

**HUBUNGAN TINGKAT KECEMASAN SISWA DALAM MENGHADAPI TES  
DENGAN TINGKAT MOTIVASI BELAJAR BIOLOGI PADA SISWA KELAS X  
MIA SMA NEGERI 21 JAKARTA**

*The Relationship between Test Anxiety Level and Biology Learning Motivation Level on X  
MIA Students 21 Senior High School Jakarta*

**Eka Putri Azrai, Dian Evriyani, Achmad Ramadani Prastya**

Pendidikan Biologi Fakultas MIPA Universitas Negeri Jakarta

Email: [ep\\_azrai@yahoo.com](mailto:ep_azrai@yahoo.com)

**ABSTRACT**

Test is an activity used as indicators success of education that applies to all subjects including biology. Unfortunately, there are assumption that biology is a boring subject , too much memorizing, and that is not relevant for our life. It can increase the anxiety experienced by students during the tested. This study aimed to determine the relationship between test anxiety level and Learning Biology Motivation. This study was conducted in 21 Senior High School Jakarta on January until February 2016. Research method used in this study was correlational study. Population from this study were X MIA students. A total of 122 students used for this study were taken by Simple Random Sampling. Prerequisites tests data was homogeneous and normally distributed. Correlation test resulted -0,398 which means there was a relationship between test anxiety level with biology learning motivation level on X MIA Students 21 Senior High School Jakarta. Regulation test resulted  $\hat{Y} = 85.725 - 0.312x$ , with X is test anxiety level and Y is biology learning motivation level. Determination coefficients resulted 0.159 that mean test anxiety have a contribution 15.9% determined learning motivation, while the other factor have a contribution too.

**Keywords : Test anxiety, biology learning motivation**

**PENDAHULUAN**

Pendidikan merupakan salah satu unsur penting dalam pembangunan sebuah bangsa. Keberhasilan pendidikan sebagai sebuah proses ditunjukkan dari hasil belajar yang diperoleh melalui kegiatan evaluasi. Beberapa kegiatan evaluasi yang biasa dilakukan di sekolah mencakup ulangan harian, ujian tengah semester, sampai ujian akhir semester. Evaluasi tersebut berlaku untuk semua mata pelajaran termasuk Biologi.

Biologi adalah salah satu mata pelajaran yang ada di sekolah menengah atas sebagai pendidikan sains. Dalam kenyataannya Biologi masih dipandang sebagai mata pelajaran yang menyulitkan. Siswa masih menganggap bahwa Biologi merupakan mata pelajaran yang membosankan, terlalu banyak hafalan, dan tidak relevan pada kehidupannya (Nugraini, 2015). Banyaknya materi yang harus dihafal dan pembelajaran yang cenderung membosankan membuat siswa menjadi tertekan dan dapat menyebabkan timbulnya kecemasan yang terakumulasikan pada saat tes (Zeidner, 2005).

Stuart dan Laraia (2005) menyatakan bahwa kecemasan adalah perasaan yang tidak menyenangkan, tidak menyenangkan, khawatir, atau gelisah yang dapat bersumber dari luar tubuh maupun dalam tubuh. Kecemasan menghadapi tes (*test anxiety*) sendiri merupakan salah satu kecemasan yang membahayakan bagi siswa (Zeidner, 2005). Kebanyakan orang juga merasakan kecemasan tertentu ketika ditempatkan dalam situasi kinerja. Bagi individu-individu yang mengalami *test anxiety*, kecemasan yang mereka alami akan semakin bertambah. Hal tersebut akan mengganggu kemampuan mereka untuk mengerjakan sebuah tugas yang telah mereka kuasai dalam situasi nonevaluasi lainnya (Schunk, Pintrich, dan Meece, 2012)

Pada dasarnya, semua manusia mempunyai perasaan cemas. Dalam taraf rendah kecemasan dapat membuat seseorang lebih terpacu dalam menjalankan sesuatu. Akan tetapi, jika kecemasannya telah mencapai taraf tidak normal atau dengan kata lain tinggi, tentu itu akan berakibat buruk pada terganggunya motivasi belajar (Nevid, 2006).

Motivasi adalah dorongan dasar yang menggerakkan seseorang bertindak laku (Uno, 2008). Motivasi mempengaruhi pembelajaran siswa dalam mencapai hasil terbaik. Siswa dituntut agar terus mendapatkan hasil yang maksimal. Hal tersebut mengharuskan siswa selalu termotivasi dalam belajar untuk menghadapi tes yang dilakukan.

Hingga saat ini belum ada penelitian mengenai hubungan tingkat kecemasan siswa dalam menghadapi tes dengan tingkat Motivasi Belajar Biologi Siswa. Berdasarkan uraian tersebut, maka peneliti tertarik untuk melakukan penelitian apakah terdapat hubungan antara kecemasan dengan motivasi belajar biologi siswa Sekolah Menengah Atas (SMA).

## **METODE**

Penelitian dilaksanakan pada bulan Januari 2016 sampai dengan Februari 2016. Metode yang digunakan adalah deskriptif melalui studi korelasional. Jumlah responden pada penelitian ini sebanyak 122 siswa. Responden diambil berdasarkan *simple random sampling*.

Teknik pengumpulan data yang dilakukan adalah mengajukan pernyataan tertulis kepada responden. Angket tingkat kecemasan siswa menghadapi tes dibuat berdasarkan indikator-indikator yang diungkapkan oleh Stuart dan Laraia (2005). Indikator-indikator tersebut adalah Respon Fisiologis, Respon Perilaku, Respon Kognitif, dan Respon Afektif.

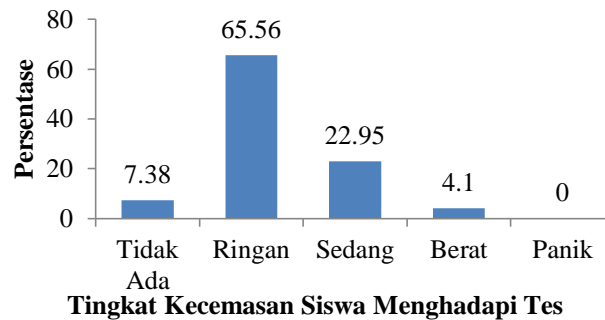
Sementara Angket tingkat motivasi belajar biologi yang digunakan adalah modifikasi dari IMMS (*Instructional Materials Motivation Survey*). IMMS sendiri merupakan kuesioner yang dibuat berdasarkan aspek-aspek dari ARCS. Aspek-aspek tersebut adalah *Attention* (Perhatian), *Relevance* (Relevansi), *Confidence* (Percaya Diri), dan *Satisfaction* (Kepuasan) (Keller, 2010).

## **HASIL DAN PEMBAHASAN**

### **Hasil**

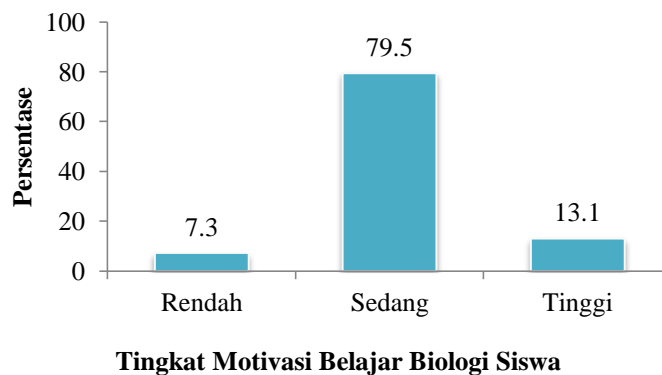
Berdasarkan hasil angket mengenai tingkat kecemasan menghadapi tes, diketahui bahwa sebagian besar siswa berada pada tingkat kecemasan ringan yaitu sebanyak 80 siswa (65,56%). Sedangkan yang paling sedikit berada pada tingkat kecemasan berat yaitu sebanyak 5 siswa (4,1%). Tidak ditemukan siswa yang berada pada kecemasan tingkat

panik. Diagram mengenai tingkat kecemasan siswa menghadapi tes dapat dilihat pada Gambar 1 dibawah ini.



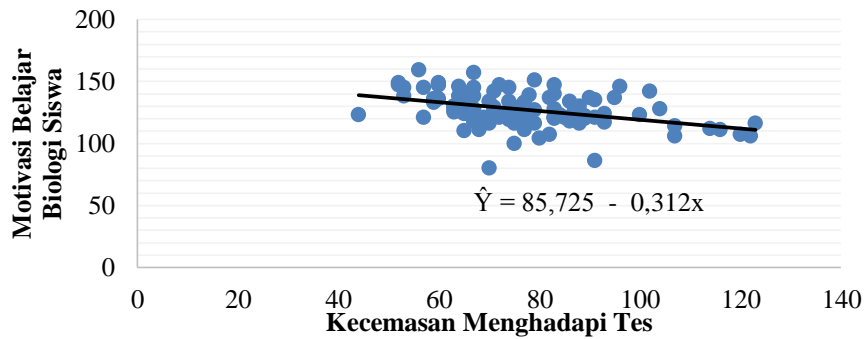
Gambar 1. Persebaran Tingkat Kecemasan Siswa menghadapi Tes

Berdasarkan hasil kuesioner yang diisi oleh 122 siswa kelas X MIA SMA Negeri 21 Jakarta, tingkat Motivasi Belajar Biologi paling tinggi berada pada tingkat sedang yaitu sebanyak 97 orang atau sekitar 79,5% dan yang paling sedikit berada pada rendah yaitu sebanyak 9 orang atau sekitar 7,3. Diagram mengenai tingkat motivasi belajar biologi dapat dilihat pada Gambar 2 di bawah ini.



Gambar 2. Persebaran Tingkat Motivasi Belajar Biologi Siswa

Berdasarkan Uji regresi sederhana yang dilakukan menggunakan program SPSS 16, menghasilkan persamaan  $\hat{Y} = 85,725 - 0,312x$ . Grafik Regresi linier berdasarkan persamaan tersebut terlihat pada Gambar 3 dibawah ini:



Gambar 3. Model Regresi Linier antara Tingkat Kecemasan Siswa menghadapi Tes dengan Tingkat Motivasi Belajar Biologi Siswa

### Pembahasan

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan pada 122 siswa kelas X MIA SMA Negeri 21 Jakarta, diketahui bahwa hampir seluruh siswa mengalami kecemasan menghadapi tes. SMA Negeri 21 Jakarta merupakan salah satu SMA yang mempunyai persaingan yang cukup kompetitif. Hal tersebut ditunjukkan oleh seleksi nilai masuk yang cukup tinggi dengan masuk lima besar di Jakarta Timur (Dinas Pendidikan Pemerintah Provinsi DKI Jakarta, 2016), membuat siswanya terbiasa dengan jiwa kompetitif dan ekspektasi tinggi terhadap hasil tes. Ekspektasi tinggi terhadap hasil tes dan pemikiran perfeksionis terhadap hasil tes dapat membuat siswa mengalami kecemasan menghadapi tes (Olatoye, 2009). Ada perasaan pada diri siswa untuk selalu menjadi yang pertama, bahkan menjadi yang kedua adalah sebuah kegagalan.

Kecemasan ringan menjadi yang tingkatan yang paling banyak dialami siswa diantara tingkatan lainnya. Sementara itu, kecemasan berat menjadi yang paling sedikit, dengan kecemasan sedang lebih besar persentasenya dibanding kecemasan berat. Hal ini wajar terjadi karena semua orang pasti mengalami kecemasan walau pada tingkat yang berbeda-beda (Gunarsa dan Gunarsa, 2008).

Kecemasan ringan merupakan hal yang biasa dialami seseorang saat mengalami situasi yang dirasa mengancam atau membahayakan (Veeraraghavan dan Singh, 2002). Tes sendiri diinterpretasikan oleh siswa sebagai situasi yang mengancam (Zeidner, 2005). Pada situasi ini, kecemasan ringan banyak dialami siswa karena tes merupakan sebuah situasi yang mempunyai efek terhadap kehidupan dimasa mendatang (Onyeizugbo, 2010).

Setelah kecemasan ringan, tingkat kedua yang paling banyak dialami oleh siswa adalah kecemasan sedang. Walau belum masuk kedalam tahap berat, akan tetapi kecemasan sedang harus tetap ditanggulangi pada siswa. Jika kecemasan ringan dapat membuat siswa lebih mempersiapkan diri untuk tes, tingkat kecemasan yang lebih tinggi justru dapat melemahkan persiapan tersebut (Talbot, 2016). Bagi siswa dengan kecemasan sedang dapat mengganggu siswa dalam mengambil keputusan, pada situasi ini yaitu pada kondisi tes. Dan kecemasan sedang bisa berkembang ke tingkat yang lebih tinggi bergantung pada situasi internal dan eksternal siswa tersebut (Stuart dan Laraia, 2005).

Perhatian lebih juga harus diberikan kepada siswa yang mengalami kecemasan dalam menghadapi tes yang berat. Karena walau jumlah mereka sedikit, justru mereka yang paling membutuhkan penanganan agar bisa mengelola kecemasannya. Hal tersebut karena

biasanya pada siswa dengan kecemasan menghadapi tes yang cukup berat akan memperbesar resiko kegagalan mereka dalam tes. Tes akan menjadi sebuah hal yang sangat menakutkan dan sangat dihindari, karena tes membuat mereka tampak kurang pintar, memalukan diri mereka, dan tidak kompeten (Asghari, 2012).

Menurut hasil penelitian, terdapat beberapa siswa yang tidak mengalami kecemasan dalam menghadapi tes. Hal ini dapat terjadi karena siswa tersebut telah mampu mengelola kecemasannya melalui mekanisme koping dalam diri mereka (Stuart dan Laraia, 2005). Beberapa jenis koping tersebut diantaranya melalui persiapan yang matang, berdoa, atau bahkan karena siswa tidak sama sekali memberikan perhatian terhadap tes tersebut (Zeidner, 2005).

Menurut empat indikator kecemasan menghadapi tes yang digunakan, indikator afektif mempunyai peranan paling besar dalam menentukan kecemasan yang dialami siswa dalam menghadapi tes. Siswa berpikir mengenai banyak hal terkait tes, diantaranya rasa malu yang akan dihadapi jika gagal dalam ujian, khawatir tidak mampu mengerjakan ujian dengan baik, dan faktor lupa yang mempengaruhi mereka saat mengerjakan tes. Khawatir mengenai tes memang tidak dapat dipandang negatif karena pada level tertentu kekhawatiran itu dapat berkontribusi positif terhadap performa akademik mereka. Namun, jika terus menerus kekhawatiran itu terjadi, tentu dapat mempengaruhi hasil yang mereka raih dalam tes (Rana dan Mahmood, 2010).

Sementara itu, indikator fisiologis mempunyai peranan paling rendah dalam menentukan kecemasan yang dialami siswa dalam menghadapi tes. Setiap siswa mempunyai perbedaan pada respon fisiologis yang dialami. Respon dari diri masing-masing siswa terkait tes serta kondisi kesehatan memungkinkan perbedaan respon fisiologis pada diri siswa (Zeidner, 2005). Respon fisiologis juga merupakan respon terberat yang dialami siswa yang mengalami kecemasan. (Stuart dan Laraia, 2005). Jika dibandingkan dengan hasil yang mayoritasnya hanya mengalami kecemasan ringan, maka fisiologis tidak dialami oleh mayoritas siswa.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa motivasi belajar biologi siswa berada pada tahap yang cukup baik karena mayoritas siswa berada pada tahap sedang sampai tinggi. Motivasi yang berada pada tingkat baik akan mempunyai dampak pada performa akademik dan hasil belajar. Siswa yang termotivasi akan semakin semangat dalam menerima pembelajaran dan mempunyai pandangan yang baik terhadap suatu materi. Hal tersebut dapat meningkatkan performa akademik dan hasil belajar siswa tersebut (Keller dan Suzuki, 2004).

Berdasarkan hasil penelitian, diketahui bahwa tingkat motivasi belajar biologi siswa yang paling banyak berada di tingkat sedang. Hasil tersebut menunjukkan bahwa sebagian besar siswa sudah memiliki masing-masing indikator (*Attention, Relevance, Confidence, dan Satisfaction*) yang membuatnya termotivasi (Huang dan Hew, 2010). Motivasi yang berada di tahap sedang tersebut dapat ditingkatkan agar menjadi lebih maksimal melalui beberapa cara, diantaranya memaksimalkan peran masing-masing indikator dan faktor-faktor yang berpengaruh terhadap motivasi belajar siswa (Yau, Cheng dan Hao, 2015).

Motivasi tingkat tinggi dialami oleh lebih banyak siswa dibanding motivasi tingkat rendah. Bagi siswa-siswa yang telah mempunyai motivasi yang tinggi, itu menunjukkan bahwa perhatian terhadap pembelajaran telah dapat terfokus seutuhnya kepada materi dan pembelajaran (Keller, 2010). Indikator lainnya (*Relevance, Confidence, dan Satisfaction*) juga telah dimiliki oleh siswa yang bermotivasi tinggi (Huang dan Hew, 2010).

Sementara itu, sebagian kecil siswa mempunyai tingkat motivasi yang rendah. Hal ini harus ditanggulangi segera agar tidak mengganggu siswa dalam memperoleh hasil maksimal dalam pembelajaran. Motivasi rendah membahayakan bagi siswa karena hal tersebut dapat mengakibatkan frustrasi dalam pembelajaran serta tidak semangat dalam mengejar hasil maksimal dalam pembelajaran. Akan timbul anggapan bahwa belajar dan tidak belajar akan menghasilkan hasil yang sama bagi siswa dengan motivasi yang rendah (Legault, Green-Demers, dan Pelletier, 2006).

Dibanding dengan hasil tingkat kecemasan menghadapi tes, indikator pada tingkat motivasi belajar biologi siswa memiliki hasil yang lebih merata dalam membentuk motivasi belajar biologi siswa. Dari empat indikator untuk menentukan tingkat motivasi belajar biologi yang digunakan, indikator relevansi mempunyai peran terbesar dalam menentukan tingkat motivasi belajar biologi, tidak terpaud jauh ada indikator *Attention* dan *Satisfaction*. Sedangkan indikator *confidence* mempunyai peranan paling kecil dalam menentukan tingkat motivasi belajar biologi siswa.

Menurut Keller (2010), motivasi siswa akan menjadi baik seandainya seluruh aspek pembentuknya berperan dan merata satu sama lain. Dan hasil penelitian ini menunjukkan pemerataan persentase dari masing-masing indikator pembentuk motivasi. Hal tersebut menunjukkan bahwa motivasi yang terdapat pada siswa terbentuk melalui empat indikator yang saling berperan dan itu bagus dalam perkembangannya.

Berdasarkan hasil penelitian, indikator *relevance* menjadi yang paling berperan dalam menentukan tingkat motivasi belajar biologi. Tingginya tingkat *relevance* menunjukkan bahwa siswa telah dapat menemukan arti dari suatu pembelajaran sehingga motivasinya menjadi lebih baik (Keller, 2010). Siswa menganggap bahwa materi biologi sangat berguna bagi kehidupan serta siswa telah dapat menghubungkan biologi dengan kehidupannya sehari-hari.

Namun demikian, harus diperhatikan indikator yang mempunyai persentase paling sedikit, yaitu *confidence*. Kepercayaan diri merupakan aspek internal dari diri siswa yang terbentuk berdasarkan persepsinya terhadap sesuatu. Hasil penelitian menggambarkan kepercayaan diri siswa berada pada tahap yang rendah jika dibandingkan dengan indikator yang lain. Siswa tidak mempunyai keyakinan dalam dirinya terkait materi biologi yang dipelajari. (Keller dan Suzuki, 2004). Kepercayaan diri yang masih rendah tersebut juga menunjukkan bahwa siswa kurang yakin terhadap kemampuannya untuk mempelajari biologi. Keyakinan terhadap diri yang cukup rendah tersebut mempengaruhi harapan mereka terhadap kesuksesan dan performa akademik (Keller, 2010).

Berdasarkan uji hipotesis yang telah dilakukan, menunjukkan bahwa terdapat hubungan antara tingkat kecemasan siswa dalam menghadapi tes dengan tingkat motivasi belajar biologi siswa kelas X MIA SMA Negeri 21 Jakarta. Nilai korelasi yang diperoleh adalah -0,398. Nilai korelasi tersebut menunjukkan hubungan yang rendah/ lemah tapi pasti. Nilai tersebut juga menunjukkan terdapat hubungan negatif diantara kedua variabel. Apabila tingkat kecemasan siswa dalam menghadapi tes semakin tinggi, maka tingkat motivasi belajar biologi siswa akan menurun. Sebaliknya, apabila tingkat kecemasan siswa dalam menghadapi tes semakin menurun, maka tingkat motivasi belajar biologi siswa akan meningkat.

Efek dari kecemasan menghadapi tes pada motivasi adalah dapat mempengaruhi harapan kesuksesan dari masing-masing siswa. Konsekuensinya, pelajar dengan kecemasan

menghadapi tes lebih tinggi dapat meminimalisasi tingkat harapan kesuksesan dari tiap siswa. Hal tersebut membuat siswa akan semakin menurunkan standar harapan kesuksesan mereka dan dapat membuat mereka tidak bersemangat dalam mengejar kesuksesan di masa depan (Bembennutty, 2008).

Nilai koefisien determinasi yang diperoleh yaitu 0,159 yang berarti kecemasan siswa dalam menghadapi tes mempunyai peranan sekitar 15,9% dalam menentukan tingkat motivasi belajar biologi siswa. Sedangkan sisanya ditentukan oleh faktor lain yang tidak diteliti, seperti minat, cita-cita siswa, kondisi siswa, kondisi lingkungan, peran pengajar, peran orang tua, dan penghargaan.

## KESIMPULAN

Dari hasil penelitian dan pembahasan, dapat diperoleh kesimpulan bahwa terdapat hubungan negatif tingkat kecemasan siswa dalam menghadapi tes dengan tingkat motivasi belajar biologi siswa kelas X MIA SMA Negeri 21 Jakarta. Berdasarkan uji determinasi juga dapat disimpulkan bahwa kontribusi yang diberikan dari variabel kecemasan siswa dalam menghadapi tes untuk menjelaskan motivasi belajar biologi siswa sebesar 15,9%, sedangkan sisanya dipengaruhi oleh faktor lain yang tidak diteliti, seperti minat, cita-cita siswa, kondisi lingkungan, kondisi siswa, peran pengajar, penghargaan, dan peran orang tua.

## DAFTAR PUSTAKA

- Asghari A, Rusnani Abdul Kadir, Habibah Elias, dan Maznah Baba. (2012). Test Anxiety and its related concepts: A Brief Review. *GESJ : Educational Science and Physiology Journal*. 3(22), 3-8
- Bembennutty, H. (2008). Self-Regulation of Learning and Test Anxiety. *Psychology Journal*, 5(3), 122-139
- Dinas Pendidikan Pemerintah Provinsi DKI Jakarta. (2016). *Data statistik PPDB SMA Jalur Domisili Dalam DKI di Provinsi DKI Jakarta*. <https://jakarta.siap-ppdb.com/#!/030001/statistik>, diakses pada tanggal 18 Juni 2016
- Gunarsa, Singgih D., dan Gunarsa, Ny. Singgih D. (2008). *Psikologi Perawatan*. Jakarta : Gunung Mulia
- Keller, J. M. (2010). *Motivational design for learning and performance: The ARCS model approach*. New York: Springer.
- Keller, J. M. dan K. Suzuki (2004). Learner motivation and E-learning design : a multinationally validated process. *Journal of Educational Media*. 29(3). 229-239
- Legault, Lisa., Green-Demers, Isabelle., dan Pelletier, Luc. (2006). Why Do High School Students Lack Motivation in the Classroom? Toward an Understanding of Academic Amotivation and the Role of Social Support. *Journal of Educational Psychology*. 98(3), 567-582
- Nevid, S Jeffrey. (2006). *Abnormal Psychology in a Changing World* (6<sup>th</sup> ed.). New Jersey : Prentice Hall.
- Nugraini, Siti Hadiati. (2015). Students Perception and Perceived Effectiveness toward e-AV Biology Courseware for Learning about Renewable Energy. *International Journal of Engineering Sciences and Research Technology*. 4(2). 586-593

- Olatoye, R.A. (2009). Students' test anxiety, motivation for examinations and science achievement in junior secondary schools in Ogun State, Nigeria. *School Physiology International*. 1(10), 194-198
- Onyeizugbo, E. U., (2010). Self-Efficacy and Test Anxiety as Correlates of Academic Performance. *Journal of Educational Research*. 1 (10), 477-485
- Rana, Rizwan Akram dan Nasir Mahmood. (2010). The Relationship between Test Anxiety and Academic Achievement. *Buletin of Education and Research*. 32(2). 63-74
- Schunk, Dale H., Pintrich, Paul R., dan Meece, Judith L. (2012). *Motivasi dalam Pendidikan : Teori, Penelitian, dan Aplikasi*. (Terjemahan.) Jakarta: Indeks (Karya asli diterbitkan tahun 2008)
- Stuart, G.W dan Laraia. (2005). *Principles and practice of psychiatric nursing*. Philadelphia: Elsevier Mosby.
- Talbot, L. (2016). Test anxiety: Prevalence, effects, and interventions for elementary school students. *James Madison Undergraduate Research Journal*, 3(1), 42-51
- Uno, Hamzah B. (2008). *Teori Motivasi dan Pengukurannya : Analisis di Bidang Pendidikan*. Jakarta: Bumi Aksara
- Veeraraghavan Vimala dan Singh Shalini, (2002). *Anxiety Disorders : Psychological Assessment and Treatment*. New Delhi: Sage Publications.
- Yau, Hon Keung, Cheng, Alison Lai Fong, dan Ho, Wing Man. (2015). Identify the Motivational Factors to Affect the Higher Education Students to Learn Using Technology, *TOJET : The Turkish Online Journal of Educational Technology*. 14(2), 89-100
- Zeidner, Moshe. (2005). *Test Anxiety : The State of Art*. New York: Kluwer Academic Publishers