

# **BAB I**

## **PENDAHULUAN**

### **A. Latar Belakang**

Anak usia sekolah atau SD (6-12 tahun) disebut sebagai masa anak-anak (*middle childhood*). Pada masa ini disebut sebagai usia matang bagi anak-anak untuk belajar. Hal ini dikarenakan anak-anak menginginkan untuk menguasai kecakapan-kecakapan baru yang diberikan oleh guru di sekolah, bahwa salah satu tanda permulaan periode bersekolah ini ialah sikap anak terhadap keluarga tidak lagi egosentris melainkan objektif dan empiris terhadap dunia luar, telah ada sikap intelektualitas sehingga masa ini disebut periode intelektual. Yang dimaksud dengan periode intelektual ini adalah dimana anak mempelajari dan menerapkan pengalaman yang mereka peroleh. Pada masa itu anak sudah dapat mengalami dan mengidentifikasi kecemasan namun terkadang sumber kecemasannya disebabkan hal yang irrasional (Fridani, 2019).

Kata cemas sudah tidak asing lagi bagi kita. Kecemasan adalah penilaian dan respons emosional terhadap sesuatu yang dirasakan oleh suatu individu berbahaya. Kecemasan berhubungan erat dengan perasaan tidak aman dan tidak berdaya. Keadaan ini dialami secara subyektif dan dikomunikasikan dalam hubungan manusia. Kecemasan adalah ketakutan yang berlebihan, kegelisahan, atau merasakan bencana yang akan segera terjadi, kekhawatiran atau ketakutan akan beberapa ancaman nyata atau yang dibayangkan (Saputro et al., 2017).

Gangguan kecemasan adalah kondisi psikologis ketika seseorang mengalami rasa cemas yang terlalu berlebihan secara terus-menerus dan sulit untuk dikendalikan atau dihindari, sehingga dapat berdampak buruk terhadap kegiatan sehari-hari individu yang merasakan kecemasan tersebut. Selain rasa takut dan gelisah yang berlebihan akibat rasa cemas, gejala psikologis lain yang dapat muncul yaitu berkurangnya rasa percaya diri pada individu tersebut, menjadi lebih emosional, dan juga membuat individu sulit untuk berkonsentrasi (Kemenkes, 2018).

Intensitas rasa cemas yang wajar dapat dipandang secara positif sebagai motivasi. Jika intensitasnya sangat kuat dan negatif, justru dapat menyebabkan kerugian dan mempengaruhi keadaan fisik dan psikologis orang yang merasakan kecemasan tersebut (Suardana & Simarmata, 2013). Selama ini, siswa memiliki kecemasan yang besar tentang ujian ataupun tes yang ada di sekolahnya terutama ujian nasional. Kecemasan dan ketakutan yang berlebihan terhadap ujian sebenarnya menghambat kejernihan pikiran mereka dan juga daya ingat mereka tentang pelajaran yang efektif, serta merusak kejernihan mental yang sangat penting untuk lulus ujian. Kecemasan saat akan melakukan pembelajaran atau ujian adalah bentuk kecemasan yang berlebihan sebelum situasi tertentu seperti proses pembelajaran atau penilaian dari ujian yang dilakukan, diperlihatkan dalam reaksi fisiologis, kognitif, dan perilaku individu dan penolakan tentang situasi yang sedang dilalui, mendorong perasaan menjadi lebih emosional (Cahyady et al., 2018).

Gangguan kecemasan sosial merupakan hal yang wajar terjadi pada setiap orang. Namun, penting untuk menyelidiki apakah beberapa orang mengalami kesulitan melepaskan kecemasan mereka dalam situasi yang kebanyakan orang dapat dengan mudah menanganinya. Banyak faktor yang menyebabkan anak mengalami kecemasan sosial, salah satunya adalah kualitas hubungannya dengan teman sebaya. Teori pembelajaran sosial berpendapat bahwa hubungan teman sebaya memberikan konteks yang unik untuk perkembangan kognitif, sosial, dan emosional (Kholifah, 2016).

Prevalensi kecemasan dalam populasi dunia pada tahun 2015 sebanyak 3,6%. Pada tahun 2015, estimasi jumlah keseluruhan orang yang hidup dengan kecemasan di dunia sebanyak 264 juta jiwa dan terdapat peningkatan sebanyak 14,9% dari tahun 2005. Kasus kecemasan di wilayah Asia Tenggara sebanyak 23% (60,05 juta dari 264 juta populasi kecemasan dunia) (WHO, 2017). Riskesdas tahun 2018 menunjukkan angka kecemasan pada anak usia sekolah (5-12 tahun) di Indonesia mencapai 6,1 % atau 706.689 penduduk. Berdasarkan hasil prasurvei yang dilakukan kepada kepada 52 responden di SD Negeri 2 Kertosari sebanyak 20 dari 52 responden mengatakan bahwa mereka merasa cemas saat melakukan pembelajaran khususnya apabila akan melakukan ujian tertentu. Sedangkan di Sd Negeri 1 Kertosari dari 20 siswa terdapat 9 orang yang merasa cemas akan pembelajaran yang ada disekolahnya. Dikarenakan siswa yang belum sepenuhnya menguasai materi yang sudah diberikan oleh para guru kepada siswanya.

Peran teman sebaya dapat mengurangi atau meningkatkan timbulnya kecemasan. Hubungan yang buruk dapat meningkatkan ketakutan sosial akan konflik, kritik, pengucilan, dominasi, dan tekanan. Sebaliknya, kualitas hubungan yang baik antar teman dapat mengurangi terjadinya ketakutan sosial seperti persahabatan, kasih sayang, persetujuan, dukungan dan kepuasan. Hal ini menunjukkan bahwa peran teman sebaya yang positif dapat memberikan kesempatan kepada remaja untuk belajar di lingkungan sosial baru, membangun dan memperkuat keterampilan sosial mereka, dan bereksperimen dengan identitas dan peran sosial mereka yang berbeda (Kholifah, 2016).

Egbert & Wright (2020) mengungkapkan bahwa ada beberapa faktor yang mempengaruhi efektifitas dukungan teman sebaya yaitu, pemberian dukungan, jenis dukungan, penerimaan dukungan, permasalahan yang dihadapi, waktu pemberian dukungan, dan juga durasi pemberian dukungan. Jika semua faktor tersebut terpenuhi efektivitas dukungan teman sebaya akan terlaksana dengan maksimal. Segala bentuk dukungan yang diberikan oleh suatu individu akan memiliki arti bila dukungan itu bermanfaat dan sesuai dengan situasi yang sedang dialami oleh individu lain.

Terdapat beberapa penelitian yang telah dilakukan dan menjadikan dukungan teman sebaya sebagai salah satu variabel dalam penelitiannya. Sinaga & Kustanti (2017) melakukan penelitian tentang hubungan antara dukungan sosial teman sebaya dengan efikasi diri yang menggunakan teknik pengambilan sampel cluster random sampling. Hasil penelitian ini menunjukkan

adanya hubungan positif yang signifikan antara dukungan sosial teman sebaya dengan efikasi diri.

Penelitian yang dilakukan Wahyuni (2016) meneliti tentang apakah ada hubungan antara dukungan sosial teman sebaya dengan kemampuan bersosialisasi, yang hasilnya terdapat hubungan antara dua variabel tersebut. Dari penelitian ini juga didapatkan faktor dukungan sosial teman sebaya mempunyai hubungan yang signifikan dengan timbulnya kemampuan bersosialisasi pada siswa-siswi SMK Negeri 3 Medan.

Berdasarkan beberapa penelitian yang sudah dilakukan oleh peneliti lainnya. Maka peneliti tertarik untuk mengetahui hubungan antara dukungan teman sebaya dengan tingkat kecemasan belajar pada siswa di SD Negeri 2 Kertosari. Karena dalam kegiatan belajar, dukungan dapat dikatakan sebagai keseluruhan daya penggerak di dalam diri siswa yang menimbulkan semangat untuk melakukan kegiatan belajar, yang menjamin kelangsungan dari kegiatan belajar dan yang memberikan arah pada kegiatan belajar, sehingga tujuan yang dikehendaki oleh subjek belajar itu dapat tercapai. Siswa yang memiliki dukungan kuat, akan mempunyai banyak energi untuk melakukan kegiatan belajar. Hasil belajar akan optimal apabila mendapatkan dukungan yang tepat yang tepat.

## **B. Rumusan Masalah**

Gangguan kecemasan adalah kondisi psikologis ketika seseorang mengalami rasa cemas yang terlalu berlebihan secara terus-menerus dan sulit untuk dikendalikan atau dihindari, sehingga dapat berdampak buruk terhadap

kegiatan sehari-hari individu yang merasakan kecemasan tersebut. Selama ini, siswa memiliki kecemasan yang besar tentang ujian ataupun tes yang ada di sekolahnya terutama ujian nasional. Peran teman sebaya dapat mengurangi atau meningkatkan timbulnya kecemasan. Hubungan yang buruk dapat meningkatkan ketakutan sosial akan konflik, kritik, pengucilan, dominasi, dan tekanan. Sebaliknya, kualitas hubungan yang baik antar teman dapat mengurangi terjadinya kecemasan. Dengan demikian rumusan masalah pada penelitian ini adalah “Apakah ada hubungan antara dukungan teman sebaya dengan tingkat kecemasan belajar pada anak di SD Negeri 2 Kertosari?”

### **C. Tujuan**

#### **1. Tujuan Umum**

Diketahui hubungan dukungan teman sebaya dengan kecemasan belajar pada anak di SD Negeri 2 Kertosari tahun 2023.

#### **2. Tujuan Khusus**

- a. Diketahui karakteristik siswa kelas VI yang ada di SD Negeri 2 Kertosari yaitu usia dan jenis kelamin tahun 2023.
- b. Diketahui distribusi frekuensi dukungan teman sebaya di SD Negeri 2 Kertosari tahun 2023.
- c. Diketahui distribusi frekuensi tingkat kecemasan belajar di SD Negeri 2 Kertosari tahun 2023.
- d. Diketahui ada hubungan dukungan teman sebaya dengan tingkat kecemasan di SD Negeri 2 Kertosari tahun 2023.

## **D. Ruang Lingkup**

Jenis penelitian ini yaitu menggunakan metode korelasi dengan pendekatan *cross sectional*. Sasaran dari penelitian ini yaitu siswa kelas VI di SD Negeri 2 Kertosari yang terdiri dari dua kelas jumlah keseluruhan siswa kelas VI di SD ini adalah 52 siswa, tempat penelitian ini dilakukan di SD Negeri 2 Kertosari. Dalam penelitian ini terdapat dua variabel yaitu dukungan teman sebaya sebagai variabel independen dan tingkat kecemasan belajar sebagai variabel dependen.

## **E. Manfaat Penelitian**

### **1. Manfaat Teoritis**

Diharapkan penelitian ini dapat memberikan informasi terkait dengan hubungan teman sebaya dengan tingkat kecemasan belajar pada siswa di sekolah.

### **2. Manfaat Praktis**

#### **a. Bagi tempat penelitian**

Sebagai bahan masukan bagi sekolah tersebut dan juga bagi tenaga kerja yang ada didalamnya agar mengetahui hubungan dukungan teman sebaya dengan tingkat kecemasan belajar pada anak.

#### **b. Bagi responden**

Sebagai media informasi terhadap hubungan dukungan teman sebaya dengan tingkat kecemasan belajar pada anak.

c. Bagi institusi

Sebagai sarana untuk memperbanyak ilmu dalam bidang kesehatan yang berkaitan dengan hubungan dukungan teman sebaya dengan tingkat kecemasan belajar pada anak.

d. Bagi penelitian selanjutnya

Hasil penelitian ini agar dapat dijadikan sebagai perbandingan jika hendak melakukan penelitian yang berkaitan hubungan dukungan teman sebaya dengan tingkat kecemasan belajar pada anak.