

HUBUNGAN DUKUNGAN KELUARGA DENGAN TINGKAT KECEMASAN ANAK DALAM MENGHADAPI UJIAN SEKOLAH DI SD NEGERI 15 NTOBO KOTA BIMA

Sri Yanti^{1*} Mardian Andriani² Mirham Nurul Hairunis³ & Ihsan⁴

¹⁻⁴STKIP Taman Siswa Bima, Kabupaten Bima, Indonesia

*Email: sriyanti201285@gmail.com

Article Info	Abstract
Article History Received: 24 Jan 2024 Revised: 26 Jan 2024 Published: 28 Jan 2024 Keywords: Family Support, Anxiety, Child.	<i>School-age children require and wish support and guidance from parents and also other families. Parents can assist children to eliminate saturation and anxiety in learning. This research aims to determine the relationship between family support and with anxiety level of a child in facing school examination SDN 15 Ntobo Kota Bima. The research design used observational analytics with cross cross-sectional approach. The sampling technique was used total sampling with the amount of sample counted 27 respondents. Data analysis used Spearman rank with a significance level of 0.05. Based on to result of the Spearman ranks the r count is equal to 0,058 with asymp-sig (2-sided) equal to 0,778 bigger than the p value which has been specified as 0,05 (5%). Based on the statistics and results can be concluded that there is Ho accepted and Ha refused means that there is no relationship between family support and with anxiety level of the child in facing of school examination SDN 15 Ntobo Kota Bima</i>
Artikel Info Sejarah Artikel Diterima: 24 Jan 2024 Direvisi: 26 Jan 2024 Dipublikasi: 28 Jan 2024 Kata kunci: Dukungan Keluarga, Kecemasan, Anak	<i>Kecemasan adalah ketegangan, rasa tidak aman dan kekhawatiran yang timbul karena Anak usia sekolah sangat membutuhkan dan menginginkan bimbingan atau dukungan dari orang tua maupun keluarga lainnya. Orang tua dapat membantu anak untuk menghilangkan kecemasan dan kejenuhan dalam belajar. Tujuan penelitian ini untuk mengetahui hubungan dukungan keluarga dengan tingkat kecemasan anak dalam menghadapi ujian Sekolahdi SDN 15 Ntobo Kota Bima. Penelitian ini menggunakan design analitik observasional dengan pendekatan cross sectional. Teknik pengambilan sampel menggunakan total sampling dengan jumlah sampel sebanyak 27 responden. Analisa Data menggunakan Uji spearman rank dengan tingkat signifikansi 0.05. Berdasarkan hasil uji statistik spearman rank dengan bantuan SPSS version 16 diperoleh diperoleh r hitung sebesar 0,058 dengan sig (2-tailed) sebesar 0,778 lebih besar dari $\alpha = 0,05$ ($0,008 < 0,05$). Berdasarkan hasil uji statistik dapat disimpulkan bahwa ha ditolak dan ho diterima yaitu tidak ada hubungan antara dukungan keluarga dengan tingkat kecemasan anak dalam menghadapi ujian sekolah di SDN 15 Ntobo Kota Bima.</i>

PENDAHULUAN

Dalam undang-undang No. 20 Tahun 2003 tentang Sistem Pendidikan Nasional dijelaskan pendidikan adalah usaha sadar dan terencana untuk mewujudkan suasana belajar dan proses pembelajaran pada siswa, agar mereka aktif mengembangkan potensi diri, seperti kekuatan spiritual keagamaan, pengendalian diri, kepribadian, kecerdasan, akhlak mulia, serta keterampilan yang diperlukan dalam masyarakat, berbangsa dan bernegara. SD adalah jenjang paling dasar pendidikan formal di Indonesia. Ditempuh selama 6 tahun, dari kelas 1 hingga kelas 6. Lulusan SD dapat melanjutkan ke SMP atau sederajat. Usia pelajar SD biasanya 7-12 tahun. Setiap warga negara Indonesia usia 7-15 tahun harus ikut sekolah dasar selama 6 tahun dan sekolah menengah pertama selama 3 tahun. Sekolah dasar bisa pemerintah atau swasta. Sejak otonomi daerah tahun 2001, SDN di Indonesia beralih menjadi tanggung jawab Pemerintah Daerah Kabupaten/Kota. Ujian ini digunakan untuk mengukur penguasaan siswa terhadap materi pelajaran selama periode tertentu (Marantika, 2003). Namun, pelaksanaan Ujian nasional (UN) dirasa memberatkan siswa karena standar yang tinggi dan materi yang bertambah. UN menyebabkan kecemasan pada siswa. Pro dan kontra penyelenggaraan UN disebabkan oleh kasus bunuh diri di Semarang dan Situbondo yang terjadi setelah gagal dalam UN. Banyak siswa berprestasi gagal lulus UN, mendatangkan kecemasan bagi siswa yang akan menghadapinya. Para siswa mengalami kecemasan yang sejalan dengan penelitian Hill dalam Hasan dan Chitra (2015) pada 10.000 siswa SD dan SMP di Amerika. Penelitian menunjukkan bahwa sebagian besar peserta tes gagal menunjukkan kemampuan sejati dikarenakan kecemasan yang dipicu oleh situasi dan suasana tes. Kecemasan muncul

karena siswa terbebani oleh pikiran dan bayangan kemungkinan gagal dalam UN. Resiko siswa yang gagal UN yaitu rasa malu, kerugian waktu dan biaya, ujian ulangan, dan tak dapat melanjutkan pendidikan lebih tinggi.

Kecemasan adalah ketegangan, rasa tidak aman dan kekhawatiran yang timbul karena dirasakan terjadi sesuatu yang tidak menyenangkan tetapi sumbernya tidak diketahui dan berasal dari dalam (Departemen Kesehatan Republik Indonesia, 1990). Menurut Niahidayati (2010) perasaan tertekan, khawatir, dan takut akan kegagalan, yang dirasakan siswa saat menghadapi Ujian Nasional adalah hal yang paling membebani para siswa, sehingga untuk mengatasi sindrom yang menggejala tersebut diperlukan upaya persiapan dan dukungan integral dari aspek material, moral, mental, psikologis, spiritual, intelektual dan emosional yang dilakukan pihak yang terkait. Di dalam menghadapi kecemasan anak juga membutuhkan orang terdekat terutama dukungan keluarga (Supartini, 2004). Hal ini juga dibuktikan oleh teori yang ada, bahwa salah satu faktor eksternal yang mempengaruhi tingkat kecemasan seseorang adalah dukungan keluarga.

Dukungan keluarga adalah sikap, tindakan dan penerimaan keluarga terhadap anggotanya. Anggota keluarga di pandang sebagai bagian yang tidak terpisahkan dalam lingkungan keluarga. Anggota keluarga bersifat mendukung, selalu siap memberikan pertolongan dan bantuan jika di perlukan (Murniasih, 2007; Friedman, 2010; Lumiu et al, 2013). Dukungan tersebut bisa diwujudkan dalam bentuk dukungan emosional melalui rasa empati, dukungan pengharapan melalui dorongan untuk maju, dukungan instrumental melalui bantuan langsung baik harta ataupun benda, serta dukungan informatif melalui pemberian nasehat, saran maupun petunjuk. Keluarga merupakan unsur terpenting dalam perawatan anak karena anak bagian dari keluarga (Supartini, 2004). Tugas keluarga saat ini sangat dibutuhkan yaitu salah satunya dengan memberikan perhatian tentang kegiatan sosial anak, pendidikan dan semangat belajar. Anak usia sekolah sangat membutuhkan dan menginginkan bimbingan atau dukungan dari orang tua maupun keluarga lainnya. Orang tua dapat membantu anak untuk menghilangkan kecemasan dan kejenuhan dalam belajar.

Perkembangan Anak Usia Sekolah, anak usia 6-12 tahun tumbuh sekitar 5 cm/tahun tinggi badan dan naik 2-3 kg/tahun berat badan. Laki-laki dan perempuan memiliki perbedaan ukuran tubuh. Anak laki-laki kurus dan tinggi, anak perempuan gemuk. Jaringan lemak tumbuh lebih cepat daripada otot di usia ini. Mereka memiliki proporsi tubuh ramping dengan kaki lebih panjang, variasi dalam proporsi tubuh, dan pusat gaya berat yang lebih rendah. Postur mereka lebih tinggi daripada anak usia pra sekolah untuk mempermudah gerakan dan efisiensi penggunaan. Proporsi ini memudahkan anak beraktifitas seperti memanjat, mengendari sepeda, dan lainnya. Lemak berkurang bertahap dan distribusi lemak berubah, menyebabkan tubuh anak tampak lebih ramping selama tahun pertengahan. Perubahan paling nyata pada anak-anak adalah penurunan lingkaran kepala, lingkaran pinggang, dan peningkatan panjang tungkai dalam hubungannya dengan tinggi badan. Perubahan wajah, karakteristik fisik, dan anatomi khusus juga terjadi pada masa anak-anak pertengahan. Pertumbuhan anak tidak banyak berubah, kebutuhan kalori anak usia sekolah 85 kkal per kg BB. Kapasitas Kandung Kemih lebih besar pada anak perempuan dibanding anak laki-laki. Denyut jantung dan pernapasan akan terus menurun & tekanan darah meningkat di usia 5-12 tahun. Sistem imun jadi lebih baik melokalisasi infeksi & menghasilkan respon antigen & antibodi. Perkembangan Psikososial pada masa ini adalah perkembangan industri yang terjadi antara usia 6 tahun dan remaja. Anak-anak sekolah ingin mengembangkan keterampilan sosial dan berpartisipasi dalam pekerjaan yang bermanfaat. Ketika memasuki sekolah, anak mulai mengembangkan kemampuan menghubungkan kejadian-kejadian dan menggambarkannya secara verbal atau simbolik. Tahap ini disebut operasional konkret oleh Piaget, ketika anak dapat menggunakan proses berpikir untuk mengalami peristiwa dan tindakan. Pemikiran egosentris yang kaku pada tahun-tahun prasekolah digantikan dengan pemahaman perspektif dan hubungan ide. Anak berkembang dari penilaian berdasarkan penglihatan (pemikiran perseptual) ke penilaian berdasarkan alasan (pemikiran konseptual).

Pada tahap perkembangan kesadaran diri dan standar moral, anak usia 6-7 tahun mulai mengubah pola pikir dari egosentrisme ke yang lebih logis. Meskipun mereka tahu peraturan dan perilaku yang diharapkan, mereka belum memahami alasannya. Penguatan dan hukuman mempengaruhi penilaian mereka. Tindakan yang melanggar peraturan dan membahayakan dianggap sebagai 'tindakan buruk'. Oleh karena itu, anak usia 6-7 tahun mungkin memandang kecelakaan dan ketidak-beruntungan sebagai hukuman atau konsekuensi dari tindakan 'buruk' mereka. Perkembangan Spiritual: Anak tertarik surga dan neraka, dan dengan kesadaran diri dan perhatian terhadap peraturan, mereka takut masuk neraka karena kesalahan berperilaku. Anak-anak usia

sekolah ingin dihukum jika berperilaku salah dan lebih memilih hukuman sesuai kejahatan. Mereka merasa nyaman dengan berdoa atau melakukan ritual agama untuk membantu menghadapi situasi sehari-hari. Agent sosial penting dalam kehidupan anak usia sekolah adalah kelompok teman sebaya. Selain orang tua dan sekolah, teman sebaya memberikan hal penting kepada anggotanya seperti menghadapi dominasi, berinteraksi dengan pemimpin, dan memperoleh ide dari lingkungan. Meskipun teman sebaya memengaruhi anak, orang tua tetap menjadi pengaruh utama dalam membentuk kepribadian dan menetapkan standar perilaku serta nilai. Nilai keluarga mendominasi saat terjadi konflik antara nilai orangtua dan teman sebaya. Konsep diri adalah pengetahuan yang disadari tentang berbagai aspek diri, seperti fisik, kemampuan, nilai-nilai, ideal diri, hubungan dengan orang lain, citra tubuh, seksualitas, dan harga diri. Konsep diri positif membuat anak merasa senang, berharga, dan mampu memberi kontribusi dengan baik. Rasa bahagia ini menyebabkan penghargaan diri, kepercayaan diri, dan kebahagiaan. Perasaan negatif mengakibatkan keraguan pada diri sendiri. Anak sekolah memiliki persepsi yang positif dan akurat tentang keadaan fisik mereka.

Menurut Syawal (2012) Ujian Nasional adalah sistem evaluasi standar pendidikan dasar dan menengah di Indonesia. Selain itu sebagai sarana untuk memetakan mutu berbagai tingkatan pendidikan satu daerah dengan daerah lain. Menurut Setiadi (2007), Ujian Nasional adalah penilaian hasil belajar oleh pemerintah yang bertujuan untuk menilai pencapaian kompetensi lulusan secara nasional pada mata pelajaran tertentu dalam kelompok ilmu pengetahuan dan teknologi. Sedangkan menurut Tilaar (2009), Ujian Nasional adalah upaya pemerintah untuk mengevaluasi tingkat pendidikan secara nasional dengan menetapkan standarisasi nasional pendidikan. Hasil dari Ujian Nasional yang diselenggarakan oleh Negara adalah upaya pemetaan masalah pendidikan dalam rangka menyusun kebijakan pendidikan nasional.

Dukungan keluarga adalah sikap, tindakan dan penerimaan keluarga terhadap anggotanya. Anggota keluarga dipandang sebagai bagian yang tidak terpisahkan dalam lingkungan keluarga (Friedman, & Morsink, 1998; Murniasih, 2007). Anggota keluarga memandang bahwa orang yang bersifat mendukung selalu siap memberikan pertolongan dan bantuan jika di perlukan. Dukungan keluarga adalah sebagai suatu proses hubungan antara keluarga dengan lingkungan (Setiadi, 2008). Adapun komponen dukungan keluarga adalah dukungan pengharapan, dukungan nyata, dukungan informasi dan dukungan emosional.

METODE PENELITIAN

Penelitian ini merupakan penelitian kualitatif dengan desain penelitian korelasi. Teknik pengambilan sampel menggunakan total sampling dengan jumlah sampel sebanyak 27 responden. Analisa Data menggunakan Uji spearman rank dengan tingkat signifikansi 0.05.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil

Tabel 1. Distribusi responden berdasarkan dukungan keluarga

No.	Dukungan Keluarga	n	%
1.	Cukup	6	22.2
2.	Kurang	21	77.8
Total		27	100

Data tabel di atas menjelaskan bahwa sebagian besar responden pada anak SDN 15 Ntobo Kota Bima, memiliki dukungan keluarga yang kurang yaitu sebanyak 21 orang (77,8%) dan paling sedikit memiliki dukungan keluarga cukup sebanyak 6 orang (22,2%).

Tabel 2. Distribusi responden berdasarkan tingkat

No.	Tingkat Kecemasan	n	%
1.	Cemas Ringan	27	100
2.	Cemas Berat	0	0%
Total		27	100

Tabel di atas menjelaskan bahwa semua anak SDN 15 Ntobo Kota Bima mengalami kecemasan ringan sebanyak 27 orang (100%).

Tabel 3. Tabulasi silang Hubungan Dukungan Keluarga Dengan Tingkat Kecemasan Anak Dalam Menghadapi Ujian Sekolah Di SDN 15 Ntobo Kota Bima

No.	Dukungan Keluarga	Kecemasan Anak Ringan		Total	
		F	%	f	%
1.	Cukup	6	22.2	6	22.2
2.	Kurang	21	77.8	21	77.8
Total		27	100	27	100
Analisis data		<i>r</i> hitung 0,058 dimana <i>phitung</i> yaitu 0,008 dan <i>r</i> tabel 0,778 pada $\alpha:0,05$			

Pembahasan

Penelitian menunjukkan bahwa keluarga belum mampu memberikan dukungan sesuai kebutuhan anak dalam menghadapi ujian sekolah dasar, dimana sebagian besar responden memiliki dukungan keluarga yang kurang yaitu sebanyak 21 orang (77,8%) dan paling sedikit memiliki dukungan keluarga cukup sebanyak 6 orang (22,2%). Data hasil analisis jenis dukungan yang diberikan oleh keluarga menunjukkan bahwa keluarga tidak memberikan informasi bimbingan belajar, penjelasan masa depan jika tidak lulus ujian, dan pengingat jadwal bimbingan belajar. Nilai rata-rata dukungan keluarga pada informasi adalah 40,7% (hasil analisis data persentil di master tabel) atau kurang. Data dukungan penilaian orang tua di SDN 15 Ntobo Kota Bima masih kurang dengan nilai rata-rata 45,9% (hasil analisis data persentil di master tabel). Dukungan yang kurang adalah orang tua memarahi anak saat gagal pra ujian, tidak memberikan motivasi dan membandingkan dengan anak lain. Data dukungan instrumental menunjukkan orang tua di SDN 15 Ntobo, Kota Bima hanya mencapai 41,5%. Dukungan yang masih kurang adalah orang tua tidak menyediakan fasilitas belajar anak, tidak membantu mencari materi pendukung, dan tidak mengantar/jemput anak dari tempat bimbingan belajar. Dukungan emosional tergolong cukup tapi masih ada beberapa hal yang tidak dilakukan, seperti tidak menanyakan masalah belajar anak selama persiapan ujian dan tidak mengetahui mata pelajaran yang dikuasai atau tidak dikuasai anak. Nilai rata-rata dukungan emosional adalah 61,5%. Anak mengetahui bahwa orang tua kurang dukungan selama persiapan ujian karena sibuk bekerja. Anak harus mengurus semuanya sendiri. Orang tua sibuk bekerja untuk cari uang bayar sekolah dan beli buku anak. Mereka kerja dari pagi sampai sore. Anak bebas pilih les dan ada ojek antar jemput. Data ini menunjukkan bahwa orang tua tidak mampu menjalankan peran dengan baik sehingga beberapa hal peran orang tua dilakukan oleh anak atau orang lain.

Pengukuran kecemasan pada anak menggunakan *Zung anxiety scale* menunjukkan anak paling sering mengalami gejala motorik dengan rata-rata 13,1 dan gejala kognitif dengan rata-rata 8,9. Gejala motorik meliputi kesulitan bernapas, kesulitan tidur, dan ketidakmampuan untuk istirahat dan duduk dengan tenang. Anak-anak yang mengalami kecemasan biasanya merasa cemas, gugup, dan gelisah saat menghadapi ujian nasional. Namun, penelitian menunjukkan bahwa mereka memiliki jiwa yang optimis, menganggap ujian itu sebagai hal biasa, dan tidak merasa gugup. Mereka juga dapat beraktivitas seperti biasa tanpa gangguan pernapasan atau tidur, serta memiliki waktu istirahat yang cukup. Dari guru SDN 15 Ntobo Kota Bima, diketahui anak-anak memiliki semangat belajar tinggi. Proses dan persiapan ujian nasional dilakukan dengan baik dan menyenangkan. Mereka tidak khawatir menghadapi ujian karena sudah belajar dengan rajin dan mengikuti bimbingan yang tersedia. Anak-anak siap menghadapi ujian nasional. Usia sekolah adalah anak usia 6-12 tahun. Anak-anak dianggap bertanggung jawab terhadap perilaku mereka sendiri saat berinteraksi dengan orang tua, teman sebaya, dan orang lain selama periode ini. Masa sekolah adalah saat anak memperoleh pengetahuan dasar dan keterampilan untuk sukses dalam kehidupan dewasa. Menurut Hurluck (2002), masa anak sekolah adalah periode di mana anak membentuk kebiasaan untuk mencapai sukses, tidak sukses, atau sangat sukses. Kebiasaan ini cenderung bertahan hingga dewasa. Didapati hubungan kuat antara perilaku berprestasi pada masa kanak-kanak dengan perilaku berprestasi pada masa dewasa.

Hasil uji spearman rank menunjukkan tidak ada hubungan antara dukungan keluarga dan tingkat kecemasan anak saat menghadapi ujian di SDN 15 Ntobo Kota Bima ($\text{sig} = 0,778 > \alpha = 0,05$). Hal ini menunjukkan bahwa faktor lain memiliki kontribusi lebih besar terhadap kecemasan anak saat menghadapi

ujian nasional. Anak-anak SDN 15 Ntobo Kota Bima siap menghadapi ujian dan optimis, tapi tetap cemas jika tidak lulus dan harus mengikuti paket C. Mereka malu pada teman-teman dan jadi bahan omongan. Anak-anak juga cemas jika sakit atau kehilangan pulpen saat ujian, datang terlambat sehingga kurang waktu mengerjakan soal, yang bisa berakibat tidak lulus. Stuart (2007) menyebut ansietas sebagai kekhawatiran yang tidak jelas dan menyebar, terkait perasaan tidak pasti dan tidak berdaya. Tidak ada objek yang menjadi stimulus cemas. Kecemasan paling tinggi terjadi saat siswa menghadapi tes atau ujian (Djiwandono, 2002). Siswa selalu cemas menghadapi ujian, yang menghambat kejernihan mental dan mengganggu kinerja belajar (Goleman, 1997). Menurut Stuart (2007), salah satu faktor bagi kecemasan seseorang adalah adanya ancaman terhadap sistem diri yang dapat merugikan identitas, harga diri, dan fungsi sosial mereka.

KESIMPULAN

Responden memiliki dukungan keluarga yang kurang sebanyak 21 orang (77,8%) dan paling sedikit memiliki dukungan keluarga cukup sebanyak 6 orang (22,2%). 27 anak SDN 15 Ntobo Kota Bima mengalami kecemasan ringan (100%). Tidak ada hubungan antara dukungan keluarga dengan tingkat kecemasan anak dalam menghadapi ujian sekolah/Madrasah Tahun 2016 di SDN 15 Ntobo Kota Bima ($p=0,778$).

DAFTAR PUSTAKA

- Departemen Kesehatan Republik Indonesia. (1990). *Asuhan Keperawatan Pada Pasien dengan Gangguan Penyakit Jiwa*. Jakarta: Pusdiknakes
- Djiwandono. (2002). *Psikologi Pendidikan*. Jakarta: Grasindo
- Friedman, J. L., & Morsink, S. M. (1998). Axial instability of rotating relativistic stars. *The Astrophysical Journal*, 502(2), 714.
- Friedman, M. (2010). *Keperawatan Keluarga Edisi 5*. Jakarta: EGC.
- Goleman. (1997). *Emotional Intelligence (Kecerdasan Emosional); Mengapa. EI Lebih Penting daripada IQ*. Jakarta: PT Gramedia Pustaka Utama
- Hasan dan Chitra. (2015). Kecemasan pada mahasiswa menjelang ujian skill lab. *Diakses 30 Juni 2016, dari <http://downloadportalgaruda.org/artikel.php>*
- Hurluck. (2002). *Psikologi Perkembangan Suatu Pendekatan Sepanjang rentang Kehidupan*. Jakarta: Erlangga
- Lumiu, S. E., Tuda, J., & Ponidjan, T. (2013). Hubungan Dukungan Keluarga dengan Tingkat Kecemasan Akibat Hospitalisasi pada Anak di Usia Pra Sekolah di Irina E BLU RSUP Prof Dr. RD Kandou Manado. *Jurnal Keperawatan*, 1(1).
- Marantika. (2003). *Kiat Sukses Dalam Study*. Bandung: Remaja Rosdakarya.
- Murniasih. (2007). Hubungan Dukungan Keluarga Dengan Tingkat Kecemasan Akibat Hospitalisasi pada Anak Usia Prasekolah di Bangsal L RSUP Dr. Soeradji Tirtonegoro Klaten. *Jurnal Kesehatan Surya Medika Yogyakarta*. Diakses pada tanggal 10 Mei 2016 dari <http://www.skripsistikes.wordpress.com>.
- Niahidayati. (2010). *Anak Saya Tidak Nakal*. Yogyakarta: PT. Pustaka Bintang.
- Setiadi, H. (2007). Ujian Nasional (UN) yang Akurat dan Adil untuk Sekolah-sekolah di Indonesia yang Sangat Bervariasi Kondisi dan Kualitasnya. *Jurnal Pendidikan dan Kebudayaan*, 13(65), 229-244.
- Setiadi. (2008). *Konsep dan Penulisan Riset Keperawatan*. Cetakan Pertama. Yogyakarta: Graha Ilmu.
- Supartini. (2004). *Buku Ajar Konsep Keperawatan Anak*. Jakarta: EGC.
- Stuart (2007). *Keperawatan Jiwa*. Jakarta: EGC.
- Syawal, G. (2012). Ujian Nasional sebagai Wahana Evaluasi Pengembangan Pendidikan Karakter Bangsa. *Makalah Utama Semnas. Yogyakarta: Pascasarjana bekerjasama dengan HEPI DIY*.
- Tilaar. (2009). *Kekuasaan Pendidikan: Kajian Menejemen Pendidikan. Nasional dalam Pusaran Kekuasaan*. Jakarta: Rinika Cipta.