



**HUBUNGAN ANTARA PERSEPSI TENTANG HARAPAN  
AKADEMIK ORANG TUA DAN *SELF EFFICACY* DENGAN  
KECEMASAN AKADEMIK PADA SISWA SMA**

**SKRIPSI**

disajikan sebagai salah satu syarat  
memperoleh gelar Sarjana Pendidikan  
Program Studi Bimbingan dan Konseling

oleh

Rahmawati Cahyaningtyas  
1301415075

**JURUSAN BIMBINGAN DAN KONSELING  
FAKULTAS ILMU PENDIDIKAN  
UNIVERSITAS NEGERI SEMARANG**

**2020**

## PERNYATAAN

Saya menyatakan bahwa yang tertulis di dalam skripsi dengan judul “Hubungan antara Persepsi Tentang Harapan Akademik Orang Tua dan *Self Efficacy* dengan Kecemasan Akademik Pada Siswa SMA” benar-benar hasil karya sendiri, bukan buatan orang lain dan tidak menjiplak karya ilmiah orang lain, baik sebagian ataupun seluruhnya. Adapun pendapat atau temuan orang lain yang terdapat dalam skripsi ini dikutip atau dirujuk sesuai dengan ketentuan kode etik ilmiah.

Semarang, 2 Januari 2020



Rahmawati Cahyaningtyas  
NIM. 1301415075

## PENGESAHAN

Skripsi dengan judul “Hubungan antara Persepsi Tentang Harapan Akademik Orang Tua dan *Self Efficacy* dengan Kecemasan Akademik Pada Siswa SMA” yang disusun oleh Rahmawati Cahyaningtyas dengan NIM 1301415075 telah dipertahankan di hadapan Sidang Panitia Ujian Skripsi Fakultas Ilmu Pendidikan Universitas Negeri Semarang pada hari Rabu, 29 Januari 2020

## PANITIA

Ketua



Dra. Sinja Saraswati, M.Pd., Kons.  
NIP. 196006051999032001

Sekretaris,

Kusnarto Kurniawan, S.Pd., M.Pd., Kons.  
NIP. 197101142005011002

Penguji 1.

Dr. Anwar Sutoyo, M.Pd.  
NIP. 195811031986011001

Penguji 2,

Muslikah, S.Pd., M.Pd.  
NIP. 198611082014042002

Penguji 3,

Sunawan, S.Pd., M.Si., Ph. D.  
NIP. 197807012006041002

## **MOTTO DAN PERSEMBAHAN**

### **MOTTO**

Harapan dan keyakinan membuat kita tetap dan terus hidup

(Rahmawati Cahyaningtyas)

### **PERSEMBAHAN**

Skripsi ini saya persembahkan kepada:

Alamamater jurusan Bimbingan dan Konseling

Fakultas Ilmu Pendidikan

Universitas Negeri Semarang

## KATA PENGANTAR

Segala puji syukur penulis panjatkan atas kehadiran Allah SWT yang telah limpahkan rahmat dan hidayah-Nya, sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi dengan judul “Hubungan antara Persepsi Tentang Harapan Akademik Orang Tua dan *Self Efficacy* dengan Kecemasan Akademik Pada Siswa SMA”

Penelitian ini dilatarbelakangi oleh fenomena yang menunjukkan bahwa masih terdapat siswa yang mengalami kecemasan dalam konteks akademik yang dapat mengganggu aktivitas belajar siswa. Tujuan dari skripsi ini untuk mengetahui hubungan antara persepsi tentang harapan akademik orang tua dan *self efficacy* dengan kecemasan akademik pada siswa SMA. Selama proses penyusunan skripsi, penulis telah mendapat banyak bantuan dan dukungan oleh berbagai pihak. Oleh karena itu penulis mengucapkan terima kasih kepada:

1. Prof. Dr. Fathur Rokhman, M.Hum. Rektor Universitas Negeri Semarang yang bertanggung jawab terhadap penyelenggaraan pendidikan di Universitas Negeri Semarang.
2. Dr. Achmad Rifai RC.M.Pd, Dekan Fakultas Ilmu Pendidikan yang telah memberikan izin penelitian.
3. Kusnarto Kurniawan, S.Pd.,M.Pd.,Kons. Ketua Jurusan Bimbingan dan Konseling sekaligus dosen wali yang telah memberikan izin penelitian dan dukungan untuk menyelesaikan skripsi.
4. Sunawan, S.Pd.,M.Si.,Ph.D. selaku dosen pembimbing yang telah memberikan perhatian, motivasi, dan sarannya selama proses penyusunan skripsi.

5. Dr. Anwar Sutoyo, M.Pd dan Muslikah, S.Pd., M.Pd selaku dosen penguji yang telah menguji skripsi dan memberikan saran serta masukan untuk kesempurnaan skripsi ini.
6. Bapak dan ibu dosen Jurusan Bimbingan dan Konseling yang telah memberikan bekal ilmu yang bermanfaat bagi penulis.
7. Kepala Sekolah, Bapak dan Ibu guru, Karyawan serta Siswa-siswi SMA Negeri 3 dan SMA Negeri 5 Semarang yang sudah memberikan izin dan membantu kelancaran penelitian.
8. Keluarga di rumah yang selalu mendoakan dan memberikan bantuan selama penyusunan skripsi
9. Teman-teman Jurusan Bimbingan dan Konseling angkatan 2015 yang saling mengingatkan untuk segera menyelesaikan skripsi.
10. Seluruh pihak yang telah ikut membantu dalam penyusunan skripsi ini yang tidak bisa penulis sebutkan satu persatu.

Semoga skripsi ini dapat memberikan manfaat bagi pembaca serta dapat memberikan kontribusi bagi perkembangan ilmu bimbingan dan konseling.

Semarang, 2 Januari 2020

Penulis

## ABSTRAK

Cahyaningtyas, Rahmawati. 2019. *Hubungan antara Persepsi Tentang Harapan Akademik Orang Tua dan Self Efficacy dengan Kecemasan Akademik Pada Siswa SMA*. Skripsi. Jurusan Bimbingan dan Konseling. Fakultas Ilmu Pendidikan. Universitas Negeri Semarang. Pembimbing Sunawan, Ph.d.

Penelitian ini dilakukan berdasarkan fenomena bahwa terdapat beberapa siswa yang mengalami kecemasan yang berhubungan dengan aktivitas akademik. Kecemasan akademik yang dialami siswa membuat siswa sulit berkonsentrasi pada berbagai tugas akademik yang kemudian berdampak pada turunya prestasi akademik siswa. Tujuan dari penelitian ini untuk mengetahui hubungan antara persepsi tentang harapan akademik orang tua dan *self efficacy* dengan kecemasan akademik pada siswa SMA negeri 3 Semarang dan SMA Negeri 5 Semarang baik secara parsial maupun secara bersama-sama.

Penelitian ini menggunakan desain kuantitatif korelasional. Sampel yang digunakan berjumlah 307 dari 2454 siswa dengan teknik pengambilan sampel *cluster random sampling*. Alat pengumpul data yang digunakan adalah *AEQ* (*Achievement Emotions Questionnaire*), *PPE* (*Parental Expectations*) scale, dan *MLSQ* (*Motivated Strategies for Learning Questionnaire*). Koefisien skala tersebut adalah 0,211-0,619; 0,436-0,808; dan 0,286-0,833 dengan nilai *alpha* 0,826; 0,807; dan 0,804. Adapun teknik analisis data menggunakan analisis regresi berjenjang.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa ada hubungan positif antara persepsi tentang harapan akademik orang tua dengan kecemasan akademik ( $\beta = 0,24$ ;  $t=5,47$ ;  $p<0,001$ ), hubungan negatif antara *self efficacy* dengan kecemasan akademik ( $\beta = -0,568$ ;  $t= -12,56$ ;  $p<0,001$ ). Kemudian antara persepsi tentang harapan akademik orang tua dan *self efficacy* secara bersama-sama memiliki hubungan yang signifikan dengan kecemasan akademik ( $R=0,686$ ,  $F=37,914$ ,  $p<0,001$ ). Disarankan agar guru BK dapat mengembangkan program layanan bimbingan dan konseling untuk menurunkan kecemasan akademik siswa dengan melibatkan persepsi siswa tentang harapan akademik orang tua dan *self efficacy*.

Kata Kunci: Persepsi tentang Harapan Akademik Orang Tua, *Self Efficacy*, Kecemasan Akademik

## DAFTAR ISI

	<b>Halaman</b>
HALAMAN JUDUL.....	i
PERNYATAAN .....	ii
PENGESAHAN.....	iii
MOTTO DAN PERSEMBAHAN .....	iv
KATA PENGANTAR .....	v
ABSTRAK.....	vii
DAFTAR ISI.....	viii
DAFTAR TABEL.....	xi
DAFTAR GAMBAR .....	xi
DAFTAR LAMPIRAN.....	xiii
BAB 1 PENDAHULUAN .....	1
1.1 Latar Belakang .....	1
1.2 Rumusan Masalah .....	8
1.3 Tujuan Penelitian .....	9
1.4 Manfaat Penelitian .....	10
BAB 2 KAJIAN PUSTAKA.....	11
2.1 Penelitian Terdahulu .....	11
2.2 Kecemasan Akademik.....	15
2.2.1 Pengertian Kecemasan Akademik .....	16
2.2.2 Aspek-Aspek Kecemasan Akademik.....	17
2.2.3 Faktor-faktor Kecemasan Akademik .....	19
2.2.4 Komponen-Komponen Kecemasan Akademik.....	21
2.3 persepsi Tentang Harapan Akademik Orang Tua .....	21
2.3.1 Definisi Persepsi .....	22
2.3.2 Definisi Persepsi Tentang Harapan Akademik Orang Tua .....	23
2.3.3 Faktor-Faktor Yang Terlibat Dalam Persepsi .....	25
2.3.4 Proses Persepsi .....	26
2.3.5 Aspek-Aspek Persepsi.....	26
2.3.6 Aspek-Aspek Persepsi Harapan Orang Tua.....	27
2.4 <i>Self Efficacy</i> .....	28
2.4.1 Definisi <i>Self Efficacy</i> .....	28
2.4.2 Aspek-aspek <i>Self Efficacy</i> .....	29
2.4.3 Sumber-Sumber Terbentuknya <i>Self Efficacy</i> .....	32
2.4.4 Proses <i>Self Efficacy</i> .....	34
2.4.5 Indikator <i>Self Efficacy</i> .....	36
2.4.6 Klasifikasi <i>Self Efficacy</i> .....	37
2.4.7 Peranan <i>Self Efficacy</i> .....	38
2.5 Kerangka Berpikir.....	39
2.7 Hipotesis.....	42
BAB 3 METODE PENELITIAN.....	43
3.1 Jenis Penelitian.....	43



3.2 Desain Penelitian.....	44
3.3 Variabel Penelitian .....	44
3.3.1 Identifikasi Variabel.....	44
3.3.2 Hubungan Antar Variabel .....	45
3.3.3 Definisi Operasional Variabel.....	46
3.4 Populasi dan Sampel Penelitian .....	47
3.4.1 Populasi Penelitian.....	47
3.4.2 Sampel Penelitian.....	48
3.5 Metode dan Alat Pengumpul Data .....	49
3.5.1 Metode Pengumpul Data.....	50
3.5.2 Alat Pengumpul Data .....	51
3.5.3 Prosedur Penyusunan Instrumen.....	57
3.6 Validitas dan Reliabilitas Instrumen .....	58
3.6.1 Validitas Instrumen .....	58
3.6.2 Reliabilitas Instrumen .....	61
3.7 Teknik Analisis Data.....	63
3.7.1 Analisis Kuantitatif Deskriptif .....	63
3.7.2 Uji Hipotesis .....	65
BAB 4 HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN .....	69
4.1 Hasil Penelitian .....	69
4.1.1 Hasil Analisis Deskriptif Kuantitatif.....	70
4.1.2 Hasil Uji Hipotesis .....	72
4.2 Pembahasan.....	79
4.2.1 Gambaran Kecemasan Akademik Siswa SMA Negeri 3 dan SMA Negeri 5 Semarang.....	79
4.2.2 Gambaran Persepsi Tentang Harapan Akademik Orang Tua Siswa SMA Negeri 3 dan SMA Negeri 5 Semarang.....	80
4.2.3 Gambaran <i>Self Efficacy</i> Siswa SMA Negeri 3 dan SMA Negeri 5 Semarang.....	81
4.2.4 Hubungan antara Persepsi Tentang Harapan Akademik Orang Tua dengan Kecemasan Akademik Siswa SMA Negeri 3 dan SMA Negeri 5 Semarang .....	82
4.2.5 Hubungan antara <i>Self Efficacy</i> dengan Kecemasan Akademik Siswa SMA Negeri 3 daan SMA Negeri 5 Semarang.....	83
4.2.6 Hubungan antara Persepsi Tentang Harapan Akademik Orang Tua dan <i>Self Efficacy</i> dengan Kecemasan Akademik Siswa SMA Negeri 3 dan SMA Negeri 5 Semarang.....	84
4.3 Keterbatasan Penelitian.....	87
BAB 5 PENUTUP .....	88
5.1 Simpulan .....	88
5.2 Saran .....	89
DAFTAR PUSTAKA .....	90
LAMPIRAN.....	95

## DAFTAR TABEL

<b>Tabel</b>	<b>Halaman</b>
2.1 Klasifikasi <i>Self Efficacy</i> .....	38
3.1 Populasi Siswa SMA Negeri 3 Semarang dan Siswa SMA Negeri 5 Semarang.....	47
3.2 Sampel Siswa SMA Negeri 3 Semarang dan Siswa SMA Negeri 5 Semarang.....	49
3.3 Kategori Jawaban dan Skoring Skala Psikologis.....	52
3.4 Kisi-kisi Instrumen <i>Achievement Emotions Questionnaire (AEQ)</i> .....	54
3.5 Kisi-kisi Penelitian <i>Parental Expectations scale</i> .....	55
3.6 Kisi-kisi Instrumen Penelitian <i>Motivated Strategies for Learning Questionnaire</i> .....	57
3.7 Kriteria Analisis Deskriptif .....	65
4.1 Hasil Analisis Deskriptif Tiap Variabel .....	70
4.2 Uji Normalitas menggunakan skewness dan kurtosis .....	72
4.3 Hasil Uji Linearitas .....	73
4.4 Hasil Uji Multikolinearitas dan Heteroskedastisitas .....	74
4.5 Hasil Uji Regresi Hierarkis terhadap Kecemasan Akademik .....	76

## DAFTAR GAMBAR

<b>Gambar</b>	<b>Halaman</b>
2.1 Kerangka Berfikir Penelitian.....	42
3.1 Hubungan Antar Variabel Penelitian .....	45
3.2 Prosedur Penyusunan Instrumen .....	57

## DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran	Halaman
1. Skala Kecemasan Akademik (Data Awal) .....	96
2. Wawancara Data Awal .....	99
3. Instrumen Penelitian .....	100
4. Instrumen Penelitian (Hasil Translate) .....	104
5. Kisi-Kisi Instrumen .....	108
6. Instrumen Penelitian Yang Telah Disesuaikan.....	120
7. Hasil Tabulasi Hasil Skala Uji Coba .....	125
8. Hasil Uji Validitas dan Reliabilita Skala Penelitian .....	134
9. Hasil Tabulasi Skala Penelitian.....	141
10. Hasil Analisis Deskriptif .....	161
11. Hasil Uji Asumsi Klasik .....	164
12. Hasil Uji Regresi Hierarkis .....	166
13. Surat Keterangan <i>Back Translate</i> .....	169
14. Surat Keterangan Penelitian.....	170
15. Dokumentasi .....	172

# **BAB 1**

## **PENDAHULUAN**

### **1.1 Latar Belakang Masalah**

Kecemasan akademik merupakan suatu jenis kecemasan yang berhubungan dengan konteks pembelajaran di lingkungan akademik. Ketika di sekolah, ada kalanya siswa dituntut untuk menyelesaikan tugas sekolah, mempresentasikan hasil sebuah proyek di depan kelas, melaksanakan ujian, hingga mengikuti kegiatan sekolah lainnya. Pada beberapa siswa, tuntutan akademik tersebut dapat menjadi ancaman yang menimbulkan kecemasan.

Idealnya ketika di sekolah, siswa dapat menyelesaikan tugas-tugas akademik sesuai dengan kemampuan yang dimiliki oleh siswa tanpa mengalami kecemasan sehingga siswa mendapatkan hasil belajar yang optimal. Namun realitanya, saat ini masih banyak siswa yang tidak dapat menyelesaikan tugas akademiknya dengan baik. Hal tersebut dapat terjadi karena siswa mengalami kecemasan akademik.

Nevid (2005:163) mengemukakan bahwa kecemasan merupakan keadaan aprehensi atau keadaan khawatir yang mengeluhkan bahwa sesuatu yang buruk akan terjadi. Bandura (dalam Prawitasari 2012) menjelaskan bahwa kecemasan yang dipicu oleh ketidakpercayaan terhadap kemampuan diri untuk mengatasi tugas akademik disebut kecemasan akademik (*academic anxiety*).

Pekrun (2006) menyatakan bahwa kecemasan yang dialami oleh siswa cenderung mengganggu proses belajar, perhatian dan kerja memori siswa. Lebih

lanjut, Pekrun (2006) menjelaskan bahwa kecemasan pada siswa timbul karena perspektif siswa terhadap aktivitas akademiknya bernilai *negative* (kegagalan) dan *control belief* siswa pada tingkat medium atau sedang. Dengan kata lain, siswa akan merasakan cemas apabila merasa bahwa hasil belajarnya tidak mengarah pada tingkat keberhasilan tertentu serta perspektif *control belief* yang tidak tinggi maupun rendah.

Berdasarkan fakta di lapangan, kecemasan yang dialami oleh siswa masih cenderung berada pada tingkatan tinggi dan sedang. Hal tersebut dapat dilihat dari hasil penelitian yang dilakukan oleh Siregar (2013) terhadap 78 santri di Pondok Pesantren Nurul Huda Singosari, Malang. Berdasarkan hasil penelitian diketahui bahwa sebanyak 11 orang santri mengalami kecemasan tingkat tinggi, 52 santri mengalami kecemasan sedang, dan sisanya sekitar 15 orang santri mengalami tingkat kecemasan yang dikategorikan rendah.

Berdasarkan hasil studi pendahuluan di SMA Negeri 3 Semarang dan SMA Negeri 5 Semarang ditemukan kecenderungan siswa mengalami kecemasan akademik. Berdasarkan hasil data awal dengan menyebar skala psikologis kepada 40 siswa di SMA Negeri 3 Semarang dan SMA Negeri 5 Semarang, diketahui sebanyak 21 siswa mengalami kecemasan akademik. Selanjutnya, berdasarkan hasil wawancara dengan guru bimbingan dan konseling serta guru mata pelajaran di SMA Negeri 3 Semarang dan SMA Negeri 5 Semarang ditemukan bahwa siswa yang mengalami gejala kecemasan akademik termanifestasikan dalam perilaku siswa: (1) ketika diminta untuk menjelaskan materi di depan kelas, siswa

menunjukkan gerakan seperti menunduk, melirik-lirik temanya, gugup, banyaknya ucapan “eee..” yang dikeluarkan siswa (2) ketika ditanya oleh guru dikelas, fokus siswa menjadi hilang (3) ketika menjelang ujian perilaku siswa menjadi pendiam dari biasanya.

Kecemasan akademik yang dialami siswa membuat siswa sulit untuk berkonsentrasi pada berbagai tugas akademik seperti membaca, menulis, mendengar, dan berbicara (Pekrun, 2006). Kecemasan akademik jika tidak diberi penanganan dengan baik akan berdampak tidak baik bagi diri siswa tersebut, seperti siswa memiliki motivasi belajar yang rendah, membenci guru, menunda-nunda pekerjaan rumah (PR), mengerjakan tugas sekolah tidak optimal, membolos, berbohong kepada orang tua, serta menarik diri dari lingkungan (Mahato dan Jangir, 2012).

Kecemasan akademik yang dialami oleh siswa dapat terjadi karena adanya kesenjangan antara apa yang diharapkan dengan kenyataan yang terjadi pada siswa tersebut. Harapan-harapan tersebut dapat berasal dari siswa itu sendiri maupun lingkungannya. Salah satu harapan yang berasal dari lingkungan ialah harapan orang tua terhadap siswa.

Santrock (2011) menjelaskan bahwa orang tua berperan penting dalam mendukung dan mendorong pencapaian akademik anaknya. Nilai-nilai orang tua yang diberikan kepada anaknya akan mempengaruhi pola pikir serta sikap anak dalam kehidupan anak, termasuk dalam bidang akademik anak. Setiap orang tua pasti memiliki keinginan pada anaknya agar lebih baik dari orang tua dan

berusaha memberikan yang terbaik bagi anaknya. Sehingga wajar jika orang tua memiliki harapan-harapan ideal kepada anak.

Olson (2005:343) menjelaskan harapan merupakan dasar kehidupan seseorang, bila tidak ada harapan untuk masa depan, maka tidak ada kekuatan saat ini. Harapan orang tua adalah adanya sesuatu yang diharapkan dan diminta orang tua kepada anaknya sesuai dengan pemikiran dan kemauan anaknya (Soekamto, 1996). Selanjutnya, Chatterjee dan Sinha (2013) menjelaskan bahwa harapan orang tua merupakan keinginan orang tua pada kinerja akademik dan karir anak-anaknya.

Orang tua menyampaikan harapan akademik mereka kepada anaknya melalui berbagai cara, seperti orang tua secara langsung menyampaikan harapan akademik mereka kepada anak mereka, perilaku orang tua yang mendukung kegiatan akademis anaknya, dan perilaku lainnya. Beberapa orang tua memiliki dan menyampaikan harapan akademik mereka secara realistis pada anak mereka dengan baik, namun terdapat pula orang tua yang memiliki harapan akademik yang tidak realistis pada anak mereka. Para orang tua ini memiliki harapan akademik kepada anaknya yang melampaui batas kemampuan anaknya, sehingga cenderung memaksakan harapan akademik mereka kepada anaknya.

Harapan-harapan orang tua dan bagaimana orang tua menyampaikannya kepada anak mereka dapat di persepsi atau dimaknai secara berbeda oleh masing-masing anak. Ali dan Asrori (2011:192) menjelaskan bahwa persepsi merupakan hasil penghayatan terhadap suatu stimulus atau rangsangan yang muncul dari lingkungan anak. Dalam proses persepsi, terdapat aspek-aspek dalam diri anak



yang terlibat langsung, yaitu aspek kognisi yang berhubungan dengan cara berfikir individu, dan aspek afeksi yang berhubungan dengan perasaan anak, sehingga persepsi dapat menghasilkan cara pandang yang berbeda-beda pada setiap anak.

Tingginya harapan akademik orang tua kepada anak dan hasil persepsi yang salah terhadap harapan akademik orang tua dapat menimbulkan masalah. Kartono (1990:143) menyatakan bahwa semakin tinggi tuntutan atau harapan orang tua kepada anaknya, maka akan menimbulkan rasa takut, panik, dan rasa putus asa pada diri anak, sehingga anak akan semakin tidak berani mengerjakan tugas-tugasnya karena takut apabila mengalami kegagalan kemudian dimarahi oleh orang tuanya atau anak akan takut apabila mengecewakan orang tuanya dan kehilangan kasih sayang orang tua.

Persepsi siswa terhadap harapan orang tuanya beraneka ragam. Wang dan Heppner (2002) menjelaskan bahwa persepsi siswa terhadap harapan orang tua secara umum terbagi menjadi tiga, yaitu: *personal maturity*, *academic achievement*, dan *dating concerns*. Harapan dan tuntutan orang tua terhadap keberhasilan akademik anaknya akan mendorong orang tua untuk menekankan prestasi akademik sebagai wujud ketundukan anak kepada orang tuanya. Hal ini kemudian dipersepsi siswa mengenai harapan orang tua terhadap dirinya dan dapat memunculkan perasaan tertekan pada anak dan rasa cemas apabila tidak mewujudkan harapan orang tuanya. Selanjutnya anak akan merespon perasaan tertekan dan kecemasan tersebut dengan menjauhi sumber rasa takut. Apabila dibiarkan terus menerus anak akan mendapatkan nilai hasil belajar yang rendah, karena potensinya tidak berkembang secara optimal.

Hubungan variabel kecemasan akademik dan persepsi tentang harapan akademik orang tua diperkuat dengan hasil penelitian terdahulu. Muhid dan Mukarromah (2018) dalam penelitiannya menjelaskan bahwa perasaan takut, putus asa, cemas, serta rasa khawatir yang dialami siswa dapat terjadi akibat tuntutan dan harapan orang tua terhadap keberhasilan akademik siswa. Akibatnya siswa merasa cemas dan khawatir apabila tidak dapat meraih apa yang diharapkan orang tuanya.

Selanjutnya, hasil penelitian yang dilakukan Permatasari, dkk (2018) menjelaskan bahwa harapan orang tua yang tinggi kepada anaknya dapat menjadi ancaman dan memperbesar kecemasan yang dialami oleh siswa. Orang tua yang memiliki harapan yang tidak realistis pada anaknya membuat siswa tersebut merasa takut dan cemas apabila tidak berhasil secara akademik.

Oleh karena itu, kecemasan akademik yang dialami siswa tidak bisa dibiarkan begitu saja. Siswa yang mengalami kecemasan akademik akan mempersepsikan dirinya tidak mampu dalam menghadapi tuntutan tugas akademiknya. Bandura (1997) mengatakan bahwa hal-hal tersebut dapat dipicu karena ketidakpercayaan siswa akan kemampuannya dalam mengerjakan tugas dan aktivitas akademiknya.

Hal ini didukung oleh penelitian yang dilakukan Rahadiano & Yoenanto (2014) yang mengemukakan bahwa ketika siswa memiliki *self efficacy* yang tinggi, maka siswa tersebut akan menekankan pada keyakinan diri mengenai kemampuannya dalam menjalankan tugas akademik. Namun apabila siswa merasa

tidak dapat mengendalikan situasi dan lingkungan yang dirasa mengancam, maka siswa tersebut akan merasa gelisah dan cemas.

*Self efficacy* ialah keyakinan individu terhadap kemampuannya untuk bisa mengatasi tugas yang dihadapinya. *Self efficacy* yang tinggi akan berdampak pada tereduksinya pikiran-pikiran yang menyakitkan atau *intrusive aversive thoughts* terkait tugas yang sedang dihadapi. Bandura (1994:65) menjelaskan bahwa keyakinan individu terhadap *self efficacy* mereka akan mempengaruhi arah tindakan yang akan dipilih untuk diupayakan, seberapa banyak upaya yang akan ditanamkan pada aktivitas-aktivitas tersebut, serta seberapa lama akan bertahan ditengah tugas dan kegagalan, dan seberapa besar keinginan untuk bangkit kembali dari keterpurukan.

Merujuk pada Baron dan Byrne (2004: 183) bahwa performa fisik, tugas akademis, performa dalam pekerjaan, serta kemampuan untuk mengatasi kecemasan dan depresi dapat ditingkatkan melalui perasaan yang kuat akan *self efficacy*. Lebih lanjut, Baron dan Byrne (2004:186) menjelaskan bahwa *self efficacy* akademik berhubungan dengan keyakinan siswa terhadap kemampuannya mengerjakan tugas-tugas, mengatur kegiatan belajar, serta hidup dengan harapan akademis mereka sendiri dan orang lain. Hal ini menunjukkan bahwa *self efficacy* berpengaruh terhadap keberhasilan akademis siswa, sehingga siswa perlu memiliki *self efficacy* dalam proses belajar agar dapat mereduksi kecemasan akademik yang dialami siswa dan menunjang keberhasilan akademik siswa.

Kecemasan akademik merupakan hal penting yang perlu mendapat perhatian khususnya oleh orang tua dan guru BK, kerana kecemasan akademik

merupakan salah satu bentuk emosi yang mengganggu kinerja siswa dalam belajar. Kecemasan akademik yang dirasakan siswa akan mendistraksi proses belajar siswa dan apabila kecemasan yang dirasakan siswa terus berlanjut tanpa adanya upaya untuk mereduksi, maka akan berdampak terhadap menurunnya prestasi akademik siswa atau siswa tidak dapat mencapai prestasi akademik yang ditargetkan. Oleh karena itu guru BK memiliki peranan penting dalam membantu siswa yang mengalami kecemasan akademik. Hasil temuan penelitian ini diharapkan dapat memberikan implikasi bagi layanan bimbingan dan konseling terutama bagi guru BK dalam memberikan layanan untuk mengurangi kecemasan akademik siswa dengan melihat aspek persepsi siswa tentang harapan akademik orang tua dan *self efficacy*.

## **1.2 Rumusan Masalah**

Berdasarkan latar belakang masalah diatas, maka dapat dijabarkan rumusan masalah sebagai berikut:

1. Bagaimana tingkat kecemasan akademik siswa SMA?
2. Bagaimana tingkat persepsi tentang harapan akademik orang tua siswa SMA?
3. Bagaimana tingkat *self efficacy* siswa SMA?
4. Adakah hubungan antara persepsi tentang harapan akademik orang tua dengan kecemasan akademik siswa SMA?
5. Adakah hubungan antara *self efficacy* dengan kecemasan akademik siswa SMA?
6. Adakah hubungan antara persepsi tentang harapan akademik orang tua dan *self efficacy* dengan kecemasan akademik siswa SMA?

### **1.3 Tujuan Penelitian**

Berdasarkan rumusan diatas, maka tujuan dalam penelitian ini adalah untuk melihat hubungan antara persepsi tentang harapan akademik orang tua dan *self efficacy* dengan kecemasan akademik pada siswa SMA. Selain itu, tujuan penelitian dapat dijabarkan sebagai berikut:

1. Untuk mengetahui tingkat kecemasan akademik siswa SMA
2. Untuk mengetahui tingkat persepsi tentang harapan akademik orang tua siswa SMA
3. Untuk mengetahui tingkat *self efficacy* siswa SMA
4. Untuk mengetahui hubungan antara persepsi tentang harapan akademik orang tua dengan kecemasan akademik siswa SMA
5. Untuk mengetahui hubungan antara *self efficacy* dengan kecemasan akademik siswa SMA
6. Untuk mengetahui hubungan antara persepsi tentang harapan akademik orang tua dan *self efficacy* dengan kecemasan akademik siswa SMA.

### **1.4 Manfaat Penelitian**

Melalui penelitian ini, diharapkan dapat memberikan kontribusi yang bermanfaat berupa manfaat teoritis maupun praktis.

#### **1.4.1. Manfaat Teoritis**

Hasil temuan penelitian ini diharapkan dapat memberikan informasi yang spesifik mengenai hubungan antara persepsi tentang harapan akademik orang tua dan *self efficacy* terhadap kecemasan akademik siswa.

#### 1.4.2. Manfaat Praktis

Secara praktis, penelitian ini diharapkan dapat menjadi masukan bagi guru BK serta bagi peneliti selanjutnya. Adapun penjelasan dari manfaat-manfaat tersebut adalah sebagai berikut:

##### a. Bagi Guru BK

Hasil dari penelitian ini diharapkan dapat memberikan masukan kepada guru BK dalam memberikan layanan bimbingan konseling, khususnya dalam membantu siswa yang mengalami kecemasan akademik dengan melihat aspek persepsi siswa tentang harapan akademik orang tua dan *self efficacy* siswa.

##### b. Bagi Peneliti Selanjutnya

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan wawasan mengenai gambaran kecemasan akademik serta hubungannya dengan persepsi tentang harapan akademik orang tua dan *self efficacy* siswa SMA.

## **BAB 2**

### **KAJIAN PUSTAKA**

Bab 2 berisi mengenai landasan teoritis yang digunakan sebagai teori dasar penelitian. Hal yang dibahas dalam bab 2 yaitu: (1) penelitian terdahulu, (2) kecemasan akademik, (3) persepsi tentang harapan akademik orang tua, (4) *self efficacy*, (5) hubungan antara persepsi tentang harapan akademik orang tua dan self efficacy dengan kecemasan akademik, (6) kerangka berfikir, (7) hipotesis penelitian.

#### **2.1 Penelitian Terdahulu**

Penelitian terdahulu merupakan penelitian yang sudah dilakukan sebelumnya oleh peneliti lain yang penelitiannya berhubungan dengan topik yang akan diteliti. Dari penelitian terdahulu, peneliti mengangkat beberapa penelitian yang relevan sebagai bahan referensi dalam memperkaya bahan kajian dalam penelitian ini.

Hasil penelitian pertama menunjukkan bahwa masih banyak santri (siswa) yang mengalami kecemasan dilakukan oleh Siregar (2013) terhadap 78 santri di Pondok Pesantren Nurul Huda, Singosari, Malang. Hasil penelitian menunjukkan bahwa sebesar 14,1% atau sebanyak 11 orang santri mengalami kecemasan tingkat tinggi. Sedangkan 66,7% atau sebanyak 52 santri mengalami kecemasan sedang, dan sisanya sebesar 19,2% atau sekitar 15 orang santri mengalami tingkat kecemasan yang dikategorikan rendah. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa

kecemasan akademik masih dialami siswa sehingga perlu dilakukan penelitian mengenai kecemasan akademik

Penelitian lainya dilakukan Santi (2015) yang menunjukkan bahwa kecemasan yang dialami oleh siswa akan mempengaruhi kegiatan siswa dalam belajar. Hasil penelitian menunjukkan bahwa terdapat 58% siswa merasa gelisah saat ujian dan menghadapi mata pelajaran yang sulit, 68% khawatir dengan tugas- tugas pelajaran dan ulangan hasilnya tidak memuaskan, 72% siswa merasa takut menghadapi ujian atau ulangan, 34% seringkali tidak siap menghadapi ujian, dan 54% cemas serta khawatir terhadap suatu hal yang akan terjadi dalam ulangan. Berdasarkan penelitian ini diketahui bahwa kecemasan dapat berdampak negatif bagi proses belajar anak.

Hashempour dan Mehrad (2014) meneliti mengenai bagaimana kecemasan dapat mempengaruhi proses belajar yang dialami oleh siswa. Melalui penelitian ini diketahui bahwa kecemasan yang dialami oleh siswa sangat berhubungan dengan proses belajar siswa. Selanjutnya, dijelaskan pula ketika kecemasan akademik siswa meningkat, maka proses belajar yang dilakukan siswa menjadi tidak efektif. Berdasarkan pernyataan tersebut dapat disimpulkan bahwa ketika siswa memiliki tingkat kecemasan akademik, maka proses belajar yang dilakukan siswa menjadi tidak efektif, ketika proses belajar siswa tidak efektif dapat menimbulkan masalah lain bagi siswa.

Attri, Ajay K & Neelam (2013) melakukan penelitian mengenai perbedaan kecemasan akademik dilihat dari perbedaan gender di sekolah menengah. Berdasarkan hasil penelitian ini, dapat diketahui bahwa kecemasan akademik



lebih banyak dialami oleh siswa perempuan. Hal ini dikarenakan siswa perempuan lebih memiliki kecenderungan untuk memikirkan lingkungan yang dapat menjadi pemicu datangnya kecemasan. Berdasarkan hasil penelitian dapat diketahui bahwa perbedaan jenis kelamin dapat memprediksi kecemasan akademik pada siswa.

Terdapat beberapa penelitian yang mengkaji mengenai harapan orang tua dan kecemasan akademik. Hidayah (2012) melakukan penelitian mengenai persepsi mahasiswa tentang harapan orang tua terhadap pendidikan dan ketakutan akan kegagalan. Dalam penelitian ini diketahui bahwa persepsi mahasiswa terhadap harapan orang tua terhadap pendidikan tergolong tinggi, yaitu sebesar 57,9%. Melalui hasil penelitian ini, dapat diketahui bahwa semakin tinggi harapan orang tua dipersepsi oleh mahasiswa, maka ketakutan akan kegagalan juga semakin tinggi. Berdasarkan hasil penelitian tersebut, peneliti beranggapan bahwa ketika persepsi mahasiswa terhadap harapan orang tua mengenai pendidikan anaknya tinggi, maka akan menimbulkan rasa takut, panik, serta putus asa pada mahasiswa dalam melakukan tugas akademiknya karena mahasiswa tersebut takut jika mengalami kegagalan yang nantinya akan mengecewakan orang tuanya.

Penelitian serupa pernah diteliti oleh Permatasari dkk (2018) yang menyimpulkan bahwa tingkat kecemasan ujian dapat diprediksi melalui besarnya nilai *parents' academic expectation*. Dimana semakin tinggi *parents' academic expectation*, maka semakin tinggi pula kecemasan ujian siswa SMA. Hal ini menunjukkan bahwa harapan orang tua yang tinggi kepada anaknya dapat menjadi ancaman dan memperbesar kecemasan yang dialami oleh siswa. Orang tua yang memiliki harapan yang tidak realistis pada anaknya membuat siswa tersebut

merasa takut dan cemas apabila tidak berhasil secara akademik. Dalam penelitian ini pula diketahui bahwa mayoritas subjek penelitian memiliki tingkat kecemasan yang tinggi, yaitu sebesar 71%. Melalui penelitian ini, peneliti dapat mengambil kesimpulan bahwa harapan akademik orang tua berhubungan dengan kecemasan siswa menghadapi ujian, sehingga yang menjadi fokus penelitian hanya kecemasan menjelang ujian, berbeda dengan kecemasan akademik.

Penelitian selanjutnya dilakukan oleh Muhid & Mukarromah (2018) mengenai hubungan harapan orang tua dan *self efficacy* akademik dengan kecenderungan *fear of failure*. Penelitian ini menjelaskan bahwa perasaan takut, putus asa, cemas, serta rasa khawatir yang dialami siswa dapat terjadi akibat tuntutan dan harapan orang tua terhadap keberhasilan akademik siswa. Akibatnya siswa merasa cemas dan khawatir apabila tidak dapat meraih apa yang diharapkan orang tuanya dan siswa memiliki kecenderungan untuk gagal dalam akademiknya. Hasil penelitian menunjukkan bahwa ada hubungan positif yang signifikan antara harapan orang tua dengan kecenderungan *fear of failure* pada siswa, serta ada hubungan negatif yang signifikan antara *self efficacy* akademik terhadap kecenderungan *fear of failure* siswa. Berdasarkan penelitian ini, dapat disimpulkan bahwa variabel harapan orang tua dan *self efficacy* akademik dapat memprediksi kecenderungan *fear of failure* pada siswa. Perbedaan antara penelitian yang dilakukan oleh Muhid & Mukarromah dengan penelitian ini adalah pada variabel terikat, dimana dalam penelitian Muhid & Mukarromah menggunakan *fear of failure* sebagai variabel terikat, sedangkan dalam penelitian ini menggunakan kecemasan akademik sebagai variabel terikat.

Selanjutnya, melalui penelitian yang telah dilakukan Rahadianto & Yoenanto (2014) dapat diketahui bahwa ada hubungan antara *self efficacy*, motivasi berprestasi dengan kecemasan akademik, terdapat hubungan antara motivasi berprestasi dengan kecemasan akademik, serta terdapat hubungan antara *self efficacy*, motivasi berprestasi dengan kecemasan akademik pada siswa di sekolah RSBI. Penelitian ini menekankan bahwa *self efficacy* dalam konteks belajar mengacu pada keyakinan individu terhadap kemampuannya dalam mengatur dan melaksanakan tindakan-tindakan untuk mencapai tujuan yang ditetapkan serta berusaha menilai tingkatan dan kekuatan dalam seluruh kegiatan akademiknya.

## **2.2 Kecemasan Akademik**

Kajian teori yang dibahas dalam poin kecemasan akademik adalah: (1) pengertian kecemasan akademik, (2) aspek-aspek kecemasan akademik, (3) faktor-faktor yang mempengaruhi kecemasan akademik, (4) komponen kecemasan akademik.

### **2.2.1. Pengertian Kecemasan Akademik**

Kecemasan atau *anxiety* ialah salah satu bentuk emosi yang dimiliki setiap individu yang berkaitan dengan adanya rasa terancam terhadap sesuatu. Ancaman tersebut akan menimbulkan perasaan tidak menyenangkan, ditandai dengan ketegangan yang diiringi perasaan takut atau gelisah, sehingga individu tidak mampu merespon bahaya tersebut secara wajar.

Hurlock (1996: 224) mengemukakan bahwa kecemasan ialah suatu pikiran mengenai keadaan yang tidak menyenangkan yang ditandai dengan adanya rasa

khawatir, tidak tenang, serta perasaan yang tidak nyaman yang tidak dapat dihindari oleh individu dan biasanya disertai perasaan tidak berdaya karena tidak menemui pemecahan masalah yang sedang dihadapi.

Menurut Nevid (2005: 163) kecemasan merupakan keadaan aprehensi atau keadaan khawatir yang mengeluhkan bahwa sesuatu yang buruk akan terjadi. Biasanya siswa akan mengalami kecemasan ataupun perasaan gugup ketika menghadapi masalah di sekolah, menjelang ujian, ketika belajar, atau saat membuat pilihan karirnya. Bandura (dalam Prawitasari, 2012) mengemukakan bahwa kecemasan yang dipicu oleh ketidakpercayaan terhadap kemampuan diri untuk mengatasi tugas-tugas akademik disebut kecemasan akademik (*academic anxiety*).

Kecemasan akademik merupakan kekhawatiran yang membuat siswa sulit untuk berkonsentrasi pada berbagai tugas akademik seperti membaca, menulis, mendengar, dan berbicara (Pekrun, 2006). Senada dengan hal tersebut, Rehman (2016) menjelaskan bahwa siswa yang mengalami kecemasan akademik mungkin memiliki pikiran yang mengganggu dan mencegah mereka untuk berfikir secara logis dan jelas.

Berdasarkan beberapa pendapat ahli diatas dapat disimpulkan bahwa kecemasan akademik adalah perasaan tidak menyenangkan, takut atau gelisah yang diikuti dengan ketegangan sehingga menyebabkan siswa sulit untuk berkonsentrasi pada berbagai aktivitas akademik

### 2.2.2. Aspek-Aspek Kecemasan Akademik

Aspek kecemasan akademik merupakan aspek-aspek yang dapat menyebabkan kecemasan pada siswa yang berkaitan dengan akademiknya. Rehman (2016) menyebutkan ada enam aspek kecemasan akademik, yaitu:

1. *Academic anxiety symptoms*, adalah kecemasan yang termanifestasikan dalam perilaku abnormal siswa yang ditampilkan pada awal tugas akademik yang baru, seperti prokrastinasi; mengkhawatirkan sebagian besar waktu; gagal didalam kelas dan menarik diri dari lingkungan; serta kurang bersosialisasi dengan teman sebaya.
2. *Anxiety from poor study habits*, adalah kecemasan akademik yang disebabkan oleh strategi atau kebiasaan belajar siswa dalam proses belajar siswa sehari-hari.
3. *Anxiety from subject*, adalah kecemasan yang dialami siswa yang disebabkan siswa memiliki sikap negatif terhadap topik pelajaran tertentu atau mata pelajaran yang berbeda karena sesuatu atau alasan lain.
4. *Anxiety from school environment*, adalah kecemasan yang dirasakan siswa yang disebabkan oleh lingkungan sekolah seperti persaingan yang ketat diantara siswa, peran administrator sekolah (otoriter atau demokrat).
5. *Anxiety from teacher*, adalah kecemasan yang disebabkan oleh cara mengajar guru yang inkompetensi serta sikap parsial guru ketika mengajar di dalam kelas yang bisa menyebabkan kecemasan akademik siswa
6. *Anxiety from examination*, adalah kecemasan yang dirasakan siswa yang disebabkan oleh jenis ujian (formatif & sumatif). Evaluasi yang dilakukan

secara terus menerus dan komprehensif dapat menyebabkan siswa mengalami kecemasan yang dapat meningkat apabila dibiarkan.

Senada dengan hal tersebut, Pekrun (2005) menjelaskan bahwa aspek- aspek yang menyebabkan kecemasan pada siswa adalah: *class-related anxiety*, *learning-related anxiety*, dan *test anxiety*.

1. *Class-related anxiety*, yaitu kekhawatiran yang dirasakan siswa yang berkaitan dengan pelajaran di kelas, seperti: memikirkan mengenai pelajaran-pelajaan tertentu yang akan diikuti oleh siswa tersebut, khawatir apakah siswa tersebut akan mampu memahami suatu materi pelajaran dikelas, khawatir apakah teman sekelasnya yang lain dapat memahami materi lebih baik dari dirinya sendiri, dan lain-lain
2. *Learning-related anxiety*, yaitu perasaan cemas yang dialami oleh siswa ketika sedang belajar yang berdampak pada fisiologis siswa, seperti pusing atau sakit kepala, sakit perut, mual detak jantung meningkat, dan lain-lain
3. *Test anxiety*, yaitu kecemasan yang dirasakan siswa ketika sebelum dilaksanakannya ujian, seperti gugup ketika menjelang ujian, mual karena khawatir dan gelisah ketika menjelang ujian dilaksanakan, khawatir mengenai tingkat kesulitan soal dalam *test* yang akan dilaksanakan, dan lain-lain.

Berdasarkan penjelasan diatas, dapat diambil kesimpulan bahwa siswa dapat mengalami kecemasan akademik pada aspek terkait dengan kelas, kecemasan terkait dengan pelajaran, serta kecemasan terkait dengan ujian/ tes.

### 2.2.3. Faktor-Faktor Kecemasan Akademik

Berdasarkan hasil studi yang telah dilakukan oleh Maqsood & Ijaz (2013) ditemukan tiga komponen yang menjadi faktor kecemasan akademik siswa, yaitu: *fear of evaluation*, *behavioral manifestation*, dan *memory interference*.

1. *Fear of evaluation*.

*Fear of evaluation* mengacu pada kekhawatiran yang dirasakan oleh siswa yang berhubungan dengan evaluasi yang akan dilakukan oleh guru, orang tua, teman sebaya, dan lain-lain. Contohnya adalah siswa merasa takut membuat kesalahan saat membaca materi pelajaran dikelas, takut dimarahi oleh guru, takut dipermalukan didepan kelas saat mempresentasikan materi pelajaran, takut dihukum oleh guru karena melakukan kesalahan, dan lain-lain.

2. *Behavioral manifestation*.

Kecemasan ini dimanifestasikan dalam berbagai cara, yaitu: (1) Secara fisiologis termanifestasikan dengan tangan berkeringat, nafas terasa cepat, muka memerah, gugup, detak jantung meningkat, nada suara rendah, gelisah, gagap, gemetar, sakit perut, dan sebagainya (2) perilaku, seperti kecenderungan menghindari dari tugas yang diberikan, tidak masuk sekolah atau membolos, hasil belajar yang rendah, dan lain-lain (3) emosi dan kognitif, seperti: merasa gugup sebelum dan selama pelajaran di kelas, panik dan cemas selama menghadapi ujian, kekhawatiran yang berlebihan gelisah, berfikir negatif, merasa tidak mampu mengerjakan tugas, dan lain-lain.

3. *Memory interference* atau gangguan memori.

Faktor *memory interference* atau gangguan memori merupakan kondisi yang menyebabkan rintangan dalam proses pembelajaran siswa, seperti: kehilangan konsentrasi, tingkat kepercayaan diri siswa yang rendah, kemampuan penalaran yang rendah, dan lain-lain.

Berdasarkan penjelasan diatas, dapat diambil kesimpulan bahwa siswa yang mengalami kecemasan akademik dipengaruhi empat faktor, yaitu *fear of evaluation*, *behavioral manifestation*, dan *memory interference*. Siswa yang mengalami kecemasan berlebihan seperti takut membuat kesalahan saat membaca materi pelajaran dikelas, takut dimarahi oleh guru, takut dipermalukan didepan kelas saat mempresentasikan materi pelajaran, takut dihukum oleh guru karena melakukan kesalahan, cemas selama menghadapi ujian, merasa tidak mampu mengerjakan tugas, sehingga menyebabkan gangguan memori seperti kehilangan konsentrasi, tingkat kepercayaan diri yang rendah, serta kemampuan penalaran yang rendah yang dapat menyebabkan siswa mengalami kecemasan akademik.

#### **2.2.4. Komponen-Komponen Kecemasan Akademik**

Individu yang mengalami kecemasan akademik akan menunjukkan komponen reaksi kecemasan. Komponen-komponen kecemasan akademik tersebut dijelaskan dalam *Center Of Learning & Teaching* (2005), yaitu:

1. *Worry*, yaitu pikiran yang mencegah siswa untuk fokus pada keberhasilan untuk menyelesaikan tugas akademiknya. Contohnya adalah prediksi akan kegagalan dan merendahkan diri.
2. *Emotionality*, yaitu gejala kecemasan biologi. Contohnya jantung berdetak cepat, telapak tangan berkeringat, otot yang tegang.



3. *Task generated interference*, yaitu perilaku siswa yang berhubungan dengan tugas namun tidak maksimal dalam mengerjakan tugas.
4. *Study skills deficits*, yaitu masalah yang berhubungan dengan metode belajar siswa yang dapat menyebabkan kecemasan.

Dengan mengetahui dan memahami apa yang menjadi komponen kecemasan akademik, guru BK maupun guru pembimbing lainnya akan mempermudah untuk melakukan layanan bagi siswa yang mengalami kecemasan akademik.

### **2.3 Persepsi Tentang Harapan Akademik Orang Tua**

Hal yang dibahas dalam poin persepsi terhadap harapan akademik orang tua yaitu: (1) definisi persepsi, (2) definisi persepsi tentang harapan akademik orang tua, (3) faktor-faktor yang terlibat dalam persepsi, (4) proses persepsi (5) indikator harapan akademik orang tua, (6) aspek-aspek persepsi tentang harapan akademik orang tua.

#### **2.3.1. Definisi Persepsi**

Sebelum mengkaji lebih lanjut mengenai persepsi tentang harapan akademik orang tua, maka akan dikemukakan lebih dahulu mengenai definisi persepsi. Secara umum, persepsi merupakan proses penerimaan stimulus oleh alat indera yang selanjutnya diinterpretasi sehingga menimbulkan pemaknaan yang membuat stimulus tersebut mudah dimengerti. Setiap individu dalam menjalani kehidupannya selalu mengalami persepsi sebagai hasil dari penghayatannya terhadap rangsangan yang berasal dari lingkungan (Ali dan Asrori, 2011: 192).

Robbins (2009:175) memaknai persepsi sebagai sebuah proses dimana individu mengatur serta menginterpretasikan kesan sensoris mereka untuk memberikan arti bagi lingkungan individu. Baron & Byrne (2004:38) mendefinisikan persepsi sebagai proses yang digunakan untuk mengetahui dan memahami sesuatu. Walgito (2010:87-88) menjelaskan lebih lanjut bahwa persepsi merupakan suatu proses yang didahului oleh proses penginderaan, yaitu proses diterimanya stimulus oleh alat indera manusia, proses ini disebut juga sebagai proses sensoris. Setelah itu, stimulus tersebut diteruskan dan proses selanjutnya disebut dengan proses persepsi.

Hayati dan Gusniarti (2007:10) menjelaskan bahwa persepsi adalah proses yang menunjukkan adanya suatu aktivitas mengindra, menginterpretasi, dan memberi penilaian terhadap suatu objek. Sensasi dari luar individu kemudian diolah bersama pengetahuan, pengalaman, ingatan, serta nilai-nilai yang dimiliki oleh individu untuk menentukan arti dari suatu objek persepsi. Persepsi dapat dikatakan sebagai penilaian individu terhadap kesan-kesan yang diperoleh dari suatu objek.

Proses mempersepsi selalu melibatkan perhatian. Perhatian merupakan salah satu faktor dalam persepsi. Dalam proses mempersepsi, melalui perhatian individu akan menentukan pesan yang akan diterima dan ditolak, atau yang mana akan dianggap positif dan yang mana dianggap negatif (Budioro, dalam Hidayah 2012:19). Selanjutnya McDowell (dalam Hidayah 2012:19) menambahkan bahwa persepsi terdiri dari persepsi positif dan persepsi negatif.

Berdasarkan penjelasan-penjelasan diatas, dapat ditarik kesimpulan bahwa persepsi ialah hasil dari suatu proses yang kompleks dalam diri individu untuk mengenali dan memberikan penilaian-penilaian terhadap stimulus atau objek tertentu sehingga lebih mudah dimengerti.

### **2.3.2. Definisi Persepsi Tentang Harapan Akademik Orang Tua**

Lingkungan keluarga merupakan lingkungan pendidikan pertama bagi anak. Ketika anak berada lingkungan keluarga, maka akan terbentuk hubungan psikologis antara orang tua dan anak melalui pola asuh dan pendidikan yang diberikan orang tua. Setiap pola asuh yang dilakukan orang tua, orang tua pasti memiliki keinginan dan harapan kepada anak kelak. Hurlock (dalam Gunarsa 2006: 145) menjelaskan bahwa tidak jarang dalam mengasuh dan mendidik anaknya, orang tua memiliki keinginan dan ambisi terhadap anaknya. Sikap tersebut merupakan harapan orang tua kepada anaknya.

Setiap orang tua memiliki keinginan agar anaknya lebih baik dari orang tuanya. Wajar jika orang tua memiliki harapan-harapan kepada anaknya. Hubungan antara orang tua dan anak bersifat timbal balik, artinya perilaku anak akan mempengaruhi harapan orang tua terhadap anak, begitupun sebaliknya, perilaku anak akan dipengaruhi oleh sikap, harapan, dan perilaku orang tuanya (Gunarsa, 2006: 144).

Chatterjee dan Sinha (2013: 1) mengemukakan bahwa harapan sebagai kekuatan bahwa sesuatu akan terjadi dimasa depan, atau kepercayaan bahwa seseorang akan atau harus mencapai sesuatu. Selanjutnya, Chatterjee dan Sinha

(2013: 1) menambahkan bahwa harapan berpusat pada masa depan dan harapan tersebut dapat bersifat realistik ataupun tidak realistik.

Harapan orang tua adalah keyakinan dan harapan yang dimiliki orang tuaterhadap kemampuan anaknya. Seokamto (1996: 27) mendefinisikan harapan orang tua sebagai adanya sesuatu yang diharapkan dan diminta oleh orang tua pada anaknya sesuai dengan pemikiran dan kemauan orang tua.

Harapan orang tua terhadap anak ada di berbagai bidang kehidupan anak, termasuk di bidang pendidikan atau akademik (Trommsdorf, 2003). Orang tua biasanya memiliki harapan agar anaknya mencapai prestasi yang lebih tinggi dari orang tuanya. Harapan orang tua atau dapat diwujudkan dalam berbagai cara, sehingga dapat bermanfaat bagi keberhasilan akademik anak.

Dalam penelitian ini persepsi terhadap harapan akademik orang tua yang dimaksud adalah hasil dari sebuah proses yang kompleks didalam diri siswa untuk mengenali dan memberikan nilai-nilai terhadap keinginan-keinginan ideal orang tua terhadap dirinya yang sesuai dengan keinginan dan harapan akademik orang tua.

### **2.3.3. Faktor-Faktor yang Terlibat dalam Persepsi**

Persepsi merupakan suatu proses yang membutuhkan perhatian dan melibatkan beberapa faktor. Walgito (2010:89) menjelaskan beberapa faktor- faktor yang terlibat dalam persepsi, yaitu:

1. **Objek yang dipersepsi**

Objek akan menimbulkan stimulus mengenai alat indera atau reseptor.

Stimulus dapat datang dari luar individu yang mempersepsi, namun dapat juga

datang dari individu langsung mengenai syaraf penerima yang bekerja sebagai reseptor.

## 2. Alat Indera, syaraf, serta pusat susunan syaraf

Alat indera atau reseptor ialah alat untuk menerima stimulus yang datang. Selanjutnya, perlu adanya syaraf sensoris sebagai alat untuk meneruskan stimulus yang diterima reseptor ke susunan syaraf pusat, yaitu otak sebagai pusat kesadaran. Sebagai alat untuk mengadakan respon, diperlukan syaraf motoris.

## 3. Perhatian

Untuk pemroses sebuah persepsi diperlukan adanya perhatian, yaitu langkah pertama sebagai suatu persiapan dalam rangka mengadakan persepsi. Perhatian merupakan konsentrasi dari seluruh aktifitas individu yang ditunjukkan kepada sesuatu atau beberapa objek.

Beberapa hal yang terdapat dalam proses persepsi adalah objek yang dipersepsi yang akan menimbulkan suatu stimulus dalam diri individu; alat indera, syaraf, dan pusat susunan syaraf. Ketiga hal tersebut merupakan saran dalam proses persepsi, alat indera sebagai penerima stimulus, syaraf sebagai sarana untuk melanjutkan stimulus yang diterima alat indera ke susunan syaraf pusat; sedangkan perhatian merupakan hal yang sangat penting dalam proses persepsi.

### **2.3.4. Proses Persepsi**

Proses persepsi tidak dapat berlangsung begitu saja, dibutuhkan beberapa proses sehingga dihasilkan pemaknaan dan nilai-nilai yang dapat dimengerti dan diterima individu mengenai stimulus. Walgito (2010: 90) menjelaskan bahwa terjadinya proses persepsi ada tiga tahapan, yaitu: pertama proses fisik, yaitu

proses yang dimulai dengan munculnya objek yang diubah menjadi stimulus yang kemudian diterima oleh saraf sensoris dan kemudian dilanjutkan ke otak.

Proses kedua yaitu proses fisiologis, merupakan proses didalam otak sehingga individu menyadari stimulus yang diterima oleh saraf sensoris dan dilanjutkan ke otak. Proses ketiga yaitu proses psikologis, yaitu proses didalam otak individu sehingga individu menyadari stimulus yang diterima.

Dari penjelasan diatas, dapat diambil kesimpulan bahwa proses persepsi menghasilkan suatu pemaknaan yang berlangsung melalui tiga proses yaitu proses fisik, proses fisiologis, dan proses psikologis.

### **2.3.5. Aspek-Aspek Persepsi**

Menurut McDowell & Newell (dalam Hariyanto 2014) aspek-aspek persepsi adalah aspek kognitif dan aspek afeksi.

#### **1. Aspek Kognitif**

Aspek kognitif berhubungan dengan cara fikir atau pengenalan individu, yaitu bagaimana pandangan maupun penilaian individu terhadap suatu stimulus yang ditemukan. Aspek kognitif pada persepsi tentang harapan akademik orang tua mencakup bagaimana siswa berfikir mengenai harapan akademik orang tua terhadap dirinya yang kemudian akan terbentuk pemikiran, pengetahuan, serta penilaian.

#### **2. Aspek Afeksi**

Aspek afeksi berhubungan dengan perasaan atau kesan. Berkaitan dengan bagaimana emosi atau perasaan yang dimiliki individu terhadap suatu stimulus yang ditemui. Aspek afeksi pada persepsi tentang harapan akademik orang tua

mengacu bagaimana perasaan yang timbul dari dalam diri individu akibat menilai harapan akademik orang tua kepada dirinya.

Karena persepsi tentang harapan akademik orang tua bersifat subjektif, maka sangat mungkin ditemukan perbedaan harapan orang tua dengan harapan pribadi anak. Perbedaan tersebut akan menghasilkan perbedaan persepsi terhadap harapan orang tua. Beberapa individu mungkin akan mempersepsikan harapan orang tuanya secara positif dan menganggap suatu harapan orang tua sebagai sesuatu yang negatif.

#### **2.3.6. Aspek-Aspek Persepsi Harapan Orang Tua**

Orang tua pasti mengharapkan segala sesuatu yang bersifat baik bagi anaknya. Wang dan Heppner (2002) menyebutkan bahwa persepsi tentang harapan orang tua terbagi dalam tiga aspek, yaitu:

1. *Personal Maturity* atau kedewasaan pribadi, yaitu harapan orang tua yang berkaitan dengan seberapa pantas perilaku individu dalam budaya, seperti melakukan kontrol diri, kesopanan, tanggung jawab, kematangan, serta kepatuhan.
2. *Academic Achievement* atau prestasi akademik, didefinisikan sebagai harapan orang tua terkait dengan keberhasilan individu dalam mengejar kinerja akademik dan karir, seperti orang tua berharap prestasi akademik saya membuat mereka bangga, orang tua mengharapkan saya memiliki prestasi akademik yang luar biasa, serta orang tua mengharap saya untuk belajar di kampus atau universitas ideal mereka.

3. *Dating Concerns*, aspek ini didefinisikan sebagai harapan orang tua yang berkaitan dengan tanggal seseorang dan calon pasangan atau perkawinan yang secara spesifik.

Penelitian ini membahas mengenai persepsi siswa tentang harapan akademik orang tua terhadap siswa. Oleh karena itu, yang menjadi fokus penelitian adalah aspek *academic achievement* atau prestasi akademik, sedangkan aspek lainnya tidak dibahas dalam penelitian ini.

## **2.4 Self Efficacy**

Hal yang dibahas variabel *self efficacy* adalah: (1) definisi *self efficacy*, (2) aspek-aspek *self efficacy*, (3) sumber-sumber terbentuknya *self efficacy*, (4) proses *self efficacy*, (5) indikator *self efficacy*, (6) klasifikasi *self efficacy* (7) peranan *self efficacy*

### **2.4.1 Definisi Self efficacy**

*Self efficacy* merujuk pada penilaian mengenai kemampuan seseorang untuk mengkoordinasi dan mengimplementasikan tindakanya untuk menampilkan suatu kecakapan tertentu, serta sebagai kemampuan pertimbangan yang dimiliki seseorang dalam melaksanakan pola perilaku tertentu (Bandura 1997: 3). Hal ini dapat diartikan bahwa *self efficacy* merupakan keyakinan individu terhadap kemampuannya bahwa tiap orang memiliki kemampuan untuk mengatur dan menyelesaikan tugas tertentu. Setiap individu telah dibekali potensi, oleh karena itu individu perlu yakin terhadap kemampuan yang dimilikinya.

Selanjutnya Alwisol (2007: 287) menambahkan bahwa *self efficacy* ialah penilaian mengenai diri, adakah dapat melakukan tindakan yang baik atau buruk,



tepat atau tidak tepat, bisa atau tidak bisa dalam mengerjakan sesuatu yang sesuai dengan yang ditugaskan. Feist dan Fiest (2010) menyatakan bahwa *self efficacy* ialah keyakinan individu bahwa mereka memiliki kemampuan dalam mengadakan kontrol tugas mereka serta peristiwa yang terjadi dalam lingkungannya. *Self efficacy* berbeda artinya dengan aspirasi atau cita-cita. Cita-cita merupakan gambaran sesuatu yang ideal yang seharusnya (dapat dicapai), sedangkan *self efficacy* mengacu pada penilaian tentang kemampuan diri sendiri.

Dari beberapa pengertian diatas, maka dapat disimpulkan bahwa *self efficacy* ialah penilaian individu akan kemampuannya dalam menghadapi dan menyelesaikan masalah yang dihadapi dalam segala situasi dan keyakinan bahwa ia mampu menentukan tindakan dalam penyelesaian tugas dan hambatan. *Self efficacy* dalam penelitian ini mengacu pada penilaian dan keyakinan yang dimiliki oleh siswa dalam berbagai aktivitas akademik dan keyakinan mengenai hasil akademik yang akan diperoleh.

#### **2.4. 2 Aspek-Aspek *Self efficacy***

Bandura (1997: 42-50) mengemukakan bahwa *self efficacy* dalam diri individu dapat dilihat dalam tiga aspek, yaitu:

1. Tingkat (*level*) atau *Magnitude*

Dimensi tingkat atau *level* berhubungan dengan taraf kesulitan tugas atau bagaimana individu dalam mengerjakan suatu tugas yang berbeda dalam tingkat kesulitan tugas. Dimensi ini merupakan jumlah aktivitas dimana individu menilai dirinya sendiri untuk mampu melakukan tugas diatas standar yang telah ditetapkan. Tingkat *self efficacy* seseorang berbeda satu sama lain. Individu

memiliki *self efficacy* yang tinggi pada tugas yang dirasa mudah dan sederhana, atau pada tugas-tugas yang rumit dan membutuhkan kompetensi yang tinggi. Individu yang memiliki *self efficacy* yang tinggi cenderung akan memilih tugas yang tingkat kesulitannya sesuai dengan kemampuannya.

Tingkat keyakinan diri ini, akan mempengaruhi siswa dalam pemilihan aktivitas, jumlah usaha serta ketahanan siswa dalam menghadapi dan menyelesaikan tugas-tugas akademiknya. Siswa akan mencoba mengerjakan tugas yang dirasa dirinya mampu untuk mengerjakan dan cenderung menghindari tugas yang dirasa diluar batas dari kemampuannya.

## 2. Generalitas (*Generality*)

Dimensi ini mengacu pada luas bidang tingkah laku yang mana individu merasa yakin akan kemampuannya. Individu akan dapat menilai dirinya memiliki efikasi pada banyak aktivitas, pada beberapa aktivitas, atau pada aktivitas tertentu saja. Dengan begitu, semakin banyak *self efficacy* yang dapat diterapkan pada berbagai kondisi, maka semakin tinggi *self efficacy* seseorang. Individu dengan *self efficacy* yang tinggi akan mampu menguasai beberapa bidang sekaligus untuk menyelesaikan suatu tugas tertentu. Sedangkan individu dengan *self efficacy* yang rendah hanya menguasai sedikit bidang yang diperlukan dalam menyelesaikan suatu tugas.

## 3. Kekuatan (*Strength*)

Dimensi kekuatan atau *strength* menekankan pada tingkat kekuatan atau kemantapan individu terhadap kemampuannya. *Self efficacy* menunjukkan bahwa tindakan yang dilakukan individu akan memberikan hasil yang sesuai dengan

yang diharapkan individu tersebut. *Self efficacy* menjadi dasar dirinya melakukan usaha yang keras, bahkan ketika individu tersebut menemui hambatan sekaligus.

Individu dengan *self efficacy* yang lemah akan dengan mudah ditiadakan dengan pengalaman yang menggelisahkan ketika menghadapi sebuah tugas atau menemui sebuah masalah. Sedangkan individu dengan *self efficacy* yang tinggi akan tekun pada usahanya meskipun pada tugas yang sulit, tidak mudah putus asa terhadap rintangan yang dialami.

Jika dilihat dalam konteks pendidikan, *self efficacy* terdiri dari dua aspek, yaitu (1) *self efficacy* akademik, yaitu penilaian diri individu atau siswa atas kemampuannya untuk sukses dalam mencapai tujuan-tujuan akademik; dan (2) efikasi diri untuk regulasi diri, yaitu penilaian diri individu atau siswa akan kemampuannya dirinya untuk mengatur kognisi, afeksi, dan tindakan untuk meraih sukses akademik (Purwanto, 2014).

Penelitian ini membahas *self efficacy* dalam kaitannya dengan aktivitas akademik siswa, sehingga dapat disimpulkan bahwa aspek *self efficacy* yaitu penilaian siswa atas kemampuannya mencapai aktivitas akademik serta kemampuan untuk mengatur kognisi, afeksi, serta tindakan dalam mencapai prestasi akademik yang telah ditargetkan.

#### **2.4. 3 Sumber-Sumber Terbentuknya *Self Efficacy***

Bandura (1997:80-115) menjelaskan bahwa *self efficacy* yang dimiliki individu dapat diperoleh, diubah, dikembangkan ataupun diturunkan melalui salah satu maupun kombinasi dari empat sumber, yaitu:

1. Pengalaman Tentang Penguasaan dan Kesuksesan (*mastery experiences*)

Pengalaman individu tentang penguasaan yang berpengaruh terhadap *self efficacy* ialah performa-performa yang telah dilakukan dimasa lalu. Pengalaman individu mengenai kesuksesan atau keberhasilan terhadap sesuatu merupakan sumber paling besar pengaruhnya terhadap *self efficacy* individu. Kesuksesan kinerja dimasa lalu yang bagus akan meningkatkan ekspektasi efikasi, sedangkan kegagalan yang pernah terjadi dimasa lalu akan menurunkan efikasi. Individu yang mencapai suatu keberhasilan akan memberikan dampak efikasi yang berbeda-beda, tergantung proses pencapaiannya

## 2. Pengalaman orang lain (*Vicarious Experience*)

Pengalaman orang lain yang dimaksud adalah pengamatan individu kepada individu lainya yang mungkin dapat mempengaruhi *self efficacy*. Individu tidak bergantung pada pengalamannya sendiri terhadap kegagalan ataupun keberhasilannya sebagai sumber *self efficacy*, dengan kata lain, *self efficacy* akan meningkat jika individu mengamati keberhasilan individu lain, sebaliknya, *self efficacy* dapat menurun apabila individu mengamati individu lain yang kemampuannya sama dengan dirinya dan ternyata gagal.

Pengamatan individu terhadap pengalaman kegagalan individu lainya meskipun individu tersebut telah banyak berusaha, akan berdampak menurunnya penilaian individu terhadap kemampuannya sendiri dan mengurangi usaha individu tersebut dalam mencapai kesuksesan. Ada dua kemungkinan yang dapat terjadi ketika *self efficacy* individu dapat dengan mudah dipengaruhi pengalaman orang lain, yaitu kurangnya pemahaman individu terhadap kemampuan orang lain, serta kurangnya pemahaman individu terhadap kemampuannya sendiri.

Dengan individu mengamati individu lain mampu melakukan kegiatan dalam aktivitas yang menekan tanpa kendala yang berarti, akan menumbuhkan pengharapan bagi si pengamat. Akibatnya timbul keyakinan bahwa dirinya akan berhasil dalam suatu tugas apabila berusaha dengan tekun.

### 3. Persuasi Sosial (*Social persuasion*)

Pada sumber ini individu diarahkan melalui sugesti atau bujukan untuk percaya bahwa dirinya dapat mengatasi tugas dan hambatan di masa depan. Dampak pada sumber ini terbatas, tetapi pada kondisi yang tepat, persuasi diri orang lain dapat mempengaruhi *self efficacy*. Kondisi ini merupakan rasa percaya terhadap si pemberi persuasi, dan sifat realistik dari apa yang dipersuasikan.

Namun, pada kondisi yang menekan, serta ditambah dengan kegagalan yang terus menerus, pengharapan apapun yang asalnya dari sugesti ini akan cepat hilang apabila pengalaman yang dirasakan individu tidak menyenangkan.

### 4. Keadaan Fisik dan Emosi (*physiological and emotional states*)

Keadaan emosi yang mengikuti dalam suatu kegiatan akan mempengaruhi efikasi pada kegiatan tersebut. Emosi-emosi seperti takut, cemas, stress dapat mempengaruhi *self efficacy*. Namun bisa juga terjadi, peningkatan emosi yang tidak berlebihan dapat meningkatkan efikasi diri. Gejolak emosi yang berlebihan ini biasanya akan melumpuhkan performansi. Bandura (1997:198) menjelaskan bahwa individu yang lebih mengharapkan akan keberhasilan jika tidak mengalami gejolak emosi secara berlebihan daripada ketika individu tersebut mengalami tekanan dan kegelisahan secara berlebihan.

Berdasarkan penjelasan diatas, sumber *self efficacy* yaitu pada pengalaman individu mengenai kesuksesannya di masa lalu, pengalaman orang lain, persuasi social, serta kondisi fisik dan emosi individu ketikan melakukan tugas.

#### **2.4. 4 Proses *Self Efficacy***

Bandura (1997:116) menjelaskan bahwa *self efficacy* mempunyai dampak terhadap perilaku individu melalui proses kognitif, proses motivasi, proses afeksi, dan proses seleksi.

##### **1. Proses Kognitif**

Dalam aktivitas akademiknya, individu menetapkan tujuan dan sasaran perilaku sehingga dapat merumuskan tindakan yang tepat untuk mencapai tujuan tersebut. Penetapan sasaran tersebut dipengaruhi oleh penilaian individu terhadap kemampuan kognitifnya. Fungsi kognitif memungkinkan individu untuk memprediksi kejadian sehari-hari yang dapat berdampak pada masa depannya.

Asumsi yang timbul pada aspek kognitif adalah semakin efektif kemampuan individu dan analisis diri dalam berlatih mengungkapkan ide-ide serta gagasan pribadi yang dapat mendukung individu dalam bertindak dengan tepat untuk mencapai tujuan yang diharapkan. Selanjutnya individu akan meramalkan kejadian dan mengembangkan cara untuk mengontrol kejadian yang dapat mempengaruhi hidupnya. Keahlian ini membutuhkan proses kognitif yang efektif dari berbagai macam informasi.

##### **2. Proses Motivasi**

Motivasi individu dapat muncul melalui pemikiran optimis dari dalam individu dalam mewujudkan tujan yang diharapkan. Individu berusaha

memotivasi dirinya sendiri dengan menetapkan keyakinan pada tindakan yang akan dilakukan serta merencanakan tindakan yang akan direalisasikan. Terdapat beberapa macam motivasi kognitif yang dibangun dari beberapa teori atribusi penyebab yang berasal dari teori atribusi dan pengharapan akan hasil yang terbentuk dari teori nilai pengharapan.

*Self efficacy* akan mempengaruhi atribusi penyebab, dimana individu yang memiliki *self efficacy* akademik yang tinggi menilai kegagalanya dalam mengerjakan tugas akademik disebabkan oleh kurangnya usaha, sedangkan individu yang memiliki *self efficacy* yang rendah akan menilai kegagalanya disebabkan oleh kurangnya kemampuan.

### 3. Proses Afeksi

Proses afeksi terjadi secara alami dalam diri individu dan berperan dalam menentukan intensitas pengalaman emosional. Afeksi ditujukan dengan mengontrol kecemasan dan perasaan depresif yang menghalangi pola-pola pikir yang benar untuk mencapai tujuan yang diharapkan. Keyakinan individu terhadap kemampuannya akan mempengaruhi tingkat stress dan depresi yang dialami individu ketika menghadapi tugas sulit ataupun yang bersifat mengancam.

Individu yang yakin bahwa dirinya mampu mengontrol ancaman tidak akan membangkitkan pola pikir yang mengganggu. Sedangkan individu yang tidak yakin terhadap kemampuannya akan mengalami kecemasan karena tidak mampu mengelola ancaman.

#### 4. Proses Seleksi

Proses seleksi mengacu pada kemauan individu untuk menyeleksi tingkah laku dan lingkungan dengan tepat, sehingga dapat mencapai tujuan yang diharapkan. Ketidakmampuan individu dalam melakukan seleksi tingkah laku menyebabkan individu mengalami tidak percaya terhadap diri sendiri, bingung, serta mudah menyerah ketika menghadapi masalah maupun situasi yang sulit.

*Self efficacy* dapat membentuk hidup individu melalui pemilihan tipe aktivitas dan lingkungan. Individu akan mampu melaksanakan aktivitas yang menantang dan memilih situasi yang diyakini mampu ditangani. Individu tersebut akan memelihara kompetensi, minat, hubungan sosial atas pilihan yang ditentukan.

Dari penjelasan diatas, dapat disimpulkan bahwa *self efficacy* memiliki dampak terhadap perilaku individu melalui proses kognitif, proses motivasi, proses afeksi, dan proses seleksi.

#### **2.4. 5 Indikator *Self Efficacy***

Indikator *self efficacy* mengacu pada dimensi *self efficacy*, yaitu dimensi level, generalitas, dan kekuatan. Bandura (1997:36) merumuskan indikator *self efficacy* antara lain:

1. Keyakinan dapat menyelesaikan tugas tertentu, individu yang memiliki keyakinan bahwa dirinya mampu menyelesaikan tugas tertentu, yang mana individu sendirilah yang menetapkan tugas (target) yang harus diselesaikan.
2. Keyakinan dapat memotivasi diri sendiri untuk melakukan tindakan yang diperlukan dalam menyelesaikan tugas, individu mampu menumbuhkan



motivasi terhadap dirinya sendiri untuk memilih dan melakukan tindakan-tindakan yang diperlukan dalam menyelesaikan tugas.

3. Keyakinan bahwa individu mampu berusaha dengan keras, gigih dan tekun, individu memiliki usaha keras untuk menyelesaikan tugas yang ditetapkan dengan menggunakan segala daya yang dimiliki.
4. Keyakinan bahwa individu tersebut mampu bertahan menghadapi hambatan dan kesulitan
5. Keyakinan dapat menyelesaikan tugas yang memiliki range yang luas dan sempit (*spesifik*)

#### 2.4. 6 Klasifikasi *Self Efficacy*

Pada dasarnya setiap individu memiliki *self efficacy*. Hal yang menjadi perbedaan adalah tingkat *self efficacy* yang dimiliki oleh setiap individu. Ada individu yang memiliki tingkat *self efficacy* yang tinggi, namun ada pula individu yang memiliki *self efficacy* yang rendah. Bandura menjelaskan ciri-ciri pola tingkah laku individu yang memiliki *self efficacy* yang tinggi dan individu yang memiliki *self efficacy* yang rendah (Septianingsih, 2009:27)

**Tabel 2.1 Klasifikasi *Self Efficacy***

<i>Self Efficacy Tinggi</i>	<i>Self Efficacy Rendah</i>
1. Aktif memilih kesempatan terbaik	1. Pasif
2. Mengolah situasi dan menetralkan halangan	2. Menghindar dari tugas-tugas yang sulit
3. Menetapkan tujuan dengan menciptakan standar	3. Mengembangkan aspirasi yang sulit
4. Mempersiapkan, merencanakan, dan melaksanakan tindakan	4. Mengembangkan aspirasi yang lemah
5. Secara kreatif berusaha memecahkan masalah	5. Takut atau tidak pernah mencoba
6. Belajar dari pengalaman masa lalu	6. Mudah menyerah dan menjadi tidak bersemangat
7. Memvisualisasikan kesuksesan	7. Menyalahkan masa lalu karena

	kurangnya kemampuan yang dimiliki
8. Membatasi <i>stress</i>	8. Khawatir, <i>stress</i> , dan menjadi tidak berdaya

#### 2.4. 7 Peranan *Self Efficacy*

Menurut Bandura (1999:30) persepsi diri atas *self efficacy* yang berlangsung adalah dari individu keberadaannya sebagai suatu fungsi yang menentukan perilaku dari individu, pola pikir, serta reaksi emosional yang individu tersebut alami.

Menurut Pajares (2002:113) *self efficacy* yang tinggi akan meningkatkan hasil yang ingin dicapai dan kesejahteraan individu dalam berbagai cara, yaitu:

1. Individu yang memiliki *self efficacy* yang tinggi akan berusaha menyelesaikan tugas-tugas yang sulit, karena mereka menganggapnya sebagai sebuah tantangan yang harus dilewati.
2. *Self efficacy* yang kuat akan menjadikan individu lebih berminat dan lebih menaruh perhatian terhadap tugas yang dikerjakan dan akan meningkatkan usahanya apabila menemui kegagalan.
3. Individu dengan *self efficacy* yang tinggi akan menganggap kegagalan sebagai kesuksesan yang tertunda sehingga akan lebih cepat pulih dari trauma terhadap kegagalan yang pernah dialaminya.
4. Apabila berhadapan dengan situasi yang sulit, individu dengan *self efficacy* tinggi akan memiliki keyakinan bahwa dirinya akan dapat mengendalikan situasi.

5. Dengan *self efficacy* yang tinggi, individu dapat mengeluarkan kemampuan yang terbaik dalam dirinya, mengurangi *stress* dan mengurangi kecenderungan depresi.

## 2.5 Kerangka Berfikir

Ketika di sekolah, siswa dihadapkan dengan tugas akademik seperti tugas sekolah, mempresentasikan hasil sebuah proyek didepan kelas, hingga melaksanakan ujian. Tugas akademik tersebut merupakan hal yang wajib untuk dikerjakan dan diselesaikan siswa. Namun sayangnya, tidak semua siswa dapat mengerjakan dan menyelesaikan tugas akademik dengan tuntas dan baik. Hal tersebut dapat terjadi karena siswa mengalami kecemasan akademik ketika mengerjakan tugas akademiknya.

Pekrun (2006) menjelaskan bahwa kecemasan akademik merupakan kekhawatiran yang membuat siswa sulit untuk berkonsentrasi pada berbagai tugas akademik seperti membaca, menulis, mendengar, dan berbicara. Tingkat kecemasan yang tinggi dapat menurunkan kinerja belajar dan prestasi akademik.

Kecemasan akademik yang dialami siswa dapat terjadi akibat kesenjangan antara harapan yang tinggi sementara *self efficacy* yang dimiliki siswa rendah. Harapan tersebut dapat berasal dari siswa itu sendiri ataupun lingkungan. Salah satu harapan yang berasal dari lingkungan adalah harapan orang tua.

Soekamto (1996:27) menyatakan harapan orang tua sebagai suatu yang diharapkan dan diminta orang tua pada anaknya sesuai dengan pemikiran dan kemauan orang tua. Persepsi tentang harapan akademik orang tua yang dimaksud dalam penelitian ini adalah sebuah proses yang kompleks didalam diri individu

(siswa) untuk mengenali dan memberikan nilai-nilai terhadap keinginan-keinginan ideal orang tua terhadap dirinya sesuai dengan harapan akademik orang tua.

Persepsi siswa tentang harapan orang tuanya beraneka ragam. Wang dan Heppner (2002) menjelaskan bahwa persepsi siswa terhadap harapan orang tua secara umum terbagi menjadi tiga, yaitu: *personal maturity*, *academic achievement*, dan *dating concerns*. Hasil penelitian yang dilakukan Muhid dan Mukarromah (2018) menjelaskan bahwa perasaan takut, putus asa, cemas, dan khawatir yang dialami siswa dapat terjadi akibat tuntutan dan harapan orang tua terhadap keberhasilan akademik siswa. Hal tersebut sejalan dengan penjelasan Kartono (1990:143) bahwa semakin tinggi tuntutan atau harapan orang tua kepada anaknya maka akan menimbulkan rasa takut, panik, dan rasa putus asa pada diri anak, sehingga siswa akan semakin tidak berani mengerjakan tugas-tugasnya karena takut akan mengalami kegagalan dan mengecewakan orang tuanya.

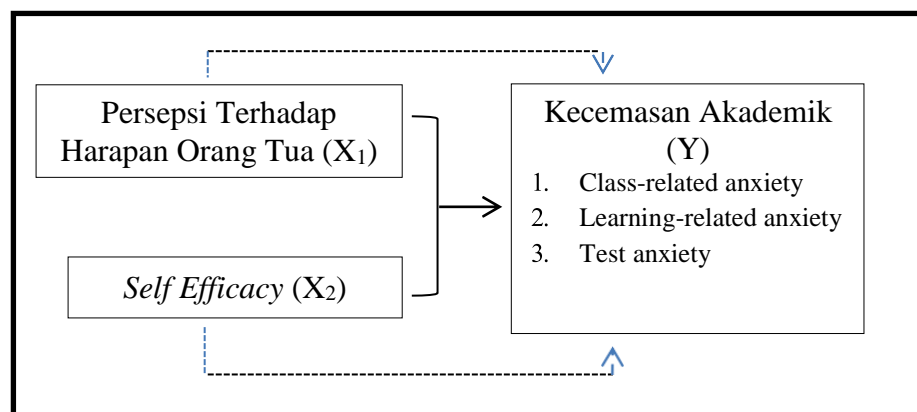
Untuk memenuhi harapan dari orang tuanya, anak atau siswa perlu memiliki *self efficacy* yang tinggi. Selain itu, siswa yang mengalami kecemasan secara kognitif akan mempersepsikan dirinya tidak mampu dalam menghadapi tuntutan tugas akademiknya. Bandura (1997) mengatakan bahwa hal tersebut dipicu oleh ketidakpercayaan siswa terhadap kemampuannya mengerjakan tugas. Keyakinan akan kecakapan diri atau efikasi diri ini memainkan peran penting dalam kecemasan.

Dalam penelitian yang dilakukan Rahadianto & Yoenanto (2014) dikemukakan bahwa ketika siswa memiliki *self efficacy* yang tinggi, maka siswa akan menekankan pada kemampuannya dalam menjalankan tugas akademik,

Namun apabila individu tidak dapat mengendalikan situasi dan lingkungan yang dirasa mengancam, siswa tersebut akan merasa gelisah dan cemas.

Hal tersebut diperkuat oleh pernyataan Feist & Feist (2010:211) bahwa *self efficacy* sebagai keyakinan individu bahwa dirinya mampu untuk melakukan suatu tindakan yang akan menghasilkan sesuatu yang diharapkan. *Self efficacy* membantu siswa menentukan pilihan, usaha untuk maju, kegigihan, ketekunan yang ditunjukkan ketika menghadapi kesulitan, dan derajat kecemasan atau ketenangan yang siswa rasakan saat mempertahankan keputusan-keputusan yang mencakup kehidupan individu tersebut. Dengan demikian *self efficacy* pada siswa dapat menjadi faktor penting yang berhubungan dengan kecemasan siswa terhadap tuntutan akademiknya.

Berdasarkan uraian diatas, hubungan antara persepsi tentang harapan akademik orang tua dan *self efficacy* dengan kecemasan akademik pada siswa dapat dilihat pada gambar 2.1



Gambar 2.1  
Kerangka Bepikir Penelitian

Berdasarkan gambar 2.1, garis panah putus-putus menjelaskan bagaimana hubungan parsial antara variabel  $X_1$  (persepsi tentang harapan akademik orang tua) dengan  $Y$  (Kecemasan Akademik) serta variabel  $X_2$  (*self efficacy*) dengan  $Y$

(Kecemasan Akademik). Selanjutnya, garis panah lurus tanpa putus-putus menjelaskan bagaimana hubungan antara variabel  $X_1$  (persepsi tentang harapan akademik orang tua) dan  $X_2$  (*self efficacy*) dengan Y (Kecemasan Akademik).

## 2.6 Hipotesis

Sugiyono (2016:96) menjelaskan bahwa hipotesis ialah jawaban sementara terhadap rumusan masalah penelitian yang telah dirumuskan sebelumnya dalam bentuk kalimat pertanyaan. Berdasarkan kerangka berfikir, maka hipotesis dalam penelitian ini adalah:

1. Ada hubungan positif antara persepsi tentang harapan orang tua dan kecemasan akademik siswa SMA
2. Ada hubungan negatif antara *self efficacy* dengan kecemasan akademik siswa SMA
3. Ada hubungan antara persepsi tentang harapan orang tua dan *self efficacy* dengan kecemasan akademik siswa SMA.

## **BAB 5**

### **PENUTUP**

#### **5.1 Simpulan**

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilaksanakan dan pembahasan penelitian mengenai hubungan persepsi tentang harapan akademik orang tua dan *self efficacy* dengan kecemasan akademik pada siswa SMA, maka dapat disimpulkan sebagai berikut:

1. Tingkat kecemasan akademik pada siswa SMA berada dalam kategori sedang, hal ini menunjukkan masih terdapat siswa yang mengalami perasaan tidak menyenangkan, takut, atau gelisah yang diikuti ketegangan sehingga siswa sulit berkonsentrasi dalam melaksanakan berbagai aktivitas akademiknya.
2. Tingkat persepsi siswa tentang harapan akademik orang tua berada dalam kategori sedang, hal ini menunjukkan terdapat siswa yang memiliki persepsi negatif maupun positif terhadap nilai, keinginan, dan harapan ideal orang tuanya.
3. Tingkat *self efficacy* pada siswa SMA berada dalam kategori sedang, hal ini menunjukkan sebagian siswa mampu menekankan keyakinan diri mengenai kemampuannya dalam melaksanakan berbagai aktivitas akademiknya.
4. Ada hubungan positif antara persepsi tentang harapan akademik orang tua dengan kecemasan akademik pada siswa SMA, hal ini menunjukkan semakin siswa mempersepsi harapan akademik orang tua terhadapnya tinggi, maka semakin tinggi pula kecemasan akademik siswa.

5. Ada hubungan negatif antara *self efficacy* dengan kecemasan akademik pada siswa SMA, hal ini menunjukkan bahwa semakin tinggi *self efficacy* siswa, maka semakin rendah kecemasan akademik pada siswa
6. Ada hubungan yang signifikan antara persepsi tentang harapan akademik orang tua dan *self efficacy* dengan kecemasan akademik pada siswa SMA.

## 5.2 Saran

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan, maka dapat diberikan saran sebagai berikut:

### 1. Guru BK

Bagi guru BK, diharapkan guru BK dapat membantu siswa agar memiliki dan mengembangkan persepsi positif terhadap harapan akademik orang tua dan membantu siswa meningkatkan *self efficacy*, sehingga siswa tidak mengalami kecemasan akademik yang mengganggu aktivitas akademiknya. Layanan bimbingan dan konseling dapat berupa layanan informasi mengenai pentingnya *self efficacy* dalam aktivitas akademik, layanan bimbingan kelompok mengenai mengembangkan persepsi positif terhadap harapan akademik orang tua dan bagaimana mengembangkan *self efficacy*, serta layanan konseling individu bagi siswa yang mengalami kecemasan akademik dan mengganggu proses belajarnya.

### 2. Peneliti Lanjutan

Bagi penelitian lanjutan disarankan untuk: (a) melakukan penelitian kualitatif atau *mixed methods* agar dapat memahami lebih mendalam tentang kecemasan akademik. (b) melakukan penelitian dengan setting yang berbeda seperti SD, SMP, SMA, dan Perguruan Tinggi dengan membandingkan setiap jenjang.



## DAFTAR PUSTAKA

- Attri, Ajay K, & Neelam. (2013). Academic Anxiety and Achievement of Secondary School Students- A study on Gender Differences. *International Journal of Behavioral Social and Movement Sciences*. 2(1), 27- 33
- Ali, M & Asrori,M. (2011). *Psikologi Remaja : Perkembangan Peserta Didik*. Jakarta : PT Bumi Aksara.
- Alwisol. (2007). *Psikologi Kepribadian*. Malang : UMM Press.
- Aparnarth, A. K. (2014). A Study of Academic Anxiety of Secondary School Student With Relation To Their Gender and Religion. *The International Journal of Indian Psychology, Volume 1, Issue 4, No 2*.
- Arikunto, Suharsimi. (2013). *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktik*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Azwar, Saifuddin. (2005). *Penyusunan Skala Psikologi*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar
- \_\_\_\_\_. (2007). *Metode Penelitian*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Bandura, A. (1994). Self Efficacy. In V. S. Ramachaudran (Ed.), *Encyclopedia of Human Behavior* (Vol. 4, 77-81). New York: Academic Press
- \_\_\_\_\_. (1997). *Self Efficacy the Exercise of Control*. New York: W.H Freeman and Company.
- \_\_\_\_\_. (1999). *Social Cognitive Theory: An Agentic Theory*. USA: Stanford University
- Banga, Chaman. (2014). Academic Anxiety Among High School Students in Relation to Gender and Type of Family. *Research Journal & Acomplete Periodicaldedicated to Humanities & Social Science Research*. 5 (1).
- Baron, Robert A. & Byrne, Donn. (2004). *Psikologi Sosial*. Jakarta : Erlangga.
- Chatterjee, I, dan Sinha Bipasha. (2013). *Perception of Academic Expectations of Parental Among High School Boys and Girl and Their Pshychological Consequence*. International Journal Vo.2 ISSN: 2277- 7881. University of Calcutta

- Center For Learning & Teaching, (2005). *Understanding Academic Anxiety*. Cornell University
- Feist, J., & Feist, J. G. (2010). *Teori Kepribadian Edisi 7*. Jakarta: Salemba Humanika
- Field, A. (2009). *Discovering Statistics using SPSS*. Singapore: SAGE Publications Asia-Pacific Pte Ltd
- Ghozali, I. (2011). *Aplikasi Analisis Multivariate dengan Program IMB SPSS 19*. Semarang. Universitas Diponegoro
- Gibson, James, L., (2000), *Organisasi, Perilaku, Struktur dan Proses, Edisi ke-5*. Cetakan ke-3. Jakarta: Penerbit Erlangga.
- Gunarsa, S.D dan Gunarsa, Y.S. (2006). *Psikologi Praktis: Anak, Remaja dan Orang Tua*. Jakarta: BPK. Gunung Mulia.
- Hadi, Sutrisno. (2004). *Metodologi Research 2*. Yogyakarta: Andi Offset
- Hariyanto, Dita Dityas., Dewi, Erti Ikhtiarini., & Aini, Latifa. (2014). *Hubungan Persepsi Tentang Kesesuaian Harapan Orang Tua dengan Diri dalam Pilihan Studi Lanjut dengan Tingkat Stress pada Siswa Kelas XII di Kabupaten Jember*. E-Jurnal Pustaka Kesehatan Online. Diunduh pada 7 Juni 2019 dari <http://atauataujurnal.unej.ac.idatauindex.phpatauJPKatauarticleatauviewatau608>
- Hashempour, H., & Mehrad, A. (2014). The Effect of Anxiety and Emotional Intellegence on Students' Learning Process. *Journal of Education & Social Policy*, 1 (2): 2375-0782
- Hayati, Ruqiana dan Gusniarti, Uli. (2007). *Persepsi pada Harapan Orang Tua dengan Motivasi Berprestasi*. Skripsi. Universitas Islam Indonesia. Yogyakarta
- Hidayah, Desi Nur. (2012). *Hubungan Antara Kesesuaian Persepsi Terhadap Harapan Orang Tua tentang Pendidikan dengan Takut Akan Kegagalan*. Skripsi. Universitas Negeri Semarang. Semarang
- Hurlock, E. (1996). *Psikologi perkembangan*. Alih bahasa: dr. Med. Metasari T. & Dra. Muslichah Z. Jakarta: Erlangga
- Kartono, K. (1990). *Psikologi Anak: Psikologi Perkembangan*. Bandung: Mandar Maju.
- Lenz, A.S., Soler, I. G., Dell'aquella J., & Uribe, P. M. (2007). Translation and Cross-Cultural Adaptation of Assessments for Use in Counseling Research. *Measurement and Evaluation in Counseling and Development*. 50 (4), 224-231

- Mahato, B & Jangir, S. (2012). A Study on Academic Anxiety among Adolescents of Minicoy Island. *International Journal of Science and Research (IJSR)*, 1,(3) 2319-7064
- Maqsood, A., & Ijaz, T. (2013). Development and Validation of Study Anxiety Scale for School Students. *Pakistan Journal of Social & Clinical Psychology*, 11(1)
- Muhid, Abdul & Mukarromah, Alfiatul. (2018). Pengaruh harapan orang tua dan *self efficacy* akademik terhadap kecenderungan *fear of failure* pada siswa: analisis perbandingan antara siswa kelas unggulan dan siswa kelas reguler. *Jurnal Darussalam; Jurnal Pendidikan, Komunikasi dan Pemikiran Hukum Islam vol. X, no 1:31-48*
- Nainggolan, Lisdu. (2007). *Hubungan Antara Persepsi terhadap Harapan Orang Tua dengan Ketakutan Akan Kegagalan Pada Mahasiswa Program Studi Psikologi Universitas Diponegoro Semarang*. Skripsi. Universitas Diponegoro. Semarang. Diakses pada 9 Januari 2019.
- Nawang Sari, N.A.F. (2010). Pengaruh Self-Efficacy dan Expectancy-Value terhadap Kecemasan Menghadapi Pelajaran Matematika. *Jurnal Psikologi Pendidikan: 3 (2):75-88*
- Nevid, Jeffrey S, dkk. (2005). *Psikologi Abnormal Edisi Kelima Jilid 1*. Jakarta:Erlangga
- Olson, Ken. (2005). *Psikologi Harapan Bangkit dari Keputusan Meraih Kesuksesan*. Yogyakarta:Pustaka Pelajar.
- Pajares, F (2002). *Overview of Social Cognitive Theory And of Self-Efficacy*.
- Pekrun, R., Goetz, T., Titz, W., & Perry, R. P. (2005). *Achievement Emotions Questionnaire (AEQ) User's Manual*. Department Of Psychology, University of Munich, Germany.
- Pekrun, R. (2006). The Control-Value Theory Of Achievement Emotions: Assumptions, Corollaries, And Implications For Educational Research And Practice. *Educational Psychol Rev 18:315-341*. DOI 10.1007/s10648-006-9029-9
- Permatasari, Dian P, dkk (2018). Parent's Academic Expectation dan Konsep Diri Akademik Terhadap Kecemasan Menghadapi Ujian Nasional siswa SMA. *Jurnal Ilmiah Psikologi Terapan pISSN: 2301-8267 Vol. 06, No.01*
- Pintrich, P.R., & De Groot, E.V. (1990). Motivational and Self Regulated Learning Components of Classroom Academic Performance. *Journal of Educational Psychology*, 82(1):33-40

- Prawitasari, J.E. (2012). *Psikologi Terapan Melintas Batas Disiplin Ilmu*. Jakarta: Erlangga.
- Priyatno, D. (2010). *Teknik Mudah dan Cepat Melakukan Analisis Data Penelitian dengan SPSS*. Yogyakarta: Gava Media
- Purwanto, E. (2014). Model Motivasi Trisula: Sintesis Baru Teori Motivasi Berprestasi. *Jurnal Psikologi volume 41, no 2, Desember 2014:218-228*
- Rahadiano, I. A & Yoenanto, H. N. (2014) Hubungan antara Self Efficacy dan Motivasi Berprestasi Dengan Kecemasan Akademik Pada Siswa Program Sekolah RSBI Surabaya. *Jurnal Psikologi Industri dan Organisasi*. 3(3)
- Rehman, A. U. (2016). Academic Anxiety Among Higher Education Student Of India, Causes and Preventive Measures: An Exploratory Study. *International Journal of Modern Social Sciences, 2016, 5(2): 102-116. Florida. USA*
- Rini H. (2013). Self Efficacy dengan Kecemasan dalam Menghadapi Ujian Nasional. *Jurnal Online Psikologi*. 1 (1), 36-38.
- Robbins, Stephen P, dan Judge, Timothy A. (2009). *Perilaku Organisasi Edisi 12*. Jakarta : Salemba Empat.
- Santi, R.K. (2015). *Efektifitas terapi SEFT (Spritual emotional freedom technique) MenurunkanTingkat Kecemasan Siswa SMA Stella Duce Yogyakarta Kelas X Hendak Menghadapi Ujian Akhir Semester Ganjil*. Naskah Publikasi. Program Sarjana Fakultas Psikologi Universitas Sanata Dharma Yogyakarta
- Santrock, John W. (2011). *Psikologi Pendidikan*. Jakarta: Salemba Humanika.
- Septianingsih. (2009). *Hubungan Efikasi Diri dan Motivasi Berprestasi Siswa Kelas IX SMA Negeri 9 Malang*. Skripsi. Malang : Fakultas Ilmu Pendidikan Jurusan Bimbingan Konseling dan Psikologi – Universitas Negeri Malang
- Siregar, C. N. (2013). *Tingkat Kecemasan Pada Santri Pondok Pesantren*. Chynthia Novalia Siregar, 1 (1): 242-256.
- Soekamto, S. (1996). *Remaja dan Masalah-masalahnya*. Jakarta : PT. BPK. Gunung Mulia
- Sugiyono. 2016. *Statistika Untuk Penelitian*. Bandung: Alfabeta.
- Sunawan, dkk. (2018). *Pedoman Penulisan Skripsi*. Semarang: FIP UNNES

- Trommsdorff, G. (2003). *Parent-Child Relations Over the Live-Span : a Cross Cultural Perspective*. KACS International Conference, Seoul, 9- 6.
- Walgito, Bimo. 2010. *Pengantar Psikologi Umum*. Yogyakarta : ANDI OFFSET.
- Wang, L.F., & Heppner, P. P. (2002). *Assessing the impact of parental expectations and psychological distress in Taiwanese collage students*. *The Counseling Psychologist*, 30, 582-608