

# **BAB I**

## **PENDAHULUAN**

### **A. Latar Belakang**

Menjadi siswa itu memiliki beberapa kewajiban akademik. Salah satu kewajiban akademik yang harus dilakukan siswa cenderung merasakan kecemasan akademik. Banyak siswa menjadi cemas menjelang ujian yang dirasa akan sulit, dan sebagian mereka merasa gugup ketika mereka harus mempresentasikan apa yang telah dipersiapkan di depan teman-teman sekelas mereka (Ukhtia dkk., 2016). Perasaan cemas yang bersifat sementara ini merupakan contoh dari kondisi kecemasan. Sedangkan siswa yang menunjukkan suatu pola merespon dengan kecemasan bahkan dalam situasi yang tidak mengancam mengalami apa yang disebut dengan kecemasan sifat.

Steven Schwartz mengemukakan kecemasan berasal dari kata Latin *anxius*, yang berarti penyempitan atau pengecilan. Kecemasan mirip dengan rasa takut tapi dengan fokus kurang spesifik, sedangkan ketakutan biasanya respon terhadap beberapa ancaman langsung, sedangkan kecemasan ditandai oleh kekhawatiran tentang bahaya tidak terduga yang terletak di masa depan. Kecemasan merupakan keadaan emosional negatif yang ditandai dengan adanya fisis dan somatik ketegangan, seperti jantung berdetak kencang, berkeringat, kesulitan bernapas (Annisa dan Ifdil, 2016).

Kecemasan akademik yang akan dibahas oleh peneliti adalah kecemasan secara keseluruhan seperti perilaku yang gelisah, ketengangan fisik, tremor serta panik. Ada juga secara kognitif seperti perhatian terganggu, produktifitas menurun, binggug dan konsentrasi buruk. Dan secara afektif seperti tidak sabar, malu dan ketakutan. Bisa dikatakan tekanan yang mereka alami tersebut dapat menimbulkan kecemasan pada diri mereka yaitu kekhawatiran yang menyebar dan tidak jelas, yang berkaitan dengan perasaan tidak berdaya dan tidak pasti (Annisa dan Ifdil, 2016).

Dampak kecemasan yang berlebihan membuat konsentrasi dan perhatian siswa terhadap tugas yang diberikan menjadi terganggu. Tugas-tugas yang sangat mudah atau tugas-tugas yang dapat dilakukan siswa nyaris tanpa berpikir biasanya dipermudah oleh tingkat kecemasan yang rendah. Namun tugas-tugas yang lebih sulit atau tugas-tugas yang membutuhkan banyak pemikiran dan usaha mental paling baik dikerjakan hanya dengan tingkat kecemasan yang sangat tinggi, dalam situasi sulit dapat mengganggu beberapa aspek kognisi yang penting bagi kesuksesan pembelajaran dan performa, antara lain: Memperhatikan apa yang perlu dipelajari, memproses informasi secara efektif, memanggil kembali informasi dan menunjukkan keterampilan yang sebelumnya pernah dipelajari.

Kecemasan seorang individu dapat beragam dan salah satu hal yang berkaitan dengan kecemasan adalah religiusitas yang dimiliki oleh masing-

masing individu. Religiusitas yang dimaksud adalah suatu nilai, keyakinan, sikap serta tingkah laku seseorang yang mencerminkan perilaku beragama seseorang. Religi merupakan suatu sistem yang terdiri dari keyakinan, kepercayaan yang tercermin dalam sikap serta melaksanakan kegiatan keagamaan untuk dapat berhubungan dengan Tuhan (Utami, 2020). Religiusitas tidak hanya saat individu melakukan kegiatan peribadahan saja, akan tetapi kegiatan yang didorong oleh kekuatan supranatural. Sehingga dalam segala aktivitas yang dilakukan oleh seorang individu, baik itu aktivitas yang kelihatannya seperti religius ataupun tidak pasti melibatkan dimensi-dimensi religiusitas.

Kecemasan akademik pada siswa merupakan hal yang telah banyak diteliti dan diidentifikasi di antara penyebabnya adalah karena terlalu banyak tugas, kompetisi antar siswa, kegagalan, adanya faktor finansial, hubungan yang buruk antara siswa dan guru, serta masalah keluarga di rumah (Husnar dkk, 2017). Kecemasan merupakan suatu persepsi yang tidak sesuai antara tuntutan lingkungan dengan kapasitas yang ada dalam diri individu untuk memenuhi yang dimiliki oleh dirinya sendiri. Selain itu kecemasan akademik adalah tekanan psikologis yang disebabkan oleh tuntutan dan harapan yang tidak sesuai dengan kemampuan dari peserta didik.

Kecemasan akademik dipengaruhi oleh lingkungan eksternal maupun internal pada peserta didik, kecemasan akademik bersumber dari proses belajar mengajar yang mempengaruhi proses berpikir, fisik, emosi dan

perilaku yang timbulkan (Livana, Mubin dan Basthomi, 2020). Lebih lanjut dimensi religiusitas terbagi menjadi lima bagian yaitu dimensi akidah, syariah, akhlak, pengetahuan agama, dan dimensi penghayatan (Ukhtia dkk., 2016). Selanjutnya, religiusitas merupakan penyikapan atau pemahaman para penganut agama terhadap doktrin, kepercayaan, ajaran tuhan, yang tentu saja doktrin bersifat relatif, dan sudah pasti kebenarannya pun menjadi relatif.

Berdasarkan penjelasan mengenai fenomena kecemasan akademik yang ada, diperlukan cara mengatasi kecemasan akademik pada siswa. Salah satu cara mengatasi kecemasan adalah melalui keberagamaan atau religiusitas. Agama mempunyai peran penting dalam mengelola stres, agama dapat memberikan individu pengarahan atau bimbingan, dukungan, dan harapan, seperti halnya pada dukungan emosi. Sebagaimana hasil penelitian bahwa terdapat hubungan negatif yang sangat signifikan antara religiusitas dengan kecemasan dalam artian, makin tinggi religiusitas maka makin rendah kecemasan (Ukhtia dkk., 2016). Dapat disimpulkan juga bahwa kecemasan adalah kondisi emosi dengan timbulnya rasa tidak nyaman pada diri seseorang, dan merupakan pengalaman yang samar-samar disertai dengan perasaan yang tidak berdaya serta tidak menentu yang disebabkan oleh suatu hal yang belum jelas.

Pondok Pesantren Modern Muhammadiyah Boarding School Yogyakarta merupakan lembaga Pendidikan swasta yang lebih dikenal dengan MBS untuk pertama kali berdiri di pinggiran timur Kabupaten di

Desa Bokoharjo Kecamatan Prambanan. Akhirnya muncul sebuah gagasan untuk mengembangkan sekolah yang sudah ada yaitu SMA Muhammadiyah Prambanan untuk menjadi sebuah pesantren dengan muatan kurikulum terpadu antara umum dan pesantren. Maka dari itu, peneliti memilih MBS dikarenakan kurikulum yang dipakai setara antara umum dan pesantren karena jika di pondok yang terlalu agamis tidak cocok dengan penelitian ini dan jika di sekolah biasa religiusitas siswa kurang sama dengan judul yang diteliti yaitu, religiusitas dan kecemasan akademik. Tidak semua peserta didik bisa berkonsentrasi dalam belajar jika dia memiliki kecemasan akademik yang tinggi.

Keadaan tersebut dapat dilihat pada saat mereka presentasi di depan kelas dimana peserta didik yang memiliki kecemasan akademik yang rendah cenderung bersikap santai dan fokus dengan apa yang akan mereka presentasikan. Sedangkan, peserta didik yang memiliki kecemasan akademik yang tinggi sebaliknya tidak tenang bahkan tidak bisa fokus dengan apa yang akan mereka sampaikan dalam presentasinya, seperti gugup saat menerangkan dan bingung apa yang harus mereka lakukan menyebabkan mereka menjadi pasif saat melakukan presentasi. Oleh karena itu, berdasarkan permasalahan yang telah dipaparkan di atas peneliti tertarik mengangkat permasalahan yang ada kemudian akan dilakukan penelitian di MBS Prambanan Yogyakarta, dengan judul “Hubungan Antara Religiusitas Dengan Kecemasan Akademik Pada Siswa Di MBS Prambanan Yogyakarta” sehingga peneliti dapat membuktikan apakah ada hubungan

antara antara religiusitas dengan kecemasan akademik pada siswa di MBS  
Prambanan Yogyakarta.

## **B. Rumusan Masalah**

Berdasarkan pemaparan permasalahan di atas, maka peneliti merumuskan rumusan masalah dalam penelitian ini adalah adakah hubungan antara religiusitas dengan kecemasan akademik pada siswa di MBS Prambanan Yogyakarta?

## **C. Tujuan Penelitian**

Berdasarkan rumusan masalah yang ada, tujuan dilakukannya penelitian ini adalah untuk mengetahui adakah hubungan antara religiusitas dengan kecemasan akademik yang dialami oleh siswa serta upaya yang dilakukan untuk mengatasi kecemasan tersebut.

## **D. Manfaat Penelitian**

Penelitian ini semoga dapat memberi manfaat teruntuk para pembaca, dan peneliti khususnya, manfaat yang diharapkan dari penelitian ini adalah:

### **1. Manfaat Teoritis**

Penelitian ini sebagai upaya menambah pengetahuan di bidang pendidikan khususnya yang berkaitan dengan hubungan antara religiusitas dengan kecemasan akademik pada siswa di MBS Prambanan Yogyakarta dan dapat digunakan sebagai pijakan atau acuan peneliti selanjutnya.

## **2. Manfaat Praktis**

### a. Bagi Guru

Hasil penelitian ini diharapkan dapat menjadi pengetahuan baru sehingga dapat mengajarkan kepada peserta didik cara mengatasi kecemasan akademik dalam kelas dan dimanapun.

### b. Bagi siswa

Dengan adanya penelitian ini diharapkan siswa pandai mengontrol kecemasan akademiknya masing-masing dan dapat menambah kereligiuitasan dalam diri siswa.

### c. Bagi Peneliti

Hasil penelitian ini bermanfaat untuk menambah ilmu pengetahuan mengenai hubungan antara religiusitas dengan kecemasan akademik pada siswa di MBS Prambanan Yogyakarta dan juga dapat dijadikan bekal dalam mengajar nantinya.