian ini termasuk penelitian deskriptif dengan pendekatan penelitian kualitatif yang bertujuan untuk mengetahui tingkat kecemasan mahasiswa menjelang ujian akhir semester serta factor-faktor yang mempengaruhi tingkat kecemasan. Subjek penelitian adalah mahasiswa semester 1 program studi pendidikan matematika Universitas Veteran Bangun Nusantara tahun akademik 2016/2017. Sumber data berupa hasil dari angket, observasi, dan wawancara. Metode pengumpulan data dengan metode observasi, metode wawancara dan metode angket yaitu dengan angket *Hamilton Anxiety Rating Scale (HARS)*. Analisis data terdiri dari tiga alur kegiatan yang terjadi secara bersamaan, yaitu reduksi data, penyajian data, dan penarikan kesimpulan/verifikasi data Berdasarkan hasil analisis data diperoleh tingkat kecemasan mahasiswa menjelang ujian akhir semester adalah tidak cemas, kecemasan ringan, dan kecemasan sedang. Sedangkan faktor-faktor yang mempengaruhi kecemasan adalah lingkungan, keluarga, jenis kelamin dan umur.

Kata kunci: tingkat kecemasan; *Hamilton Anxiety Rating Scale (HARS)*

THE SEVERITY OF ANXIETY IN STUDENTS BEFORE FINAL EXAM

Annisa Prima Exacta^{1*}, Djatmiko Hidajat²

^{1,2} Mathematics Education Department, Universitas Veteran Bangun Nusantara

*E-mail: annisa.p.exacta@gmail.com

Abstract

This was descriptive research with qualitative approach. The objective was to know the severity of anxiety in students before final exam and the factors that influence anxiety severity. The subjects were the students on first semester mathematics education department, universitas Veteran Bangun Nusantara academic year 2016/2017. Source of the data was the result of questionnaire, observation, and interview. The method was observation method, interview method and questionnaire method with Hamilton Anxiety Rating Scale (HARS). Data analyze consist of data reduction, presentation data, and conclusion. The conclusion of this research were the severity of anxiety in students before final exam consist of no anxiety, mild anxiety and moderate anxiety severity. The factors were the environment, family, gender, and age.

Keywords: *anxiety severity, Hamilton Anxiety Rating Scale (HARS)*

PENDAHULUAN

Matematika merupakan bidang ilmu dimana hampir semua jurusan di perguruan tinggi terdapat mata kuliah yang berhubungan dengan matematika. *Mathematics is one of the most objective, logical, and practical academic disciplines*. Matematika merupakan cabang ilmu yang paling objektif, logis dan merupakan disiplin ilmu yang praktis (Lai *et al*, 2015). Mohd & Mahmood (2011) menyatakan bahwa matematika merupakan mata kuliah penting bagi seorang mahasiswa. Namun, banyak mahasiswa yang masih beursaha untuk mempelajari matematika. Pada dasarnya pada saat belajar matematika, dosen tidak cukup dengan hanya menyampaikan materi pelajaran, tetapi harus disertai dengan pemahaman konsep agar mahasiswa dapat menggunakan kemampuan dan rasa ingin tahunya dengan leluasa dan tanpa terbebani. Mohsin *et al*. (2016, p.1) mengemukakan bahwa dosen dianggap sebagai pembangun bangsa dan bertanggung jawab atas pembentukan karakter mahasiswa. Kepribadian mereka harus seimbang sehingga mahasiswa bisa mendapatkan aspirasi positif dan efektif.

Namun ternyata cara pandang dosen tentang pengajaran matematika tidak sepenuhnya sama. Hal ini terlihat bahwa pada saat mahasiswa ujian, nilai yang didapat tidak menunjukkan hasil yang maksimal. Mahasiswa masih mengalami hambatan dan

kesulitan belajar sehingga dosen perlu menemukan dan mencari hambatan-hambatan yang dialami mahasiswa. Hambatan-hambatan tersebut dapat disebabkan oleh faktor internal dan eksternal. Terdapat 2 faktor yang mempengaruhi kecemasan, di antaranya adalah faktor eksternal yang terdiri atas ancaman sistem diri antara lain: ancaman terhadap identitas diri, harga diri, dan hubungan interpersonal, kehilangan serta perubahan status/peran. Kemudian kajian keluarga, kecemasan dianggap sebagai hal yang biasa ditemui dalam suatu keluarga dan bersifat heterogen. Serta, lingkungan yang mana seseorang yang berada di lingkungan asing lebih mudah mengalami kecemasan.

Factor lainnya yaitu faktor internal dan faktor eksternal. *Attitudes to mathematics, even negative attitudes, cannot be equated with mathematics anxiety, as the former are based on motivational and cognitive factors, while anxiety is a specifically emotional factor*. Sikap terhadap matematika bahkan sikap yang negatif tidak dapat dikatakan sebagai kecemasan terhadap matematika dimana pada dasarnya karena faktor motivasi dan kognitif sedangkan kecemasan secara spesifik berdasarkan faktor emosional (Dowker *et al*, 2016).

Faktor internal, dimana kemampuan individu dalam merespon terhadap penyebab kecemasan ditentukan oleh beberapa factor diantaranya potensi *Stressor, stressor*

psikososial merupakan keadaan yang menyebabkan perubahan dalam kehidupan seseorang sehingga orang itu terpaksa mengadakan adaptasi. Maturitas, individu yang memiliki kematangan kepribadian lebih sukar mengalami gangguan akibat kecemasan. Pendidikan dan status ekonomi, tingkat pendidikan dan status ekonomi yang rendah akan menyebabkan orang tersebut mudah mengalami kecemasan. Keadaan fisik seseorang yang mengalami gangguan fisik akan mudah mengalami kecemasan. Umur, seorang yang mempunyai umur lebih muda ternyata lebih mudah mengalami gangguan akibat kecemasan. Jenis kelamin, wanita lebih sering mengalami kecemasan daripada pria.

Wang *et al.* (2014, p.1056–1064) mengemukakan dimana bukti bahwa perbedaan genetik berdasarkan kecemasan umum berkontribusi pada perbedaan genetik dalam kecemasan pada matematika. Lebih lanjut Núñez-Peña & Suárez-Pellicioni (2014, p.176–183) menyatakan bahwa pencapaian matematis yang buruk dapat menyebabkan kecemasan matematika, sebagai akibat dari pengalaman kegagalan berulang. Salah satu faktor internal yaitu kondisi psikologis mahasiswa dapat dilihat dari tingkat kecemasan mahasiswa.

Kecemasan mahasiswa dalam menghadapi tes akan dampak yang tidak baik terhadap hasil belajar. Keshavarz (2011, p.1-9) mengemukakan pada beberapa tahun terakhir,

hasil belajar siswa atau mata pelajaran telah menjadi fokus dari konferensi nasional dan internasional, dan dalam literatur pendidikan *peer-reviewed*, sebagai sarana menilai pengetahuan dan keterampilan yang diperoleh dari belajar.

Kecemasan dapat mengganggu keadaan fisik dan psikis mahasiswa. Hal ini dipertegas dengan pernyataan Sukmadinata (2009, p.84) bahwa kecemasan dan kekhawatiran yang sangat kuat bersifat negatif, dapat menimbulkan gangguan baik secara psikis maupun fisik. Lebih lanjut, Ismail *et al.* (2015, p.1-5) mengemukakan bahwa *Generalized Anxiety Disorder* (GAD) adalah salah satu gangguan kecemasan yang paling umum dan melemahkan antara anak-anak dan remaja. Namun, Anak dengan keyakinan positif tentang dukungan sosial yang dialami akan mengalami kecemasan yang rendah tentang matematika dibanding mereka yang tidak (Ahmed *et al.*, 2010, p.36-46).

Mahasiswa Program Studi Pendidikan Matematika mengalami kecemasan pada saat menghadapi ujian mata kuliah Logika dan Himpunan. Hal ini terjadi di setiap tahun oleh mahasiswa semester 1 terutama saat ujian akhir semester. Mata kuliah Logika dan Himpunan merupakan mata kuliah wajib yang harus ditempuh oleh mahasiswa semester 1. Mata kuliah ini sebagai dasar untuk menempuh mata kuliah di semester

berikutnya. Kecemasan mahasiswa saat menghadapi ujian akhir semester berdampak pada hasil belajar mahasiswa. Jika hal ini tidak mendapat perhatian dan penanganan, maka dapat terjadi pada mata kuliah- mata kuliah yang lain bahkan berlanjut pada semester-semester berikutnya.

METODE PENELITIAN

Penelitian ini merupakan metode penelitian deskriptif dengan pendekatan penelitian kualitatif tentang tingkat kecemasan mahasiswa. Subyek dalam penelitian ini adalah mahasiswa Pendidikan Matematika semester I Tahun Ajaran 2017/2018. Teknik pengambilan subjek adalah sampel bertujuan (*purposive sampling*). Data dalam penelitian ini adalah tingkat kecemasan mahasiswa saat menghadapi ujian akhir semester mata kuliah Logika dan Himpunan serta faktor-faktor yang mempengaruhi kecemasan.

Sumber data pada penelitian ini adalah berupa hasil observasi, hasil angket, dan hasil wawancara. Rancangan penelitian ini adalah menggunakan angket *Hamilton Anxiety Rating Scale* (HARS) untuk mengetahui tingkat kecemasan mahasiswa saat menghadapi ujian akhir semester mata kuliah Logika dan Himpunan serta wawancara untuk mengetahui faktor-faktor yang mempengaruhi kecemasan.

Skala HARS merupakan pengukuran kecemasan yang didasarkan pada munculnya

symptom pada individu yang mengalami kecemasan. Menurut skala HARS terdapat 14 *syptoms* yang nampak pada individu yang mengalami kecemasan. Setiap item yang diobservasi diberi 5 tingkatan skor antara 0 (*No Present*) sampai dengan 4 (*severe*). Masing-masing nilai angka (*score*) dari ke 14 kelompok gejala tersebut dijumlahkan dan dari hasil penjumlahan tersebut dapat diketahui derajat kecemasan seseorang yaitu dengan melihat total nilai sebagai berikut.

Skor kurang dari 6	=	tidak ada kecemasan
Skor 6 – 14	=	kecemasan ringan
Skor 15 – 27	=	kecemasan sedang
Skor lebih dari 27	=	kecemasan berat

Triangulasi metode digunakan untuk membandingkan data dari hasil observasi, angket dan wawancara. Analisis data terdiri dari tiga alur kegiatan yang terjadi secara bersamaan, yaitu reduksi data, penyajian data, dan penarikan kesimpulan/ verifikasi data.

Reduksi data dilakukan saat pengambilan subjek sebagai data. Peneliti memberikan angket tentang tingkat kecemasan. Dari hasil angket selanjutnya data yang sama akan diambil salah satu yang selanjutnya dilakukan wawancara terhadap subjek yang telah direduksi. Jika terdapat data yang dapat memberikan informasi, maka data tersebut digunakan.

Penyajian data dilakukan dengan teks yang bersifat naratif. Data dari sampel

dianalisis menggunakan kata-kata yang mendeskripsikan tingkat kecemasan mahasiswa dan faktor-faktor yang mempengaruhinya.

Penarikan kesimpulan dilakukan setelah peneliti melakukan triangulasi metode

antara observasi, angket dan wawancara.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Berdasarkan hasil dari angket HARS yang diberikan kepada mahasiswa sebelum ujian akhir semester diperoleh data pada Tabel 1 sebagai berikut.

Tabel 1. Derajat Tingkat Kecemasan Mahasiswa

Tidak cemas	Kecemasan ringan	Kecemasan sedang	Kecemasan berat
7 mahasiswa	5 mahasiswa	9 mahasiswa	Tidak ada

Berdasarkan Tabel 1 dapat dilihat bahwa terdapat 7 mahasiswa yang tidak memiliki rasa cemas sebelum ujian akhir semester. 5 mahasiswa mengalami kecemasan ringan dan 9 mahasiswa mengalami kecemasan sedang. Sedangkan pada derajat tingkat kecemasan berat, tidak ada mahasiswa yang mengalaminya. Dari data tersebut, pada derajat tingkat kecemasan Tidak Cemas

didapatkan 4 subjek yang akan diteliti lebih lanjut, 3 mahasiswa dengan derajat tingkat kecemasan Ringan dan 3 mahasiswa dengan derajat tingkat kecemasan Sedang.

Pemilihan subjek didasarkan pada data yang sama selanjutnya diambil salah satu mahasiswa yang akan menjadi subjek penelitian.

Tabel 2. Subjek Tingkat Kecemasan Mahasiswa

Tidak cemas	Kecemasan ringan	Kecemasan sedang	Kecemasan berat
4 mahasiswa	3 mahasiswa	3 mahasiswa	Tidak ada

Tabel 2 menunjukkan bahwa terdapat 10 subjek penelitian yang akan diteliti lebih lanjut. Dari 10 subjek tersebut kemudian diwawancara untuk mengetahui faktor-faktor

penyebab kecemasan. Berikut faktor-faktor penyebab kecemasan setiap derajat tingkat kecemasan.

Tabel 3. Faktor Penyebab Kecemasan pada Derajat Kecemasan Tidak Cemas

no	Faktor eksternal	Faktor internal
1	Lingkungan	Jenis kelamin
2		umur

Tabel 3 tersebut menunjukkan bahwa faktor-faktor penyebab kecemasan pada derajat kecemasan tidak cemas adalah lingkungan, jenis kelamin dan umur. Subjek pada derajat tingkat kecemasan ini menyatakan bahwa suasana kelas dan keadaan yang tenang membuat mereka merasa nyaman dan tenang saat menerima materi maupun saat

menjelang ujian. Faktor internal yang mempengaruhi adalah jenis kelamin dan umur. Subjek pada derajat tingkat kecemasan ini 3 diantaranya adalah laki-laki. Sedangkan umur mereka rata-rata hampir sama.

Pada Tabel 4 berikut menunjukkan faktor penyebab kecemasan pada derajat kecemasan ringan.

Tabel 4. Faktor Penyebab Kecemasan pada Derajat Kecemasan Ringan

no	Faktor eksternal	Faktor internal
1	Lingkungan	Jenis kelamin
2	keluarga	

Tabel 4 menunjukkan faktor-faktor penyebab kecemasan pada derajat kecemasan ringan adalah lingkungan, keluarga dan jenis kelamin. Subjek dengan faktor lingkungan yang menjadi penyebab kecemasan menyatakan bahwa situasi kelas menjelang ujian sedikit tegang dan kurang kondusif sehingga membuat keadaan menjadi kurang nyaman. Sedangkan subjek dengan faktor keluarga sebagai penyebab kecemasan

menyatakan bahwa tuntutan orang tua terhadap anak tentang hasil ujian yang memuaskan membuat subjek merasa tertekan dan timbul perasaan cemas. Jika dilihat dari jenis kelamin, pada derajat tingkat kecemasan ini semua subjek merupakan wanita.

Tabel 5 berikut merupakan faktor-faktor penyebab kecemasan pada derajat tingkat kecemasan sedang.

Tabel 5. Faktor Penyebab Kecemasan pada Derajat Kecemasan sedang

no	Faktor eksternal	Faktor internal
1	Lingkungan	Jenis kelamin
2	keluarga	

Faktor-faktor penyebab kecemasan pada derajat tingkat kecemasan sedang yang tersaji pada Tabel 5 sama seperti pada derajat tingkat kecemasan ringan. Namun, terdapat lebih banyak masalah yang terjadi. Lingkungan yang menjadi faktor penyebab, menurut pendapat subjek pada derajat tingkat kecemasan ini menyatakan bahwa suasana kelas menjadi lebih tegang dan tugas akhir dari dosen yang membuat focus terbelah antara mempersiapkan ujian dan mengerjakan tugas akhir. Subjek dengan menyebutkan keluarga sebagai faktor penyebab kecemasan menyatakan bahwa orangtua menuntut agar memperoleh IPK yang tinggi agar dapat melanjutkan ke jenjang pendidikan yang lebih

tinggi. Sedangkan jika dilihat dari jenis kelamin, 2 subjek merupakan wanita dan 1 subjek adalah laki-laki.

KESIMPULAN DAN SARAN

Setelah dilakukan penelitian dan analisis data, didapatkan kesimpulan bahwa tingkat kecemasan mahasiswa menjelang ujian akhir semester adalah tidak cemas, kecemasan ringan, dan kecemasan sedang. Sedangkan faktor-faktor yang mempengaruhi kecemasan adalah lingkungan, keluarga, jenis kelamin dan umur. Lanjutan penelitian ini dapat dilakukan pada saat mahasiswa telah melakukan ujian akhir semester dan dilakukan pada mata kuliah yang lain.

DAFTAR PUSTAKA

- Ahmed W, Minnaert A, van der Werf G, Kuyper H.(2010). Perceived social support and early adolescents' achievement: The mediational roles of motivational beliefs and emotions. *J Youth Adolesc.* 36–46.
- Dowker, A. , Sarkar, A. and Looi, C.Y. (2016). Mathematics Anxiety: What Have We Learned in 60 Years?. *Frontiers in Psychology*. Vol 7. 1-16.
- Ismail A, Abdelgaber A, Hegazi H, Lotfi M, Kamel A and Ramdan M. 2015. The Prevalence and Risk Faktors of Anxiety
- Mohd, N & Mahmood, T.F.P. (2011). The Effects of Attitude towards Problem Solving in Mathematics Achievements. *Australian Journal of Basic and Applied Sciences*. 5(12): 1857-1862. Retrieved from <https://ir.unikl.edu.my/jspui/bitstream/123456789/2129/1/the%20effect%20of%20attitude.pdf>
- Mohsin,M.N., Buzdar, M.A., Mohsin, M.S., and Salee, S. 2016. Anxiety, Alexithymia, and Interpersonal Communication Styles among Pakistani University Teachers. *J Depress Anxiety S2*: 008, 1-3.
- Núñez-Peña, M. I., and Suárez-Pellicioni, M. (2014). Less precise representation of Disorders in an Egyptian Sample of School and Students at the Age of 12-18 Years. *J Psychiatry*, Volume 18 Issue 5, 1-5.
- Keshavarz, M. (2011). Measuring Course Learning Outcomes. *Journal Of Learning Design*, 4(4), 1-9.
- Lai Y, Zhu X, Chen Y, Li Y (2015) Effects of Mathematics Anxiety and Mathematical Metacognition on Word Problem Solving in Children with and without Mathematical Learning Difficulties. *PLoS ONE*, 10(6): e0130570. doi:10.1371/journal.pone.0130570
- numerical magnitude in high math-anxious individuals: an ERP study of the size and distance effects. *Biol. Psychol.* 103, 176–183. doi: 10.1016/j.biopsycho.2014.09.004
- Sukmadinata, N.S. (2009). *Landasan psikologi proses pendidikan*. Bandung : PT Remaja Rosdakarya.
- Wang, Z., Hart, S. A., Kovas, Y., Lukovski, S., Soden, B., Thompson, L. A., et al. (2014). Who is afraid of math? Two sources of genetic variance for mathematical anxiety. *J. Child Psychol. Psychiatry* 55, 1056–1064. doi: 10.1111/jcpp.1222