

**HUBUNGAN KECEMASAN DENGAN HASIL BELAJAR PESERTA
DIDIK KELAS V SD**

(Skripsi)

Oleh

SHINTIA FITRIANI



**FAKULTAS KEGURUAN DAN ILMU PENDIDIKAN
UNIVERSITAS LAMPUNG
BANDAR LAMPUNG
2022**

ABSTRAK

HUBUNGAN KECEMASAN DENGAN HASIL BELAJAR PESERTA DIDIK KELAS V SD

Oleh

SHINTIA FITRIANI

Masalah penelitian ini rendahnya hasil belajar peserta didik kelas V SD di bawah kriteria ketuntasan minimum dan banyak peserta didik yang merasa cemas, tegang, dan takut dalam proses pembelajaran. Tujuan penelitian untuk mengetahui hubungan kecemasan dengan hasil belajar peserta didik kelas V SD. Jenis penelitian ini adalah penelitian kuantitatif dengan metode *ex post facto*. berjumlah 60 dan sampel yang digunakan berjumlah 60 peserta didik. Teknik sampel dalam penelitian ini menggunakan total sampling. Teknik pengumpulan data menggunakan lembar angket kecemasan yang berjumlah 25 pernyataan. Analisis data menggunakan uji korelasi. Hasil penelitian terdapat hubungan kecemasan dengan hasil belajar peserta didik kelas V SD dengan kategori tinggi sebesar 66,10%.

Kata kunci: hasil belajar, kecemasan, peserta didik.

ABSTRACT

THE RELATIONSHIP OF ANXIETY WITH THE LEARNING OUTCOMES OF CLASS V SD STUDENTS

By

SHINTIA FITRIANI

The problem of this research is the low learning outcomes of fifth grade elementary school students under the minimum completeness criteria and many students feel anxious, tense, and afraid in the learning process. The purpose of the study was to determine the relationship between anxiety and learning outcomes for fifth grade elementary school students. This type of research is quantitative research with ex post facto method. find 60 and the sample used for 60 learners. The sampling technique in this study used total sampling. The data collection technique used an anxiety sheet that revealed 25 statements. Data analysis using correlation test. The results of the study of the relationship between anxiety and learning outcomes of fifth grade elementary school students with the high category were 66.10%.

Keywords: anxiety, learning outcomes, students.

**HUBUNGAN KECEMASAN DENGAN HASIL BELAJAR PESERTA
DIDIK KELAS V SD**

Oleh

SHINTIA FITRIANI

Skripsi

**Sebagai salah Satu syarat untuk mencapai gelar
SARJANA PENDIDIKAN**

Pada

Jurusan Ilmu Pendidikan



**FAKULTAS KEGURUAN DAN ILMU PENDIDIKAN
PENDIDIKAN GURU SEKOLAH DASAR
UNIVERSITAS LAMPUNG
2022**

Judul Skripsi : HUBUNGAN KECEMASAN DENGAN HASIL
BELAJAR PESERTA DDIK KELAS V SD

Nama Mahasiswa : SHINTIA FITRIANI

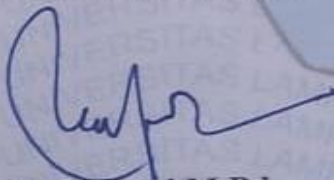
Nomor Pokok Mahasiswa : 1513053110

Program Studi : Pendidikan Guru Sekolah Dasar

Fakultas : Keguruan dan Ilmu Pendidikan



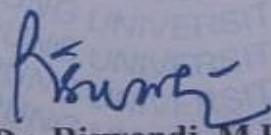
Dosen Pembimbing I,


Drs. Rapani M.Pd.
NIP 196007061984031004

Dosen Pembimbing II,


Ismu Sukamto, M.Pd.
NIP 195706291986031002

2. Ketua Jurusan Ilmu Pendidikan


Dr. Riswandi, M.Pd.
NIP 19760808 200912 1 001

MENGESAHKAN

1. Tim Penguji

Ketua : Drs. Rapani, M.Pd.

Sekretaris : Ismu Sukanto, M.Pd.

Penguji Utama : Dra. Lolyana, M.Pd.

2. Dekan Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan

Prof. Dr. Patuan Raja, M.Pd.

NIP 19620804 198905 1 001

Tanggal Lulus Ujian Skripsi: 9 Agustus 2022

HALAMAN PERNYATAAN

Yang bertandatangan di bawahini:

Nama : Shintia Fitriani
NPM : 1513053110
Program studi : S1 Pendidikan Guru Sekolah Dasar (PGSD)
Jurusan : Ilmu Pendidikan
Fakultas : Keguruan dan Ilmu Pendidikan

Menyatakan bahwa skripsi yang berjudul “Hubungan Kecemasan dengan Hasil Belajar Peserta Didik Kelas V SD” tersebut adalah asli hasil penelitian saya, kecuali bagian-bagian tertentu yang dirujuk dari sumbernya dan disebutkan dalam daftar pustaka.

Demikian pernyataan ini saya buat dan apabila dikemudian hari ternyata pernyataan ini tidak benar, maka saya sanggup dituntut berdasarkan Undang-undang dan peraturan yang berlaku.

Bandar Lampung, 9 Agustus 2022
Yang Membuat Pernyataan,



Shintia Fitriani
NPM. 1513053110

RIWAYAT HIDUP



Shintia Fitriani lahir di Bandar Lampung, Provinsi Lampung pada tanggal 28 Januari 1997. Peneliti merupakan anak pertama dari pasangan Bapak Jumali S.Pd dan Ibu Suparsih S.Pd. Pendidikan formal yang telah diselesaikan peneliti adalah

1. TK Dharma Wanita (Unila) Bandar Lampung lulus pada tahun 2004.
2. SD Negeri 1 Rajabasa lulus pada tahun 2010
3. SMP.Negeri 29 Bandar Lampung lulus pada tahun 2013
4. SMA Negeri 5 Bandar Lampung lulus pada tahun 2015.

Pada tahun 2015 peneliti terdaftar sebagai mahasiswa S1-PGSD Jurusan Ilmu Pendidikan Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Lampung melalui jalur SBMPTN. Peneliti juga melakukan Kuliah Kerja Nyata (KKN) di Tanggamus dan PPL di SD Negeri 1 Pasar Madang.

MOTO

**“Sesungguhnya bersama kesulitan pasti ada kemudahan.
Maka Apabila engkau telah selesai (dari suatu urusan), tetaplah berkerja
keras (untuk urusan yang lain)
(QS 94: 6-7)**

PERSEMBAHAN

Bismillaahirrohmaanirrohiim

Puji syukur atas nikmat dan karunia yang telah Allah Subhanahu Wa Ta'ala berikan sehingga karya ini dapat terselesaikan. Karya tulis ini saya persembahkan untuk:

Ayahanda Jumali dan Ibunda Suparsiah, terimakasih telah menjadi orang tua yang sempurna, atas doa yang selalu dipanjatkan untuk anaknya, serta memberikan arahan juga dukungan, terimakasih atas semua pengorbanan dan kesabaran.

Suamiku Fitra Ajisoko Romadhoni, Anakku Tersayang Terkasih Alfarizqi Putra Soko Romadhoni yang selalu menjadi penyengatku Adikku Junisha Pratama dan Silvia Nurhaliza yang kusayangi

Para Guru dan Dosen yang telah berjasa memberikan bimbingan dan ilmu yang sangat berharga dan bermanfaat melalui ketulusan dan kesabaranmu. Semua sahabat yang selalu memberikan motivasi serta semangat dan dengan tulus menerima segala kekuranganku. Serta Almamater tercinta Universitas Lampung yang telah mendewasakanku

Almamater tercinta **“Universitas Lampung”**

SANWACANA

Assalamu 'alaikum warohmatullohiwabarokatuh.

Puji syukur kehadiran Allah SubhanahuWaTa'ala yang telah memberikan segala limpahan rahmat, taufik, dan hidayahnya sehingga peneliti dapat menyelesaikan skripsi ini yang berjudul “Hubungan Kecemasan dengan Hasil Belajar Peserta Didik Kelas V SD”, sebagai syarat meraih gelar sarjana di Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Lampung. Peneliti menyadari bahwa dalam penelitian dan penyusunan skripsi ini tentunya tidak akan mungkin terselesaikan tanpa bantuan dari beberapa pihak. Peneliti menyampaikan terimakasih kepada:

1. Bapak Prof. Dr. Karomani, M.Si., Rektor Universitas Lampung yang berkontribusi dalam membangun Universitas Lampung dan memfasilitasi mahasiswa dalam menyelesaikan skripsi.
2. Bapak Prof. Dr. Patuan Raja, M.Pd., Dekan FKIP Universitas Lampung yang telah memfasilitasi dan mendukung mahasiswa dalam menyelesaikan skripsi.
3. Bapak Dr. Riswandi, M.Pd., Ketua Jurusan Ilmu Pendidikan FKIP Universitas Lampung yang telah memfasilitasi dan memberikan perestujuan sebagai bentuk legalisasi skripsi yang diakui oleh Jurusan Ilmu Pendidikan.

4. Bapak Drs. Rapani, M.Pd, sebagai pembimbing I dan Ketua Program Studi PGSD FKIP Universitas Lampung yang telah memberikan dukungan dalam menyelesaikan skripsi.
5. Bapak Ismu Sukamto, M.Pd., sebagai pembimbing II yang telah memberikan bimbingan dalam menyelesaikan skripsi.
6. Ibu Dra Lolyana, M.Pd., sebagai dosen pembahas yang telah dengan sabar memberikan bimbingan, masukan, saran, nasihat dan kritik selama proses penyelesaian skripsi ini
7. Bapak/Ibu dosen dan staf karyawan Program Studi PGSD Universitas Lampung, yang telah membantu mengarahkan, memberikan ilmu dan pengalaman yang berharga dalam menyelesaikan skripsi.
8. Kepala Sekolah Dasar Negeri 1 Rajabasa, Bandar Lampung yang telah memberikan izin kepada peneliti untuk melaksanakan penelitian serta telah memberikan arahan selama penelitian ini.
9. Wali kelas V Sekolah Dasar Negeri 1 Rajabasa, Bandar Lampung yang telah memberikan bimbingan dan bantuan selama pelaksanaan penelitian.
10. Saudari-saudariku terkasih dan tersayang tari, enon, erna, andre yang selalu memberikan motivasi, dukungan, dan mendo'akanku untuk tetap istiqomah.
11. Sahabat-sahabatku dindin dan yohana yang selalu memberikan canda tawa di kehidupan kampusku.
12. Teman-teman terbaikku rahmania dan agustien, yang selalu membantu dan memberikan motivasi serta setia mendengar keluh kesahku. Terima kasih atas kebersamaannya selama ini.

13. Teman-teman seperjuangan PGSD angkatan 2015 terimakasih atas kebersamaan dan dukungan yang telah diberikan selama ini *success for us*.
14. Teman-teman KKN/PPL Desa Belambangan Umpu Kabupaten Way kanan hari, dini,windi,kadek,mini,riabella,devi,dan reza

Semoga Allah SubhanahuWaTa'ala melindungi dan membalas semua kebaikan yang sudah diberikan kepada peneliti. Semoga skripsi ini dapat bermanfaat bagi pembaca.

Bandar Lampung, Agustus 2022
Peneliti

Shintia Fitriani
NPM 1753053026

DAFTAR ISI

	Halaman
DAFTAR TABEL	vii
DAFTAR GAMBAR	viii
DAFTAR LAMPIRAN	ix
I. PENDAHULUAN	
A. Latar Belakang Masalah	1
B. Identifikasi Masalah	4
C. Pembatasan Masalah	4
D. Rumusan Masalah	4
E. Tujuan Penelitian	5
F. Manfaat Penelitian	5
II. TINJAUAN PUSTAKA	
A. Belajar	6
1. Pengertian Belajar	6
2. Teori Behavioristik	7
3. Ciri-ciri Belajar	8
4. Tujuan Belajar	10
5. Prinsip-prinsip Belajar	10
B. Hasil Belajar	11
1. Pengertian Hasil Belajar	12
2. Faktor-faktor yang Mempengaruhi Belajar	12
C. Kecemasan	14
1. Pengertian Kecemasan	14
2. Macam-macam Gangguan Kecemasan	14
3. Faktor-faktor yang Mempengaruhi Kecemasan	14
4. Cara Mengatasi Kecemasan	18
5. Indikator Kecemasan	19
D. Hubungan Kecemasan dengan Hasil Belajar	21
E. Hasil Penelitian yang Relevan	21

F. Kerangka Pikir Penelitian.....	22
G. Hipotesis Penelitian.....	23
III. METODE PENELITIAN	
A. Metode dan Desain Penelitian.....	24
B. Tempat dan Waktu Penelitian.....	24
C. Prosedur Penelitian.....	25
D. Populasi dan Sampel Penelitian.....	25
1. Populasi.....	25
2. Sampel.....	25
E. Variabel Penelitian.....	26
F. Definisi Konseptual dan Operasional Variabel.....	26
G. Teknik Pengumpulan Data.....	28
1. Angket/ Kusioner.....	28
2. Observasi.....	29
3. Dokumentasi.....	29
H. Instrumen Penelitian.....	29
I. Pengujian Prasyarat Analisis Data.....	31
1. Uji Hipotesis.....	37
IV. HASIL DAN PEMBAHASAN	
A. Hasil Penelitian.....	33
1. Deskripsi Data Penelitian Kecemasan.....	33
2. Deskripsi Data Hasil Belajar.....	34
B. Hubungan Kecemasan dengan Hasil belajar.....	35
C. Hasil Uji Validitas dan Reliabilitas.....	35
D. Hasil Analisis Data.....	36
1. Uji Komparatif.....	36
2. Hasil Uji Hipotesis.....	37
E. Pembahasan.....	37
V. KESIMPULAN DAN SARAN	
A. Kesimpulan.....	40
B. Saran.....	40

DAFTAR PUSTAKA

LAMPIRAN

DAFTAR TABEL

Tabel	Halaman
1. Daftar Nilai Ujian Tengah Semester Kelas V SD Negeri 1 Rajabasa Raya Tahun Ajaran 2020/2021.....	2
2. Lembar Wawancara Kelas V di SD Negeri 1 Rajabasa Raya.....	3
3. Jumlah Populasi Peserta Didik.....	25
4. Kisi-kisi Angket Kecemasan.....	27
5. Hasil Uji Validitas Kecemasan.....	30
6. Hasil Uji Reliabilitas Kecemasan.....	31
7. Interpretasi Nilai R.....	31
8. Koefisien Korelasi.....	32
9. Frekuensi Kategori Hasil Belajar.....	34
10. Nilai Rata-rata Kecemasan dengan Nilai Rata-rata Hasil Belajar.....	35
11. Hasil Uji Validitas.....	35
12. Rekapitulasi Hasil Analisis Uji Korelasi.....	36

DAFTAR GAMBAR

Gambar	Halaman
1. Kerangka Pikir Penelitian.....	23
2. Histogram Angket Kecemasan Peserta Didik SD Negeri 1 Rajabasa.....	34

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran	Halaman
1. Rekapitulasi Uji Validitas Kecemasan.....	44
2. Rekapitulasi Uji Reliabilitas Kecemasan.....	45
3. Kisi-kisi Angket Kecemasan.....	46
4. Angket Uji Coba Instrumen Kecemasan.....	48
5. Angket Penelitian Kecemasan	50
6. Hasil Angket Variabel X (Kecemasan).....	52
7. Nilai Ujian Tengah Semester Kelas V SD Negeri 1 Rajabasa Raya Tahun Ajaran 2020/2021.....	55
8. Uji Hipotesis.....	57
9. Uji Komparatif.....	60
10. Tabel r.....	62
11. Dokumentasi.....	63
12. Surat Izin Penelitian.....	65
13. Surat Balasan Izin Penelitian.....	66

I. PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Pendidikan secara umum memiliki peranan yang penting dalam mewujudkan pengetahuan melalui proses pembelajaran. Proses pembelajaran dikatakan berhasil jika kompetensi yang telah ditetapkan dapat dicapai oleh semua peserta didik yang mengikuti proses pembelajaran. Artinya, ada perubahan perilaku pada diri peserta didik baik dalam bentuk kognitif, afektif maupun psikomotorik ke arah yang lebih baik dibandingkan sebelum peserta didik memperoleh pembelajaran. Hasil belajar dalam proses pembelajaran ini meliputi ranah kognitif. Hasil belajar sering kali dijadikan sebagai tolak ukur tercapainya suatu tujuan pendidikan. Pencapaian hasil belajar peserta didik disebabkan karena faktor yang berasal dari dalam diri peserta didik yaitu kecemasan. Kecemasan berkaitan dengan perasaan gelisah yang timbul dari dalam diri peserta didik dan dapat mempengaruhi hasil belajar peserta didik sehingga hasil belajar akan menurun, hal ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Ekawati (2015:164). Selain itu, kecemasan yang tinggi juga mempengaruhi hasil belajar peserta didik. Jika peserta didik merasa cemas maka hasil belajar akan semakin menurun Arinta (2018: 59). Kecemasan dapat terjadi hampir pada semua peserta didik yang ditandai dengan rasa kekhawatiran dan rasa takut. Peserta didik dengan tingkat kecemasan yang berlebihan akan sulit menerima materi pada saat proses pembelajaran. Mengatasi kecemasan peserta didik hal yang dilakukan pendidik adalah dengan cara menanamkan rasa percaya diri, memberikan latihan soal bertahap dari yang mudah, sedang dan sukar, menggunakan metode pembelajaran atau dengan menggunakan media yang menarik agar peserta didik dapat suasana

nyaman dalam belajar. Dari usaha yang dilakukan oleh pendidik diharapkan dapat mengurangi rasa cemas yang dirasakan peserta didik agar hasil belajar peserta didik dapat meningkat, hal ini sependapat dengan penelitian yang dilakukan oleh Weda dan Sakti (2018:719). Berdasarkan hasil observasi yang dilakukan pada tanggal 8 April 2021 di SD Negeri 1 Rajabasa dapat diketahui bahwa hasil belajar pada nilai ujian tengah semester peserta didik kelas V dapat dilihat pada tabel sebagai berikut.

Tabel 1 Daftar Nilai Ujian Tengah Semester Kelas V SD Negeri 1 Rajabasa Raya Tahun Ajaran 2020/2021

Kelas	Jumlah Peserta didik	KKM	Jumlah ketuntasan	Tidak Tuntas	Presentase Ketuntasan	Presentase Tidak Tuntas
VA	30	75	10	20	43,33%	56,7%
VB	30		13	17	40%	60%

Sumber: Dokumentasi Nilai Ujian Tengah Semester Kelas V

Berdasarkan Tabel 1 dapat disimpulkan bahwa hasil belajar nilai ujian tengah semester peserta didik masih rendah dan banyak yang mendapatkan nilai di bawah Kriteria Ketuntasan Minimal (KKM). Selanjutnya peneliti juga melakukan wawancara kepada Ibu Wariyanti, S.Pd sebagai wali kelas V SD Negeri 1 Rajabasa Raya dapat dilihat pada tabel berikut ini

Tabel 2. Lembar Wawancara di kelas V SDN 1 Rajabasa Raya

No	Pertanyaan	Jawaban
1	Ibu saya mau menanyakan kemarin kan kelas V telah melaksanakan ujian tengah semester, bagaimana hasilnya apakah memuaskan?	yaa menurut saya, hasilnya kurang begitu memuaskan karena banyak peserta didik yang tidak lulus
2.	Apakah penyebab rendahnya nilai hasil belajar peserta didik sehingga banyak yang tidak memenuhi kriteria ketuntasan minimal (KKM) bu?	yaa kalau itu, dari faktor dalam peserta didik itu sendiri misalnya seperti tingkat pengetahuannya

		banyak peserta didik yang pengetahuannya rendah dan juga sebagian ada yang pengetahuannya tinggi.
3.	Apakah pada saat Ibu mengajar banyak peserta didik yang merasa cemas? misalnya seperti ketakutan, gemetaran dan sebagainya.	Kalau itu mungkin banyak mba, rata-rata pada saat saya menanyakan pertanyaan pada saat proses pembelajaran banyak peserta didik yang merasa takut dan tegang untuk menjawab, kadang juga ada yang merasa malu untuk menjawab, dan juga ada yang diam saja.
4.	Pada waktu menunjuk salah satu peserta didik untuk mengerjakan soal di papan tulis, bagaimana respon peserta didik tersebut?	Ketika saya tunjuk, misalnya si A maju terkadang mereka menolak, tapi kadang mereka maju walaupun nanti jawabannya benar salah atau tidak dan juga tergantung materinya juga mba, jika materinya mudah mereka maju akan tetapi jika sulit mereka tidak maju dan percaya diri dengan jawabannya.
5	Untuk mengatasi kecemasan yang terjadi pada setiap peserta didik pada saat proses pembelajaran, apakah ibu menggunakan metode, media, atau strategi pembelajaran untuk mengurangi rasa kecemasan tersebut?	Iya saya menggunakan metode berdiskusi dan ceramah kemudian saya juga memberikan motivasi dan pengarahan kepada peserta didik yang ada di kelas. Namun, hanya sebagian yang aktif dan antusias dalam menanggapi persoalan yang ada mungkin akan lebih menarik lagi jika saya menggunakan media

		pembelajaran agar pembelajaran tidak membosankan dan menjadi lebih menyenangkan.
--	--	--

Berdasarkan Tabel 2 dapat disimpulkan bahwa banyak peserta didik yang tidak tuntas atau tidak memenuhi (KKM), banyak peserta didik yang merasa cemas, tegang, dan takut dalam proses pembelajaran, kurangnya kepercayaan diri yang dialami peserta didik pada saat menjawab pertanyaan yang diberikan pendidik, dan tingkat inteligensi peserta didik rendah. Berdasarkan latar belakang yang tertuang di atas, maka peneliti tertarik untuk melakukan penelitian mengenai hubungan antara kecemasan dengan dengan hasil belajar peserta didik kelas V SD.

B. Identifikasi Masalah

Berdasarkan latar belakang masalah yang telah di uraikan dapat diidentifikasi masalah – masalah yang ada yaitu:

1. Hasil belajar peserta didik kelas V masih rendah di bawah KKM
2. Banyak peserta didik yang merasa cemas, tegang, dan takut dalam proses pembelajaran.
3. Kurangnya kepercayaan diri yang dialami peserta didik pada saat menjawab pertanyaan yang diberikan pendidik.
4. Tingkat intelegensi peserta didik rendah

C. Pembatasan Masalah

Berdasarkan identifikasi masalah, maka penelitian ini membatasi masalah sebagai berikut

1. Rendahnya hasil belajar peserta didik kelas V.
2. Tingginya rasa kecemasan yang dialami peserta didik dalam proses pembelajaran

D. Rumusan Masalah

Rumusan masalah dalam penelitian ini adalah “Apakah terdapat hubungan antara kecemasan dengan hasil belajar peserta didik kelas V SD”.

E. Tujuan Penelitian

Tujuan penelitian ini adalah mengetahui hubungan antara kecemasan dengan dengan hasil belajar peserta didik kelas V SD.

F. Manfaat Penelitian

Kegunaan yang diperoleh dari penelitian ini adalah untuk :

1. Manfaat teoritis

Hasil penelitian ini dapat memberikan sumbangan, wawasan, dan ilmu pengetahuan dalam bidang penelitian tentang kecemasan dengan hasil belajar peserta didik Kelas V SD.

2. Manfaat praktis

Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan manfaat bagi:

a. Peserta didik

Peserta didik dapat termotivasi dalam meningkatkan hasil belajar, serta dapat mengurangi rasa takut, tegang dan cemas dalam proses pembelajaran.

b. Pendidik

Diharapkan penelitian ini dapat memberikan informasi mengenai tingkat kecemasan yang dialami peserta didik dan menyesuaikan pembelajaran untuk mengatasi kecemasan pada peserta didik.

c. Kepala Sekolah

Memberikan masukan dalam rangka mengurangi kecemasan peserta didik dalam proses pembelajaran sehingga dapat dijadikan bahan pertimbangan menyusun program sekolah dalam usaha meningkatkan kualitas dan membentuk peserta didik yang berprestasi.

d. Peneliti Selanjutnya

Sebagai sumber informasi dan menambah wawasan bagi peneliti lain dalam mengkaji lebih dalam tentang hubungan kecemasan dengan hasil belajar di sekolah dasar.

II. TINJAUAN PUSTAKA

A. Belajar

1. Pengertian Belajar

Belajar menjadi suatu proses perubahan tingkah laku manusia dalam segala aspek kehidupan yang berlangsung secara aktif dan integratif untuk mencapai suatu tujuan. Pengertian belajar menurut beberapa ahli adalah sebagai berikut.

Menurut Soemanto (2012: 104) mengungkapkan bahwa belajar itu bukan sekedar pengalaman. Belajar adalah proses, dan bukan suatu hasil. Karena itu belajar berlangsung secara aktif dan integratif dengan menggunakan berbagai bentuk perbuatan untuk mencapai suatu tujuan.

Menurut Slameto (2015: 2) menyatakan bahwa belajar adalah suatu proses usaha yang dilakukan seseorang dalam memperoleh suatu perubahan tingkah laku yang baru secara keseluruhan, sebagai hasil pengalamannya sendiri dalam interaksi dengan lingkungannya.

Sedangkan menurut Laura (2012: 390) mendefinisikan belajar adalah perubahan tingkah laku yang relatif menetap dan muncul melalui pengalaman. Belajar merupakan hal wajar yang telah dilakukan oleh semua makhluk dari usia dini dan akan berlangsung sampai meninggal, sehingga secara tidak langsung kita belajar dari bangun tidur sampai tidur kembali.

Menurut Djamarah (2014: 13) menyatakan bahwa belajar adalah Serangkaian kegiatan jiwa raga untuk memperoleh suatu perubahan tingkah laku sebagai hasil pengalaman individu dalam interaksi dengan lingkungannya yang menyangkut kognitif, afektif dan

psikomotor. Oleh karena itu dengan menguasai konsep dasar tentang belajar, seseorang mampu memahami bahwa belajar itu memegang peranan penting.

Menurut Siregar,dkk (2014: 3) menyatakan bahwa belajar adalah Belajar merupakan sebuah proses yang kompleks yang terjadi pada semua orang dan berlangsung seumur hidup, sejak masih bayi bahkan dalam kandungan hingga liang lahat. Salah satu pertanda bahwa seseorang telah belajar sesuatu adalah adanya perubahan tingkah laku dalam dirinya. Perubahan tingkah laku tersebut menyangkut perubahan yang bersifat pengetahuan dan keterampilan maupun yang menyangkut nilai dan sikap.

Berdasarkan pengertian belajar di atas dapat disimpulkan bahwa belajar merupakan suatu aktivitas yang dilakukan seseorang dengan sengaja dalam keadaan sadar untuk memperoleh suatu perubahan tingkah laku baru yang relatif baik secara keseluruhan sebagai hasil dari latihan dan pengalaman sendiri dalam interaksi dengan lingkungannya. Belajar dimaknai sebagai proses perubahan tingkah laku yang relatif tetap yang berlangsung secara aktif dan integratif untuk mencapai tujuan yang telah ditetapkan.

2. Teori Belajar Behavioristik

Belajar menurut teori behavioristik atau aliran tingkah laku, dapat diartikan sebagai proses perubahan tingkah laku sebagai akibat dari adanya interaksi stimulus dan respon. Menurut teori ini, dalam belajar yang penting adalah adanya input berupa stimulus dan output yang berupa respon. Menurut B.F Skinner menciptakan teori yang disebut dengan teori pembiasaan perilaku respons (*operant conditioning*), dimana teori tersebut berpusat pada hubungan antara perilaku dan konsekuensi-konsekuensinya. Penggunaan perilaku yang menyenangkan dan tidak menyenangkan untuk mengubah tingkah laku seseorang tersebut. Skinner dalam Siregar (2014: 35) membedakan 2 macam respon, yaitu:

- a. *Respondent respond* atau *reflexive respond* atau respon Elisit, respon-respon yang ditimbulkan oleh perangsang perangsang tertentu. Misalnya, makanan yang menimbulkan keluarnya air liur.
- b. *Operant respond* atau *instrumental respond* atau respons

Emisi, yaitu respons yang timbul dan berkembangnya diikuti oleh perangsang-perangsang tertentu. Misalnya, anak yang belajar akan mendapat hadiah, maka belajarnya pun akan lebih giat lagi.

Berdasarkan kesimpulan dari penjelasan tersebut bahwa dalam penelitian ini berkaitan dengan teori behavioristik dari ilmuwan B.F Skinner, karena teori ini berisi penjelasan mengenai cara belajar atau bagaimana peserta didik memperoleh informasi dengan kecemasan sebagai stimulus dan peningkatan hasil belajar sebagai respon, hasil belajar peserta didik dapat dipengaruhi kecemasan jika semakin cemas peserta didik dalam belajar maka semakin menurun hasil belajar yang akan dicapai.

3. Ciri-ciri Belajar

Adapun ciri-ciri belajar menurut para ahli adalah sebagai berikut:

Menurut Djamarah dan Zein (2014: 15) ciri-ciri belajar, yaitu sebagai berikut

- a. Perubahan yang terjadi secara sadar.
- b. Perubahan dalam belajar bersifat fungsional.
- c. Perubahan dalam belajar bersifat positif dan aktif.
- d. Perubahan dalam belajar bukan bersifat sementara.
- e. Perubahan dalam belajar bertujuan dan berarah.
- f. Perubahan mencakup seluruh aspek.

Menurut Hermawan (2007: 2) ciri-ciri belajar yaitu adanya perubahan perilaku dalam diri individu tersebut, perubahan perilaku relatif menetap, perubahan perilaku merupakan hasil interaksi aktif individu dengan lingkungannya. Sejalan dengan hal tersebut menurut Hamalik (2013: 31-32) menyimpulkan ciri-ciri belajar yaitu:

- a. Proses belajar ialah pengalaman, perbuatan, mereaksi dan melampaui (*under going*).
- b. Proses melalui bermacam-macam ragam pengalaman dan mata pelajaran yang berpusat pada suatu tujuan tertentu.
- c. Pengalaman belajar secara maksimum bermakna bagi kehidupan peserta didik.
- d. Pengalaman belajar bersumber dari kebutuhan dan tujuan murid sendiri yang mendorong motivasi yang kontinu.

- e. Proses belajar dan hasil belajar disyarati oleh hereditas dan lingkungan.
- f. Proses belajar dan hasil usaha belajar secara materil dipengaruhi oleh perbedaan-perbedaan individual dikalangan peserta didik.

Menurut Djamarah (2014: 15) menyatakan bahwa belajar adalah perubahan tingkah laku, maka ada beberapa perubahan tertentu yang dimasukkan ke dalam ciri-ciri belajar, yaitu:

- a. Perubahan yang terjadi secara sadar.
Ini berarti individu yang belajar akan menyadari terjadinya perubahan itu atau sekurang-kurangnya individu merasakan telah terjadi adanya suatu perubahan dalam dirinya.
- b. Perubahan dalam belajar bersifat fungsional.
Sebagai hasil belajar, perubahan yang terjadi dalam diri individu berlangsung terus menerus dan tidak statis. Suatu perubahan yang terjadi akan menyebabkan perubahan berikutnya dan akan berguna bagi kehidupan ataupun proses belajar berikutnya.
- c. Perubahan dalam belajar bersifat positif dan aktif.
Perubahan selalu bertambah dan tertuju untuk memperoleh sesuatu yang lebih baik dari sebelumnya. Semakin banyak usaha belajar yang dilakukan, makin banyak dan makin baik perubahan yang diperoleh.
- d. Perubahan dalam belajar bukan bersifat sementara.
Perubahan yang terjadi karena proses belajar bersifat menetap atau permanen. Tingkah laku yang terjadi setelah belajar akan bersifat menetap.
- e. Perubahan dalam belajar bertujuan atau terarah.
Perubahan tingkah laku terjadi karena adanya tujuan yang akan dicapai. Perubahan belajar terarah pada perubahan tingkah laku yang disadari.
- f. Perubahan mencakup seluruh aspek tingkah laku.

Berdasarkan pendapat di atas peneliti menyimpulkan bahwa ciri-ciri belajar menurut Djamarah yaitu perubahan yang terjadi secara sadar, perubahan dalam belajar yang bersifat fungsional, perubahan dalam belajar yang bersifat positif dan aktif, perubahan dalam belajar bukan yang bersifat sementara, perubahan dalam belajar yang bertujuan dan terarah dan perubahan mencakup seluruh aspek tingkah laku.

4. Tujuan Belajar

Tujuan belajar adalah hasil yang menunjukkan bahwa peserta didik telah melakukan suatu kegiatan belajar. Menurut Dimiyati dan Mudjiono (2013: 8) mengemukakan bahwa tujuan belajar adalah memperoleh hasil belajar dan pengalaman hidup, sedangkan menurut Sardiman (2012: 26-29) tujuan belajar adalah untuk mendapatkan pengetahuan, penanaman konsep dan keterampilan dan pembentukan sikap. Sedangkan menurut Kurniasih (2018: 3) berpendapat bahwa: tujuan belajar adalah memperoleh hasil belajar dan peserta didik mampu mengembangkan potensi dirinya untuk memiliki kekuatan spiritual keagamaan, pengendalian diri, kepribadian, kecerdasan, ahlak mulia, serta keterampilan yang diperlukan dirinya, masyarakat, bangsa, dan negara.

Berdasarkan pendapat di atas dapat disimpulkan bahwa tujuan belajar adalah hasil belajar yang ingin dicapai peserta didik setelah melakukan proses kegiatan belajar. Bentuk dari hasil yang ingin dicapai adalah dari aspek kognitif, aspek psikomotor, pembentukan sikap, penanaman konsep dan keterampilan.

5. Prinsip-prinsip Belajar

Prinsip belajar sangat penting pada kegiatan pembelajaran, prinsip belajar dapat dijadikan dasar dalam kegiatan pembelajaran, baik bagi peserta didik maupun pendidik dalam upaya mencapai proses belajar mengajar yang berjalan dengan baik. Prinsip belajar juga berguna untuk mengembangkan sikap yang diperlukan untuk menunjang peningkatan belajar peserta didik.

Menurut Suprijono (2012: 4-5) mengatakan bahwa prinsip-prinsip belajar yaitu perubahan perilaku, belajar merupakan proses, belajar merupakan bentuk pengalaman. Sedangkan menurut Khuluqo (2016: 18) mengemukakan bahwa prinsip belajar yaitu:

- a. Belajar perlu memiliki pengalaman dasar
- b. Belajar harus bertujuan yang jelas dan terarah,
- c. Belajar memerlukan situasi yang problematis,
- d. Belajar harus memiliki tekad dan kemauan yang keras
- e. Belajar memerlukan bimbingan, arahan, serta dorongan,

- f. Belajar memerlukan latihan,
- g. Belajar memerlukan latihan yang tepat,
- h. Belajar membutuhkan waktu dan tempat yang tepat.

Menurut Suprijo dalam Thobroni dan Mustofa (2012 :21) prinsip-prinsip belajar terdiri dari tiga hal, yaitu :

- a. Pertama, prinsip belajar adalah perubahan perilaku sebagai hasil belajar yang memiliki ciri-ciri sebagai berikut :
 - 1) Sebagai hasil tindakan rasional instrumental
 - 2) Kontinu atau berkesinambungan dengan perilaku lainnya.
 - 3) Fungsional atau bermanfaat sebagai bekal hidup.
 - 4) Positif atau berakumulasi.
 - 5) Aktif sebagai usaha yang direncanakan dan dilakukan.
 - 6) Permanen atau tetap.
 - 7) Bertujuan atau terarah.
 - 8) Mencakup keseluruhan potensi kemanusiaan
- b. Kedua, belajar merupakan proses. Belajar terjadi karena dorongan kebutuhan dan tujuan yang ingin dicapai. Belajar adalah proses sistematis yang dinamis, konstruktif, dan organik. Belajar merupakan kesatuan fungsional dari berbagai komponen belajar.
- c. Ketiga, belajar merupakan bentuk pengalaman. Pengalaman pada dasarnya adalah hasil interaksi antara peserta didik dan lingkungannya.

Berdasarkan pendapat para ahli di atas dapat disimpulkan bahwa prinsip - prinsip belajar harus memiliki tujuan yang jelas dan terarah, belajar merupakan proses yang berlangsung seumur hidup, dengan belajar dapat menghasilkan perubahan perilaku yang positif agar dapat menunjang peningkatan mutu belajar peserta didik.

B. Hasil Belajar

1. Pengertian Hasil Belajar

Proses pembelajaran mempunyai beberapa tahapan yang nantinya akan berakhir pada hasil belajar. Tahap awal peserta didik akan diberikan informasi yang terkait dengan materi yang dipelajari. Terakhir akan diperoleh hasil belajar melalui evaluasi keseluruhan untuk mengukur sejauh mana sejauh mana pemahaman terhadap materi yang telah diberikan.

Suprijono (2012: 7) mengungkapkan hasil belajar adalah perubahan perilaku secara keseluruhan bukan hanya salah satu aspek potensi kemanusiaan saja.

Hasil belajar dapat dijadikan sebagai tolak ukur tercapainya suatu pendidikan. Menurut Sudjana dalam Kunandar (2010: 276) mengemukakan bahwa hasil belajar merupakan suatu akibat dari proses belajar dengan menggunakan alat pengukuran berupa tes yang disusun secara terencana, baik tes tertulis, tes lisan maupun tes perbuatan.

Menurut Bloom dalam Susanto (2013: 22-23) mengungkapkan bahwa:

- a. Ranah kognitif yaitu memahami pengetahuan faktual dengan cara mengamati dan menanya berdasarkan rasa ingin tahu tentang dirinya, dan benda-benda yang dijumpainya di rumah, di sekolah dan tempat bermain.
- b. Ranah afektif yaitu memiliki perilaku jujur, disiplin, tanggung jawab, peduli, percaya diri dan santun.
- c. Ranah Psikomotor adalah menyajikan pengetahuan faktual dalam bahasa yang jelas, sistematis dan logis, dalam karya yang estetis, dalam gerakan yang mencerminkan anak sehat, dan dalam tindakan yang mencerminkan anak yang beriman dan berakhlak mulia.

Berdasarkan pendapat para ahli dapat disimpulkan bahwa hasil belajar perubahan perilaku yang diperoleh peserta didik setelah mengalami proses pembelajaran. perubahan perilaku tersebut menjadi tiga ranah yaitu kognitif, afektif, dan psikomotorik. Namun, peneliti membatasi pada ranah kognitif yang meliputi C₁ (menyebutkan), C₂ (memahami), C₃ (menentukan) dan C₄ (menganalisis)

2. Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Hasil Belajar

Memperoleh hasil belajar yang memuaskan maka diperlukan dorongan atau usaha dalam diri sendiri maupun lingkungan. Menurut Dalyono (2012: 55) faktor-faktor yang menentukan pencapaian hasil belajar yaitu: faktor yang berasal dari dalam diri (kesehatan, kecemasan, intregensi, bakat, minat, motivasi, cara belajar), faktor-faktor lingkungan (keluarga, sekolah, masyarakat, lingkungan). Sedangkan menurut Hamalik (2013: 32) belajar

yang efektif sangat dipengaruhi oleh faktor-faktor kondisional yang ada.

Faktor-faktor itu adalah sebagai berikut:

- a. Faktor kegiatan, penggunaan dan ulangan.
- b. Belajar memerlukan latihan.
- c. Belajar peserta didik lebih berhasil, belajar akan lebih berhasil jika peserta didik merasa berhasil dan mendapat kepuasannya.
- d. Peserta didik yang belajar ia harus mengetahui apakah berhasil atau gagal dalam belajarnya.
- e. Faktor asosiasi besar manfaatnya dalam belajar.
- f. Pengalaman masa lampau (bahan apersepsi) dan pengertian-pengertian yang telah dimiliki oleh peserta didik, besar peranannya dalam proses belajar.
- g. Faktor kesiapan belajar.
- h. Faktor minat dan usaha.
- i. Faktor-faktor fisiologis.
- j. Faktor inteligensi

Adapun pendapat Waslimah dalam Susanto (2013: 12) mengemukakan bahwa hasil belajar yang dicapai peserta didik merupakan hasil interaksi antara berbagai faktor yang mempengaruhi, baik secara internal maupun eksternal. Secara terperinci dijelaskan sebagai berikut.

- a. Faktor internal, merupakan faktor yang bersumber dari dalam diri peserta didik, yang memengaruhi kemampuan belajarnya. Faktor internal ini meliputi: kecerdasan, minat dan perhatian, motivasi belajar, ketekunan/keyakinan diri dalam belajar, sikap kebiasaan belajar, kecemasan dan serta kondisi fisik dan kesehatan .
- b. Faktor eksternal; faktor yang berasal dari luar diri peserta didik yang memengaruhi hasil belajar, yaitu keluarga, sekolah, dan masyarakat. Keadaan keluarga berpengaruh terhadap hasil belajar peserta didik. Keluarga yang keadaan ekonominya rendah, *broken home*, perhatian orang tua yang kurang terhadap anaknya, serta kebiasaan sehari-hari yang kurang baik dari orangtua dalam kehidupan sehari-hari berpengaruh dalam hasil belajar peserta didik.

Berdasarkan pendapat ahli tersebut dapat disimpulkan faktor yang mempengaruhi hasil belajar berasal dari dalam diri (intrinsik) dan dari luar dirinya (ekstrinsik). Namun, dalam penelitian ini faktor yang mempengaruhi hasil belajar adalah faktor yang berasal dari dalam diri yaitu kecemasan.

C. Kecemasan

1. Pengertian Kecemasan

Kecemasan merupakan perasaan tidak menyenangkan yang terjadi pada setiap orang. Adapun pengertian kecemasan menurut para ahli adalah sebagai berikut:

Menurut Desiningrum (2016:55) berpendapat bahwa kecemasan merupakan sesuatu yang menimpa hampir pada setiap orang pada waktu tertentu dalam kehidupannya. Menurut Wicaksono dan Saufi (2013: 21) kecemasan merupakan sesuatu kondisi kurang menyenangkan yang dialami oleh individu yang dapat mempengaruhi keadaan fisiknya.

Selanjutnya menurut Rohmah (2011:40) reaksi yang dapat terbilang wajar apabila disebabkan oleh keadaan yang menimbulkan stress yang jelas dan dirasakan terlalu berlebihan akan memberikan dampak yang tidak baik bagi seseorang. Sedangkan menurut Supriyantini (2010: 23) menyatakan bahwa kecemasan adalah suatu perubahan yang luas yang disebabkan oleh sesuatu yang terdapat di luar individu namun lebih di akibatkan oleh cara berpikir individu tentang apa yang terjadi pada dirinya.

Berdasarkan pendapat ahli tersebut maka dapat disimpulkan bahwa kecemasan merupakan reaksi normal terhadap sesuatu atau keadaan suasana, perasaan yang menimpa hampir setiap orang yang ditandai dengan rasa kekhawatiran, kegelisahan, keprihatinan dan takut yang kadang-kadang dialami tingkatan yang berbeda.

2. Macam -macam Gangguan Kecemasan

Gangguan kecemasan adalah gangguan psikologis yang mencakup ketegangan motorik. Menurut King (2010:301). Beberapa gangguan kecemasan antara lain.

- a. Gangguan kecemasan tergeneralisasi
Gangguan kecemasan tergeneralisasi ini dimana seseorang dengan gangguan kecemasan tergeneralisasi merasa cemas hampir setiap saat. Para penderita mengalami kecemasan yang terus-menerus,

dan tidak mampu untuk menunjuk alasan jelas untuk kecemasan tersebut.

- b. Gangguan panik
Gangguan panik seseorang mengalami secara berulang-ulang kemunculan mendadak dari sebuah teror yang sangat intens. Individu sering mengalami perasaan hancur, tetapi mungkin saja tidak mengalami cemas. Gangguan panik sering muncul tanpa peringatan terlebih dahulu dan menghasilkan denyut jantung yang sangat cepat, sakit di dada, gemetar, berkeringat, pusing dan perasaan tidak berdaya.
- c. Gangguan fobia
Gangguan kecemasan yang ketakutannya yang terus bertahan yang bersifat irasional, berlebihan terhadap sesuatu objek atau situasi tertentu.
- d. Gangguan obsesif-kompulsif
Gangguan obsesif-kompulsif adalah gangguan dimana individu memiliki pikiran-pikiran yang menimbulkan kecemasan yang tidak akan hilang dan dorongan untuk melakukan perilaku berulang yang seperti ritual untuk mencegah atau menghasilkan situasi serupa di masa depan.

Menurut Ramaiah (2007:13) ada beberapa gangguan kecemasan antara lain:

- a. Gangguan kepanikan
Gangguan kepanikan yang wajar ialah perasaan panik, palpitasi (degup jantung yang keras dan kesadaran denyut jantung), rasa sakit dada, sulit bernafas atau bernafas cepat dan rasa pusing atau rasa lemah.
- b. Gangguan kecemasan pada umumnya
Gangguan kecemasan pada umumnya adalah suatu kondisi penyebab kegelisahan atau ketegangan yang menahun dan berlebihan, sering kali tidak dipicu oleh faktor lain.
- c. Gangguan fobia
Gangguan fobia adalah kondisi-kondisi dimana meliputi ketakutan yang tidak rasional pada suatu objek, aktivitas atau situasi tertentu.

Menurut Fauziah & Widuri (2007:77) membagi gangguan kecemasan dalam beberapa jenis, yaitu :

- a. Fobia Spesifik yaitu suatu ketakutan yang tidak diinginkan karena kehadiran atauantisipasi terhadap obyek atau situasi yang spesifik.

- b. Fobia Sosial Merupakan suatu ketakutan yang tidak rasional dan menetap, biasanya berhubungan dengan kehadiran orang lain. Individu menghindari situasi dimana dirinya dievaluasi atau dikritik, yang membuatnya merasa terhina atau dipermalukan, dan menunjukkan tanda-tanda kecemasan atau menampilkan perilaku lain yang memalukan.
- c. Gangguan Panik
Gangguan panik memiliki karakteristik terjadinya serangan panik yang spontan dan tidak terduga. Beberapa simptom yang dapat muncul pada gangguan panik antara lain; sulit bernafas, jantung berdetak kencang, mual, rasa sakit didada, berkeringat dingin, dan gemetar.

Berdasarkan pendapat ahli tersebut dapat disimpulkan bahwa macam-macam gangguan kecemasan adalah gangguan tergeneralisasi, gangguan panik, gangguan fobia, dan gangguan obsesif kompulsif.

3. Faktor – faktor yang Mempengaruhi Kecemasan

Seluruh ingatan yang ditekan selama masa balita dan masa kanak-kanak dapat berdampak pada kehidupan di masa dewasa, dan akhirnya menjadi kecemasan. Kecemasan sering kali berkembang selama jangka waktu panjang dan sebagian besar tergantung pada seluruh pengalaman hidup seseorang menurut Ramaiah (2007:11). Ada empat faktor yang mempengaruhi kecemasan yaitu:

- a. Lingkungan
Lingkungan atau sekitar tempat tinggal anda mempengaruhi cara berpikir tentang diri sendiri dan orang lain. Hal ini bisa saja disebabkan pengalaman dengan keluarga, dengan sahabat, dengan rekan kerja, dan lain-lain. Kecemasan wajar timbul jika merasa tidak aman terhadap lingkungan.
- b. Emosi yang ditekan
Kecemasan bisa terjadi jika tidak mampu menekan jalan keluar untuk perasaan dalam hubungan personal. Jika menekan rasa marah atau frustrasi dalam jangka waktu lama sekali.
- c. Sebab-sebab fisik
Pikiran dan tubuh senantiasa saling berinteraksi dan dapat menyebabkan timbulnya kecemasan. Ini biasanya terlihat dalam kondisi seperti misalnya kehamilan, semasa remaja dan sewaktu pulih dari suatu penyakit. Selama ditimpa kondisi ini perubahan-perubahan perasaan lazim muncul dan ini dapat menyebabkan timbulnya kecemasan.

- d. Keturunan
Sekalipun gangguan emosi ada yang ditemukan dalam keluarga-keluarga tertentu, ini bukan merupakan penyebab penting dari kecemasan.

Menurut Untari, (2014: 44) menyatakan bahwa ada beberapa faktor yang mempengaruhi kecemasan yaitu:

- a. Usia
Semakin meningkat usia seseorang semakin baik tingkat kematangan seseorang walau sebenarnya tidak mutlak.
- b. Jenis kelamin
Perempuan memiliki tingkat kecemasan yang lebih tinggi dibandingkan subyek yang berjenis kelamin laki-laki. Dikarenakan perempuan lebih peka terhadap emosi yang pada akhirnya peka juga terhadap perasaan cemasnya.
- c. Tahap perkembangan
Setiap tahap dalam usia perkembangan sangat berpengaruh pada perkembangan jiwa termasuk didalamnya konsep diri yang akan mempengaruhi ide, pikiran, kepercayaan dan pandangan individu tentang dirinya.
- d. Pendidikan
Seorang dengan tingkat pendidikan yang rendah mudah mengalami kecemasan, karena semakin tinggi pendidikan akan mempengaruhi kemampuan berfikir seseorang.
- e. Status kesehatan
Seseorang yang sedang sakit dapat menurunkan kapasitas seseorang dalam menghadapi stress.
- f. Dukungan sosial dan lingkungan
Dukungan sosial dan lingkungan sekitar dapat mempengaruhi cara berfikir seseorang tentang diri sendiri dan orang lain. Hal ini disebabkan oleh pengalaman seseorang dengan keluarga, sahabat rekan kerja dan lain-lain. Kecemasan akan timbul jika seseorang merasa tidak aman terhadap lingkungan.

Selanjutnya menurut Daradjat dalam Rochman, (2010:167) mengemukakan beberapa penyebab dari kecemasan yaitu :

- a. Rasa cemas yang timbul akibat melihat adanya bahaya yang mengancam dirinya. Kecemasan ini lebih dekat dengan rasa takut, karena sumbernya terlihat jelas didalam pikiran
- b. Cemas karena merasa berdosa atau bersalah, karena melakukan hal-hal yang berlawanan dengan keyakinan atau hati nurani. Kecemasan ini sering pula menyertai gejala-gejala gangguan mental, yang kadang-kadang terlihat dalam bentuk yang umum.
- c. Kecemasan yang berupa penyakit dan terlihat dalam beberapa bentuk. Kecemasan ini disebabkan oleh hal yang tidak jelas dan tidak berhubungan dengan apapun yang terkadang disertai dengan

perasaan takut yang mempengaruhi keseluruhan kepribadian penderitanya. Kecemasan hadir karena adanya suatu emosi yang berlebihan.

Berdasarkan penjelasan tersebut peneliti mengambil kesimpulan bahwa faktor-faktor yang mempengaruhi kecemasan adalah usia, jenis kelamin, pendidikan, status kesehatan, emosi yang ditekan, dan dukungan sosial dan lingkungan.

4. Cara mengatasi Kecemasan

mengatasi kecemasan dapat dilakukan secara alami, yaitu menyarankan teknik-teknik relaksasi, perilaku pendukung dan pemberian semangat dari keluarga, dan sahabat, latihan serta diet untuk mengatasi kecemasan. Para ahli juga mengemukakan beberapa cara mengatasi kecemasan. Menurut Ramaiah (2007:98) menjelaskan cara mengatasi kecemasan adalah sebagai berikut:

- a. Pengendalian diri
Cara paling tepat untuk mengendalikan kecemasan adalah bersantai. Menganalisis kondisi dan situasi yang menyebabkan kecemasan dan identifikasi pilihan-pilihan atau solusi yang tepat. Selalu mengembangkan sikap yang positif.
- b. Menghindari situasi disaat peserta didik yang mempunyai kecemasan tinggi ditempatkan di muka.
- c. Dukungan
Dukungan dari teman satu kelas, pendidik dan keluarga dapat memberikan kesembuhan sementara namun tidak dapat mencegah atau menyembuhkan kecemasan.
- d. Hindari menekankan waktu yang tidak penting.
- e. Pindahkan beberapa tekanan dari tes-tes terstandar yang diperlukan ke tes sehari-hari.

Menurut Slameto (2015: 23) mengungkapkan bahwa terdapat beberapa cara mengatasi kecemasan dalam menghadapi tes, diantaranya adalah:

- a. Tes harus dimaksudkan untuk diagnosa, bukan untuk menghukum peserta didik yang gagal mencapai harapan-harapan pendidik dan orang tua;
- b. Menghindari menentukan berhasil atau tidaknya peserta didik hanya dari hasil satu tes;
- c. Membuat catatan pribadi pada setiap lembar jawaban tes yang menyarankan peserta didik untuk tepat berusaha dengan baik dan harus meningkatkan usahanya;

- d. Meyakinkan bahwa setiap pertanyaan mengukur hal yang penting yang telah diajarkan kepada peserta didik;
- e. Menghindari pelaksanaan tes atau ujian tanpa pemberitahuan;
- f. Menjadwalkan pertemuan-pertemuan pribadi dengan peserta didik sesering mungkin untuk mengurangi kecemasan dan untuk mengarahkan belajar apabila perlu;

Djiwandono (2009: 43) menyatakan cara mengatasi kecemasan yaitu

- a. Menggunakan kompetisi secara hati-hati,
- b. Memperhatikan situasi peserta didik,
- c. Memberikan perintah yang jelas,
- d. Menghindari menekankan waktu yang tidak penting, dan memindahkan beberapa tekanan dari tes-tes standar yang diperlukan ke tes sehari-hari.

Berdasarkan pendapat ahli tersebut maka dapat disimpulkan cara mengatasi kecemasan adalah dengan cara pengendalian diri, menghindari situasi disaat peserta didik yang mempunyai kecemasan tinggi, dukungan, hindari menekankan waktu yang tidak penting, dan memindahkan tes-tes yang terstandar yang diperlukan ke tes sehari-hari.

5. Indikator Kecemasan

Para ahli menjelaskan beberapa indikator kecemasan yang dialami oleh seseorang. Indikator yang dialami beberapa orang berbeda-beda. Indikator tersebut saling berkaitan dan berhubungan dengan kondisi peserta didik.

Menurut Kardjono (2009:30) indikator kecemasan terdiri dari:

- a. Perasaan takut yaitu suatu perasaan yang tidak menyenangkan akan suatu hal yang nyata ataupun hanya berupa khayalan yang dianggap membahayakan diri.
- b. Perasaan was-was yaitu ketika diri memiliki perasaan cemas yang berlebihan.
- c. Perasaan khawatir yaitu suatu keadaan dimana ketika pikiran diri sering beralih dari fokus permasalahan.

Menurut Dzulfikar (2016: 52) mengemukakan indikator kecemasan terkait dengan indikator hasil belajar matematika terdiri dari empat komponen yaitu

- a. *Mathematics knowledge/understanding*
Berkaitan dengan hal-hal seperti munculnya pikiran bahwa dirinya tidak cukup tahu tentang matematika.

b. Somatic

Berkaitan dengan perubahan pada keadaan tubuh individu misalnya tubuh berkeringat atau jantung berdebar cepat.

c. Cognitive

Berkaitan dengan perubahan pada kognitif seseorang ketika berhadapan dengan matematika, seperti tidak dapat berpikir jernih atau menjadi lupa hal-hal yang biasanya dapat ia ingat.

d. Attitude

Berkaitan dengan sikap yang muncul ketika seseorang memiliki kecemasan matematika, misalnya ia tidak percaya diri untuk melakukan hal yang diminta atau enggan untuk melakukannya.

Whitbourne & Krauss dalam Desiningrum (2016:56) membagi indikator kecemasan menjadi dua aspek gejala kecemasan fisiologis dan gejala psikologis.

- a. Gejala fisiologis meliputi gejala yang menyangkut kondisi badan atau tubuh seseorang yang cemas, terutama yang menyangkut fungsi sistem syaraf yang ditunjukkan dari ekspresinya seperti gemetar, pucat, menggigit kuku, tidak dapat tidur, perut mual, keringat berlebihan, sulit bicara, nafas pendek, jantung berdebar-debar dan tangan terasa dingin.
- b. Gejala psikologis meliputi gejala yang terkait dengan kondisi emosi dan pikiran seseorang yang mengalami kecemasan seperti takut dan khawatir yang tidak terkendali, merasa tertekan, merasa tidak mudah menghadapi sesuatu yang buruk yang akan terjadi, terus menerus mengeluh tentang perasaan takut terhadap masa depan, percaya sesuatu yang menakutkan akan terjadi dengan sebab yang tidak jelas, kepekaan yang tajam dengan sensasi tubuh, terancam dengan orang atau keadaan yang secara normal tidak diperhatikan, takut kehilangan kontrol, takut tidak bisa menghadapi permasalahan, berpikir hal tertentu berulang-ulang, ingin melarikan diri, bingung, kesulitan berkonsentrasi.

Berdasarkan pendapat ahli tersebut maka dapat disimpulkan bahwa indikator kecemasan adalah gejala fisiologis dan gejala psikologis. Namun peneliti membatasi indikator dalam gejala fisiologis meliputi gemetar, tidak dapat tidur, jantung berdebar, keringat berlebihan, suara bergetar, sakit perut atau mual, kepala pusing, tangan terasa dingin, dan perasaan tegang. Sedangkan psikologis meliputi ingin melarikan diri, sulit untuk berkonsentrasi, khawatir, takut, dan gelisah.

D. Hubungan Kecemasan dengan Hasil Belajar Peserta Didik

Proses pembelajaran mempunyai beberapa tahapan yang nantinya akan berakhir pada hasil belajar. Hasil belajar dapat dijadikan sebagai tolak ukur tercapainya suatu pendidikan. Menurut Sudjana dalam Kunandar (2010: 276) mengemukakan bahwa hasil belajar merupakan suatu akibat dari proses belajar dengan menggunakan alat pengukuran berupa tes yang disusun secara terencana, baik tes tertulis, tes lisan maupun tes perbuatan. Terdapat faktor dalam diri yang mempengaruhi hasil belajar salah satunya adalah kecemasan. Menurut Susanti dan Rohmah (2011:40) kecemasan dapat disebabkan oleh keadaan yang menimbulkan stress yang jelas dan dirasakan terlalu berlebihan akan memberikan dampak yang tidak baik bagi seseorang. Apabila peserta didik terlalu cemas dalam proses pembelajaran maka akan dapat berpengaruh bagi hasil belajar peserta didik tersebut.

Berdasarkan pendapat para ahli di atas peneliti menarik kesimpulan bahwa kecemasan sangat berpengaruh terhadap hasil belajar peserta didik. Bentuk yang dapat dilakukan pendidik untuk mengurangi rasa kecemasan yaitu dengan pengendalian diri, menghindari situasi disaat peserta didik yang mempunyai kecemasan tinggi, dukungan, hindari menekankan waktu yang tidak penting, dan memindahkan tes-tes yang terstandar yang diperlukan ke tes sehari-hari

E. Hasil Penelitian yang Relevan

Hasil penelitian yang relevan yang terkait dengan penelitian ini diantaranya yaitu:

1. Ekawati (2015) penelitian ini dilakukan di SMP 13 Banjarmasin pada kelas VII. Hasil penelitiannya dinyatakan bahwa terdapat pengaruh yang kuat antara kecemasan terhadap hasil belajar matematika peserta didik kelas VII sebesar 0,815.
2. Nurjayadi (2016) penelitian ini dilakukan di SDN 3 Pengasih pada kelas VI. Hasil penelitiannya dinyatakan bahwa tingkat kecemasan peserta didik kelas VI SDN 3 Pengasih terhadap pembelajaran kayang dalam

senam lantai masuk dalam kategori sedan dengan presentase mencapai 48,1%.

3. Utami (2018) penelitian ini dilakukan di SD Negeri 1 Ceper, Jawa Tengah pada kelas V dan VI. Hasil penelitian dinyatakan bahwa terdapat hubungan yang signifikan tingkat pengetahuan dengan tingkat kecemasan remaja dalam menghadapi *menarche* pada peserta didik kelas V dan VI dengan korelasi sebesar 0,494.
4. Fariza (2020) penelitian ini dilakukan di SDN 64 Sukananti abupaten Bengkulu Selatan pada kelas V. Hasil penelitiannya dinyatakan bahwa terdapat pengaruh antara kecemasan mengikuti ujian akhir semester terhadap prestasi belajar matematika peserta didik kelas V SDN 64 Sukananti Kecamatan Kedurang Ulu Kabupaten Bengkulu Selatan. Dapat dibuktikan juga dengan hasil perhitungan persamaan regresi linier sederhana $Y = 205,04 + 0,795X$
5. Arinta (2018) penelitian ini dilakukan di SDN 1 Banyuurip pada kelas V. Hasil penelitian dinyatakan bahwa terdapat hubungan antara kecemasan dengan prestasi belajar matematika sebesar 0,527.

F. Kerangka Pikir Penelitian

Belajar merupakan perubahan tingkah laku individu yang relatif menetap sebagai hasil dari pengalaman dan interaksi dengan lingkungan (menggunakan panca indera) yang melibatkan proses kognitif. Belajar sering kali dikaitkan dengan hasil belajar yang dicapai peserta didik. Hasil belajar adalah perubahan perilaku yang diperoleh peserta didik setelah mengalami proses pembelajaran. Perolehan aspek-aspek perubahan perilaku tersebut tergantung pada apa yang telah dipelajari oleh peserta didik, yang berupa ranah yaitu, ranah kognitif, ranah afektif dan ranah psikomotorik.

Terdapat faktor yang mempengaruhi hasil belajar peserta didik, baik faktor dari dalam individu maupun dari luar individu. Faktor dari dalam yang mempengaruhi prestasi belajar diantaranya adalah faktor jasmaniah, psikologis, fisiologis, dan kelelahan, sedangkan faktor dari luar meliputi faktor keluarga, sekolah dan masyarakat. Salah satu faktor yang mempengaruhi hasil belajar

adalah faktor dari dalam yaitu faktor psikologis yaitu kecemasan.

Kecemasan merupakan reaksi normal terhadap sesuatu atau keadaan suasana, perasaan yang menimpa hampir setiap orang yang ditandai dengan rasa kekhawatiran, kegelisahan, keprihatinan dan takut yang kadang-kadang dialami tingkatan yang berbeda. Kegelisahan terlihat dari raut muka dan tingkah laku peserta didik di sekolah dasar apabila peserta didik gelisah dalam proses pembelajaran maka akan mempengaruhi rendah atau tingginya hasil belajar. Rendahnya hasil belajar tersebut dikarenakan oleh kurangnya pemahaman peserta didik terhadap konsep belajar tematik. Bila kondisi tersebut terus berkelanjutan maka akan menimbulkan kecemasan dalam menghadapi pelajaran tematik dimana secara tidak langsung akan mempengaruhi hasil belajar tematik di SD. Maka dari itu peneliti tertarik melakukan penelitian tentang kecemasan peserta didik dengan hasil belajar peserta didik kelas V SD. Selain itu peneliti juga ingin mengetahui apakah ada hubungan antara kecemasan dengan hasil belajar peserta didik kelas V SD. Lebih mudahnya dapat dilihat dari kerangka berpikir dapat dilihat sebagai berikut



Gambar 1. Kerangka Pikir Penelitian

Keterangan :

- X = Kecemasan terdiri dari fisiologis dan psikologis
 Y = Hasil Belajar Peserta Didik (kognitif)
 → = Hubungan

G. Hipotesis Penelitian

Hipotesis yang diajukan dalam penelitian ini adalah hubungan kecemasan dengan hasil belajar peserta didik kelas V SD maka hipotesis yang diajukan adalah:

- Terdapat hubungan yang positif, erat dan signifikan antara kecemasan dengan hasil belajar peserta didik kelas V SD.

III. METODE PENELITIAN

A. Metode dan Desain Penelitian

Pendekatan dalam penelitian ini adalah pendekatan kuantitatif karena data penelitiannya berupa angka-angka dan analisisnya menggunakan statistik. Oleh karena itu, pendekatan kuantitatif digunakan peneliti untuk mendapatkan data yang akurat berdasarkan fenomena masalah yang empiris dan dapat diukur.

Penelitian ini dilihat dari sumber permasalahannya, maka penelitian ini menggunakan desain penelitian *ex post facto* dan korelasional. Penelitian *ex post facto* dilakukan dengan meninjau kebelakang untuk mengetahui faktor-faktor yang menyebabkan suatu peristiwa dapat terjadi. Sedangkan penelitian korelasional adalah suatu penelitian untuk mengetahui tingkat hubungan antara satu variabel atau lebih tanpa ada upaya untuk mempengaruhi variabel. Penelitian dilakukan untuk mengetahui tentang ada tidaknya hubungan variabel yang terkait dalam variabel yang diteliti yaitu hubungan kecemasan dengan hasil belajar peserta didik kelas V SD.

B. Tempat dan Waktu Penelitian

1. Tempat penelitian

Penelitian ini dilaksanakan di SDN 1 Rajabasa Raya

2. Waktu penelitian

Penelitian ini dilaksanakan pada tahun ajaran 2020/2021

C. Prosedur Penelitian

Penelitian ini terdiri dari atas 3 tahapan yaitu: prapenelitian, perencanaan dan tahap pelaksanaan penelitian. Adapun langkah-langkah dari setiap tahapan tersebut adalah sebagai berikut:

1. Penelitian Pendahuluan
 - a. Membuat surat izin penelitian pendahuluan ke sekolah
 - b. Melakukan penelitian pendahuluan untuk mengetahui kondisi hasil belajar peserta didik, jumlah peserta didik kelas V yang akan dijadikan subjek penelitian, serta cara mengajar pendidik
2. Tahap Perencanaan
 - a. Membuat kisi-kisi dan instrumen data berupa angket
3. Tahap Pelaksanaan
 - a. Melaksanakan penelitian dengan membagikan instrumen angket kepada sampel penelitian
 - b. Mengolah dan menganalisis data penelitian
 - c. Interpretasi hasil perhitungan data

D. Populasi dan Sampel

1. Populasi Penelitian

Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh peserta didik kelas V SDN 1 Rajabasa Raya yang berjumlah 60 peserta didik dapat dilihat pada tabel berikut.

Tabel 3. Jumlah Populasi Peserta Didik

Sekolah Dasar Negeri	Kelas VA	Kelas VB	Jumlah
SDN 1 Rajabasa Raya	30	30	60

Sumber : Data study pendahuluan di Kelas V SDN 1 Rajabasa Raya.

2. Sampel Penelitian

Teknik sampel dalam penelitian ini menggunakan total sampling/ sampel jenuh. Berdasarkan pendapat ahli di atas, maka jumlah sampel dalam penelitian ini adalah 60 peserta didik.

E. Variabel Penelitian

Berikut ini uraian kedua variabel tersebut yaitu:

1. Variabel Bebas (*Independen*)

Variabel bebas dalam penelitian yang dilaksanakan adalah kecemasan (X)

2. Variabel Terikat (*Dependen*)

Variabel terikat dalam penelitian yang dilaksanakan adalah hasil belajar peserta didik kelas V SD (Y).

F. Definisi Konseptual dan Variabel Penelitian

1. Definisi Konseptual

- a. Kecemasan merupakan reaksi normal terhadap sesuatu atau keadaan suasana, perasaan yang menimpa hampir setiap orang yang ditandai dengan rasa kekhawatiran, kegelisahan, keprihatinan dan takut yang kadang-kadang dialami tingkatan yang berbeda.
- b. Hasil belajar merupakan perubahan perilaku yang diperoleh peserta didik setelah mengalami proses pembelajaran.

2. Definisi Operasional Variabel

Definisi operasional dalam penelitian ini adalah

- a. Kecemasan merupakan suatu kondisi yang dapat muncul pada siapapun yang ditandai dengan gejala fisiologis dan gejala psikologis. Gejala fisiologis meliputi gemetar, tidak dapat tidur, jantung berdebar, keringat berlebihan, suara bergetar, sakit perut atau mual, kepala pusing, tangan terasa dingin, dan perasaan tegang. Sedangkan psikologis meliputi ingin melarikan diri, sulit untuk berkonsentrasi, khawatir, takut, dan gelisah. Kecemasan dapat di ukur dengan angket yang berjumlah 25 pernyataan.
- b. Hasil belajar adalah capaian yang berupa angka atau nilai setelah pembelajaran yang dilakukan. Hasil belajar yang dicapai berupa ranah kognitif yang meliputi C₁ (menyebutkan), C₂ (memahami), C₃ (menentukan) dan C₄ (menganalisis). Hasil belajar dapat dilihat pada nilai ujian tengah semester.

Tabel 4. Kisi-kisi Angket Kecemasan

Indikator	Sub Indikator	Deskripsi Pernyataan	Jumlah
1. Fisiologis	a. Gemetar	1. Tangan gemetar ketika mengerjakan soal	1
	b. Tidak dapat tidur	2. Susah tidur menjelang pelajaran esok harinya.	1
	c. Jantung berdebar-debar	3. Jantung berdebar lebih cepat ketika pendidik mulai menunjuk peserta didik untuk mengerjakan soal matematika di depan kelas. 4. Jantung berdetak kencang ketika pendidik menghampiri pada saat proses pembelajaran berlangsung	2
	d. Keringat berlebihan	5. Berkeringat saat tidak dapat menjawab pertanyaan soal yang diberikan oleh Pendidik	1
	e. Suara bergetar	6. Suara bergetar ketika pendidik meminta menjawab pertanyaan soal	1
	f. Sakit perut atau mual	7. Perut terasa mual ketika berusaha mengerjakan soal. 8. Perut mulas ketika pendidik menunjuk untuk mengerjakan tugas di depan kelas.	2
	g. Kepala pusing	9. Sakit kepala (pusing) ketika berusaha mengerjakan soal yang diberikan pendidik 10. Pusing jika banyak menghafal materi pembelajaran.	2
	h. Tangan terasa dingin	11. Tangan terasa dingin ketika mencoba menjawab pertanyaan soal dari pendidik. 12. Tangan terasa gemetar menjawab pertanyaan dari pendidik	2
	i. Perasaan tegang	13. Merasa tegang selama pelajaran berlangsung. 14. Merasa tegang saat mengerjakan soal-soal di buku	2
2. Psikologis	j. Ingin melarikan diri	15. Lebih suka membolos daripada mengikuti pelajaran di kelas. 16. Mencari alasan untuk tidak mengikuti pelajaran di kelas.	2
	k. Sulit berkonsentrasi	17. Kehilangan konsentrasi dalam mengerjakan soal ketika teman-teman sudah banyak yang selesai. 18. Tidak dapat berkonsentrasi dalam pelajaran di kelas karena teman ribut.	2

	l. Khawatir	19. Merasa khawatir jika waktu yang tersedia tidak cukup untuk menyelesaikan semua soal 20. Khawatir tidak dapat menjawab ketika ditanya oleh pendidik 21. Khawatir jika jawaban salah ketika mengerjakan soal di depan kelas.	3
	m. Takut	22. Tidak berani menanyakan materi yang kurang jelas kepada pendidik 23. Takut ditertawakan oleh pendidik dan teman ketika salah menjawab soal.	2
	n. Kegelisahan (mencari kesibukan)	24. lebih suka mengobrol dengan teman pada saat pendidik menjelaskan pelajaran 25. lebih suka menggambar daripada mendengarkan penjelasan pendidik saat pembelajaran	2

Sumber: Whitbourne & Krauss dalam Desiningrum (2016:56)

G. Teknik Pengumpulan Data

Teknik pengumpulan data merupakan langkah yang paling utama dalam penelitian, karena tujuan utama dari penelitian adalah mendapatkan data. Teknik pengumpulan data yang digunakan dalam penelitian ini adalah sebagai berikut:

1. Kuesioner (Angket)

Angket ini diberikan kepada peserta didik untuk memperoleh informasi mengenai kecemasan yang dialami peserta didik pada saat proses pembelajaran. Kuesioner (angket) ini dibuat dengan jenis angket tertutup dan menggunakan skala *Likert* yang mempunyai empat kemungkinan jawaban netral, ini dimaksudkan untuk menghindari kecenderungan responden bersikap ragu-ragu dan tidak mempunyai jawaban yang jelas, sehingga dapat menimbulkan makna berganda. Rancangan angket kecemasan yang diajukan peneliti sebanyak 25 item dengan kategori selalu, sering, kadang-kadang, tidak pernah.

2. Observasi

Observasi yang digunakan dalam penelitian ini adalah observasi nonpartisipan karena peneliti tidak terlibat dan hanya sebagai pengamat independen. Hal ini peneliti dapat mencatat, menganalisis dan memberikan kesimpulan tentang hubungan kecemasan dengan hasil belajar peserta didik.

3. Dokumentasi

Menurut Sugiyono (2018: 137) dokumentasi merupakan catatan peristiwa yang sudah berlalu. Sedangkan menurut Riduwan (2012: 77) dokumentasi ditujukan untuk memperoleh data langsung dari tempat penelitian, meliputi buku-buku yang relevan, peraturan-peraturan, laporan kegiatan, foto-foto, file dokumenter, data yang relevan penelitian. Dokumen data tentang hasil belajar peserta didik dalam penelitian ini, yaitu melalui dokumen nilai ujian tengah semester.

H. Instrumen Penelitian

Menurut Sugiyono (2018:102) instrumen penelitian adalah suatu alat yang digunakan untuk mengukur fenomena alam maupun sosial yang diamati. Instrumen yang baik dalam suatu penelitian harus memenuhi dua syarat yaitu valid dan reliabel. Instrumen yang digunakan Instrumen penelitian ini adalah kuesioner (angket). Kuesioner (angket) yang digunakan dalam penelitian ini tentang kecemasan. Kuesioner (angket) tersebut diujikan di kelas V SDN 1 Rajabasa Raya. Selanjutnya angket tersebut dites validitas dan reliabilitasnya, hal itu bertujuan untuk mengetahui apakah instrumen penelitian layak digunakan atau tidak.

1. Uji Persyaratan Instrumen

a. Validitas

Validitas instrumen pengumpul data ditentukan oleh

$$r_{xy} = \frac{n \sum XY - (\sum X)(\sum Y)}{\sqrt{[n \sum X^2 - (\sum X)^2][n \sum Y^2 - (\sum Y)^2]}}$$

Keterangan:

r_{xy} = Koefisien antara variabel X dan Y

n = Jumlah sampel
 X = Skor item
 Y = Skor total
 Distribusi/tabel r untuk $\alpha = 0.05$

Hasil perhitungan r_{xy} dikonsultasikan pada tabel r product moment dengan spesifikasi 5%. Jika $r_{xy} > r_{tabel}$ maka soal tersebut valid, akan tetapi sebelumnya jika $r_{hitung} < r_{tabel}$ maka instrumen tersebut tidak valid.

Tabel 5. Uji Validitas Kecemasan

No	Nomor Pernyataan	Jumlah	Keterangan
1	1, 2, 3, 6, 7, 8, 9, 11, 13, 14, 15, 16, 17, 18, 19, 20, 21, 22, 23, 24, 25	20	Valid
2	4, 5, 10, 12, 13	5	Tidak Valid

Data lengkap dapat dilihat pada lampiran 1 halaman 51.

Berdasarkan Tabel 5 hasil uji validitas soal tes yang valid ada 20 item soal dan yang tidak valid ada 5 item soal dikarenakan $r_{hitung} > r_{tabel}$. Dari tabel di atas dapat diketahui bahwa instrumen yang akan di gunakan penelitian yaitu item pernyataan nomor 1, 2, 3, 6, 7, 8, 9, 11, 13, 14, 15, 16, 17, 18, 19, 20, 21, 22, 23, 24, 25. Selengkapnya dapat dilihat pada lampiran 1 halaman 44.

b. Reliabilitas

Menguji reliabilitas instrumen dalam penelitian ini digunakan rumus alpha Arikunto (2014, 239), yaitu:

$$r_{11} = \left(\frac{k}{(k-1)} \right) \left(1 - \frac{\sum \sigma_b^2}{\sigma_t^2} \right)$$

Keterangan:

r_{11} : reliabilitas instrumen
 k : Banyaknya soal atau pertanyaan
 $\sum \sigma_b^2$: jumlah varians butir
 σ_t^2 : varians total

Langkah selanjutnya adalah menafsirkan perolehan angka koefisien reliabilitas dengan berpedoman pada penggolongan yang disampaikan oleh Suharsimi Arikunto (2014: 319) dengan menggunakan interpretasi terhadap koefisien korelasi yang diperoleh atau nilai r . Interpretasi tersebut adalah sebagai berikut.

Tabel 6. Interpretasi Nilai r

Besarnya nilai r	Interpretasi
Antara 0,800 sampai dengan 1,00	Tinggi
Antara 0,600 sampai dengan 0,800	Cukup
Antara 0,400 sampai dengan 0,600	Agak Rendah
Antara 0,200 sampai dengan 0,400	Rendah
Antara 0,000 sampai dengan 0,200	Sangat Rendah

Sumber : Arikunto (2014: 319)

Dalam penelitian ini proses pengolahan data realibilitas menggunakan bantuan program *Microsoft Office Excel 2010*. Uji reliabilitas merupakan indeks yang menunjukkan sejauh mana alat pengukuran (angket) dapat dipercaya dan diandalkan. Berdasarkan uji reliabilitas kecemasan dapat dilihat tabel di bawah ini

Tabel 7. Uji Reliabilitas Kecemasan

No	Koefisien Korelasi (r_{11})	r_{tabel} (5%)	Kategori
1	0,859	0,4444	Tinggi

Data lengkap dapat dilihat pada lampiran 2 halaman 45.

Berdasarkan Tabel 7 hasil uji reliabilitas instrumen diperoleh bahwa koefisien korelasi sebesar 0,859 sedangkan r_{tabel} sebesar 0,4444. Hal ini berarti $r_{11} > r_{\text{tabel}}$ maka dapat disimpulkan bahwa pengukuran dapat dipercaya atau diandalkan.

I. Pengujian Prasyarat Analisis Data

1. Uji Hipotesis

Pendekatan yang digunakan dalam penelitian ini adalah pendekatan korelasional. Analisis data yang dilakukan dalam penelitian ini adalah untuk mengetahui korelasi antara variabel kecemasan (X) dengan hasil belajar peserta didik (Y). Teknik analisis data yang digunakan adalah *Product Moment* dengan rumus sebagai berikut:

$$r_{xy} = \frac{N \sum x_i y_i - (\sum x_i)(\sum y_i)}{\sqrt{\{n \sum x_i^2 - (\sum x_i)^2\} \{n \sum y_i^2 - (\sum y_i)^2\}}}$$

Keterangan:

r_{xy}	= koefisien korelasi tiap butir
N	= banyaknya subyek uji coba
$\sum x_i$	= jumlah skor tiap butir
$\sum y_i$	= jumlah skor total
$\sum x^2$	= jumlah kuadrat skor tiap butir
$\sum y^2$	= jumlah kuadrat skor total
$\sum xy$	= jumlah perkalian skor tiap butir dengan skor total

Hasil perhitungan korelasi *Product Moment* kemudian dibandingkan dengan harga r tabel. Apabila r hitung lebih besar dari r tabel, berarti terdapat hubungan antara kecemasan dengan hasil belajar peserta didik, dan apabila r hitung lebih kecil dari r tabel, maka tidak terdapat hubungan antara kedua variabel. Adapun hipotesis dalam penelitian ini adalah

Ha: Terdapat hubungan yang positif, erat dan signifikan antara kecemasan dengan hasil belajar peserta didik kelas V SD.

Ho: Tidak terdapat hubungan yang positif, erat dan signifikan antara kecemasan dengan hasil belajar peserta didik kelas V SD.

Menurut Sugiyono (2018:172) pedoman untuk memberikan interpretasi koefisien korelasi yaitu sebagai berikut:

Tabel 8. Koefisien Korelasi

Interval koefisien	Tingkat hubungan
0,00 – 0,199	Sangat rendah
0,20 – 0,399	Rendah
0,40 – 0,599	Sedang
0,60 – 0,799	Kuat
0,80 – 1,000	Sangat kuat

Sumber : Sugiyono (2018: 172)

Rumus selanjutnya adalah untuk mencari besar kecilnya kontribusi variabel X terhadap variabel Y dilakukan perhitungan dengan menggunakan rumus koefisien determinan sebagai berikut:

$$Kd = r^2 \times 100\%$$

Keterangan:

Kd	= Koefisien <i>determination</i>
r	= Nilai koefisien korelasi

V. KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan

Berdasarkan data yang diperoleh dan hasil yang dilakukan maka dapat ditarik kesimpulan terdapat hubungan yang positif, antara kecemasan dengan hasil belajar peserta didik kelas V SD dengan kategori tinggi, artinya jika peserta didik mempunyai kecemasan yang tinggi maka hasil belajar kelas V SD akan menurun dan sebaliknya jika peserta didik mempunyai kecemasan yang rendah maka hasil belajar peserta didik akan meningkat.

B. Saran

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan dapat diajukan saran bagi penelitian sebagai berikut:

1. Peserta didik

Peserta didik diharapkan lebih aktif lagi dalam belajar dan selalu berkonsentrasi dalam belajar serta bersikap tenang dalam mengerjakan tugas yang diberikan pendidik.

2. Pendidik

Pendidik diharapkan lebih dapat mendorong dan memotivasi peserta didik agar peserta didik tidak merasa cemas dan terlalu tegang dalam proses pembelajaran sehingga hasil belajarnya dapat meningkat.

3. Peneliti Selanjutnya

Sebagai referensi dan menambah wawasan bagi peneliti lain yang ingin mengkaji lebih dalam mengenai hubungan kecemasan dengan hasil belajar.

DAFTAR PUSTAKA

- Arikunto, Suharsimi. 2014. *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktek*. PT Rineka Cipta, Jakarta.
- Arinta. 2018. Hubungan Antara Kecemasan dengan Prestasi Belajar Matematika Volume Kubus dan Balok Pada Siswa Kelas V SDN 1 Banyuurip (Skripsi). Universitas Sanata Dharma Yogyakarta, Yogyakarta.
- Dalyono, M. 2012. *Psikologi Pendidikan*. Rineka Cipta, Jakarta.
- Desiningrum. 2016. *Psikologi Anak Berkebutuhan Khusus*. Psikosain, Yogyakarta.
- Dimiyati & Mudjiono. 2013. *Belajar dan Pembelajaran*. PT. Rineka Cipta, Jakarta.
- Djamarah, Syaiful Bari. 2011. *Psikologi Belajar*. Bumi Aksara, Jakarta.
- Djiwandono. 2009. *Psikologi Pendidikan Edisi Revisi*. Gramedia, Jakarta.
- Dzulfikar, A. 2016. Kecemasan Matematika pada Mahapeserta didik Calon Pendidik Matematika. *Jurnal Matematika dan Pendidikan Matematika*, 1: 34-44.
- Ekawati, Aminah. 2015. Pengaruh Kecemasan Terhadap Hasil Belajar Matematika Siswa Kelas VII SMPN 13 Banjarmasin. *Jurnal Pendidikan Matematika*. (ISSN). 1: 164-169.
- Fariza, Mario Nando. 2020. Pengaruh Kecemasan Mengikuti Ujian Akhir Semester Terhadap Prestasi Belajar Matematika Siswa Kelas V SDN 64 Sukananti Kecamatan Kedurang Ulu Kabupaten Bengkulu Selatan. Institut Agama Islam Negeri Bengkulu, Bengkulu.
- Fauziah & Widuri. 2007. *Psikologi Abnormal Klinis Dewasa*. Universitas Indonesia (UI-Press), Jakarta.
- Hamalik, Oemar. 2013. *Proses Belajar Mengajar*. PT Bumi Aksara, Jakarta.
- Hermawan. 2007. *Meningkatkan Hasil Belajar*. Upi Press, Bandung.

- Kardjono. 2009. *Mempersiapkan Generasi Cerdas*. Qisthi Press, Jakarta.
- King, L. A. 2010. *Psikologi umum: Sebuah Pandangan Apresiatif*. Salemba Humanika, Jakarta.
- Kunandar. 2013. *Penilaian Authentik (Penilaian Hasil Belajar Peserta Didik Berdasarkan Kurikulum 2013)*. Rajawali Pers, Jakarta.
- Kurniasih, Imas. 2018. *Pendidik Zaman Now*. Kata Pena, Jakarta.
- Khuluqo, Ihsan El. 2016. *Belajar dan Pembelajaran Konsep Dasar Metode dan Aplikasi Nilai-Nilai Spiritualitas dalam Proses Pembelajaran*. Pustaka Belajar, Jakarta.
- Laura, A. 2012. *Psikologi Umum Sebuah Pandangan Apresiatif*. Salemba Humanika, Jakarta.
- Mudlofir, Ali & Rusydiyah, Evi Fatimatur. 2016. *Desain Pembelajaran Inovatif dari Teori ke Praktik*. PT Raja Grafindo Persada, Jakarta.
- Nurjayadi, Amin. 2016. Tingkat Kecemasan Siswa Kelas VI SD Negeri 3 Pengasih Terhadap Pembelajaran Kayang Dalam Senam Lantai Tahun Pembelajaran 2015/2016. Universitas Negeri Yogyakarta, Yogyakarta.
- Pane, Aprida & Dasopang, Muhammad. 2017. Belajar dan Pembelajaran. Jurnal Kajian Ilmu-ilmu Keislaman. 3: 2: 333-352.
- Ramaiah. 2007. *Kecemasan Bagaimana Mengatasi Penyebabnya*. Pustaka Obor, Jakarta.
- Rochman. 2010. *Kesehatan Mental*. Fajar Media Press, Purwokerto.
- Rohmah, N. 2012. *Psikologi Pendidikan*. Penerbit Teras, Yogyakarta.
- Sardiman, A.M. 2012. *Interaksi dan Motivasi Belajar Mengajar*. Rajawali Pers, Jakarta.
- Siregar, dkk. 2014. *Teori Belajar dan Pembelajaran*. Galia Indonesia, Bogor.
- Slameto. 2015. *Belajar dan Faktor-Faktor yang Mempengaruhinya*. Rineka Cipta, Jakarta.
- Soemanto, Wasty. 2012. *Psikologi Pendidikan: Landasan Kerja Pimpinan Pendidikan*. Rineka Cipta. Jakarta.
- Sugiyono. 2018. *Metode Penelitian Pendidikan Pendekatan Kuantitatif, Kualitatif dan R&D*. Alfabeta, Bandung.
- Suprijono, Agus. 2012. *Metode dan Model – Model Mengajar*. Alfabeta, Bandung.

- Supriyantini, S. 2010. Perbedaan Kecemasan dalam Menghadapi Ujian Antara Siswa Program Reguler dengan Siswa Program Akselerasi. (Skripsi). Universitas Sumatera Utara, Medan.
- Susanto, Ahmad. 2013. *Teori Belajar dan Pembelajaran di Sekolah Dasar*. Pramedia Grub, Jakarta.
- Thobroni, Muhammad dan Mustofa, Arif. 2012. *Belajar dan Pembelajaran*. Ar-Ruzz Media, Yogyakarta.
- Utami, Pri Ananda. 2019. Hubungan Tingkat Pengetahuan dengan Tingkat Kecemasan Remaja dalam Menghadapi Menarche Pada Siswi Kelas V dan VI SD Negeri 1 Ceper Klaten Tahun 2019 (Skripsi). Politeknik Kesehatan Kementerian Kesehatan Yogyakarta, Yogyakarta.
- Untari, I. 2014. Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Kecemasan Pada Usia Pertengahan dalam Menghadapi Proses Menua. *Jurnal Keperawatan* 2: 83-85.
- Weda & Sakti. 2018. The Relationship Between Study Anxiety and Academic Performance Among English Students. *European Scientific Language Journal*. 11: 718-727.
- Wicaksono, Arif Budi & M. Saufi. 2013. Mengelola Kecerdasan Siswa dalam Pembelajaran Matematika. (Skripsi). Universitas Negeri Yogyakarta, Yogyakarta.