

**HUBUNGAN ANTARA KECEMASAN DAN MOTIVASI PADA  
SISWA SMK NEGERI X DI KABUPATEN KENDAL**



**SKRIPSI**

Diajukan Kepada Fakultas Ilmu Sosial Dan Humaniora

Universitas Islam Negeri Sunan Kalijaga Yogyakarta

Untuk Memenuhi Sebagian Syarat Memperoleh Gelar Sarjana Psikologi

**Disusun Oleh:**

**Bernicha Rivada**

**16710010**

**Dosen Pembimbing**

**Very Julianto, S.Psi., M.Psi., Psikolog**

**NIP. 19880717 201503 1 003**

**PROGRAM STUDI PSIKOLOGI**

**FAKULTAS ILMU SOSIAL DAN HUMANIORA**

**UNIVERSITAS ISLAM NEGERI SUNAN KALIJAGA**

**YOGYAKARTA**

**2023**

## **SURAT PERNYATAAN KEASLIAN PENELITIAN**

Saya yang bertanda tangan dibawah ini :

Nama : Bernicha Rivada

NIM : 16710010

Program Studi : Psikologi

Fakultas : Ilmu Sosial dan Humaniora

Menyatakan bahwa penelitian skripsi yang berjudul “Hubungan Antara Kecemasan dan Motivasi Pada Siswa SMK Negeri X di Kabupaten Kendal” ini adalah hasil karya orisinil dari peneliti sendiri dan belum pernah diajukan untuk memperoleh gelar sarjana di perguruan tinggi manapun. Penelitian skripsi ini bukan hasil dari plagiasi atas penelitian yang lain.

Apabila ditemukan plagiasi dalam penelitian skripsi ini maka saya sebagai peneliti skripsi ini bersedia untuk menerima konsekuensi sesuai dengan aturan yang berlaku di Universitas Islam Negeri Sunan Kalijaga Yogyakarta.

Yogyakarta, 10 Agustus 2023

Yang menyatakan,



Bernicha Rivada



## NOTA DINAS PEMBIMBING

Hal : Skripsi

Lamp :

Kepada

Yth. Dekan Fakultas Ilmu Sosial dan Humaniora

UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta

Di Yogyakarta

*Assalamu'alaikum Wr. Wb.*

Setelah membaca, meneliti, memberikan petunjuk dan mengoreksi serta mengadakan perbaikan seperlunya, maka kami selaku pembimbing berpendapat bahwa skripsi Saudara:

Nama : Bernicha Rivada

NIM : 16710010

Judul Skripsi : Hubungan Antara Kecemasan dan Motivasi Pada Siswa SMK Negeri X di Kabupaten Kendal

Sudah dapat diajukan kembali kepada Fakultas Ilmu Sosial dan Humaniora UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta sebagai salah satu syarat untuk memperoleh gelar Sarjana Strata Satu dalam Program Studi Psikologi.

Dengan ini kami mengharap agar skripsi / tugas akhir Saudara tersebut di atas dapat segera dimunaqasyahkan. Atas perhatiannya kami ucapkan terima kasih.

Yogyakarta, 10 Agustus 2023  
Pembimbing

Very Julianto, M.Psi.  
NIP. 19880717 201503 1 003



**KEMENTERIAN AGAMA  
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI SUNAN KALIJAGA  
FAKULTAS ILMU SOSIAL DAN HUMANIORA**

Jl. Marsda Adisucipto Telp. (0274) 585300 Fax. (0274) 519571 Yogyakarta 55281

**PENGESAHAN TUGAS AKHIR**

Nomor : B-946/Un.02/DSH/PP.00.9/08/2023

Tugas Akhir dengan judul : **Hubungan Antara Kecemasan dan Motivasi Pada Siswa SMK Negeri X di Kabupaten Kendal**

yang dipersiapkan dan disusun oleh:

Nama : BERNICHA RIVADA  
Nomor Induk Mahasiswa : 16710010  
Telah diujikan pada : Jumat, 18 Agustus 2023  
Nilai ujian Tugas Akhir : B+

dinyatakan telah diterima oleh Fakultas Ilmu Sosial dan Humaniora UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta

**TIM UJIAN TUGAS AKHIR**



**Ketua Sidang**  
Very Julianto, M.Psi.  
SIGNED

Valid ID: 64e708cd75242



**Penguji I**  
Sara Palila, S.Psi., M.A., Psi  
SIGNED

Valid ID: 64e44bd7e2258



**Penguji II**  
Candra Indraswari, S.Psi., M.Psi., Psi.  
SIGNED

Valid ID: 64e6ee343c692



Yogyakarta, 18 Agustus 2023  
UIN Sunan Kalijaga  
Dekan Fakultas Ilmu Sosial dan Humaniora  
Dr. Mochamad Sodik, S.Sos., M.Si.  
SIGNED

Valid ID: 64e75ae2ca8e9

## HALAMAN MOTTO

### MOTTO HIDUP

حَسْبُنَا اللَّهُ وَنِعْمَ الْوَكِيلُ نِعْمَ الْمَوْلَى وَنِعْمَ النَّصِيرُ

#### Artinya

“Cukuplah bagi kami Allah sebagai penolong dan Dia adalah sebaik-baik pelindung“ (Q. S. Ali Imron : 173)

لَا إِلَهَ إِلَّا أَنْتَ سُبْحَانَكَ إِنِّي كُنْتُ مِنَ الظَّالِمِينَ

#### Artinya

“Tidak ada Tuhan selain Engkau. Maha Suci Engkau, sesungguhnya aku adalah termasuk orang-orang yang zalim” (Q. S. Al-Anbiya : 87)

سُبْحَانَ اللَّهِ وَالْحَمْدُ لِلَّهِ وَلَا إِلَهَ إِلَّا اللَّهُ وَاللَّهُ أَكْبَرُ

وَلَا حَوْلَ وَلَا قُوَّةَ إِلَّا بِاللَّهِ الْعَلِيِّ الْعَظِيمِ

#### Artinya

“Maha Suci Allah, segala puji hanya bagi Allah, tidak ada Tuhan yang berhak disembah kecuali Allah, Allah Maha Besar, tidak ada daya dan tidak pula kekuatan kecuali karena Allah yang Maha Tinggi dan Maha Agung.”

(HR. Muslim)

## **HALAMAN PERSEMBAHAN**

Subhanallah Walhamdulillah, hamba persembahkan syukur kepada-Mu Ya Rabb, Atas segala rahmat dan kesempatan serta kemudahan-kemudahan yang Engkau berikan kepada hamba untuk menyelesaikan tugas akhir skripsi ini.

*Dengan penuh kasih sayang, saya persembahkan karya sederhana ini kepada :*

### **Almamater Tercinta**

Program Studi Psikologi Fakultas Ilmu Sosial dan Humaniora  
Dosen-dosen Psikologi UIN Sunan Kalijaga, khususnya kepada dosen pembimbing saya, terima kasih saya persembahkan untuk segala waktu yang diberikan membimbing saya menyelesaikan tugas akhir ini hingga saya sampai pada titik ini.

### **Keluarga Tercinta,**

Ayah dan Ibu yang selalu memberikan dukungan, do'a, kasih sayang, serta support yang tak terhingga. Kepada kakakku tercinta yang selalu kurindukan. Kepada simbah yang selalu mendoakan dan menanti kepulangan saya ke rumah. Kepada Budhe, Pakdhe, Bulek, Paklek, dan kakak-kakak sepupu yang selalu memberikan dukungan serta semangat.

### **Saudara Seperjuangan**

Teman-teman psikologi angkatan 2016 UIN Sunan Kalijaga,

## KATA PENGANTAR

Dengan menyebut nama Allah SWT yang Maha Pengasih lagi Maha Penyayang yang telah melimpahkan rahmat serta hidayahnya sehingga peneliti mampu menyelesaikan tugas akhir yang berjudul “Hubungan Antara Kecemasan dan Motivasi Pada Siswa SMK Negeri X di Kabupaten Kendal”. Tugas akhir ini ditujukan untuk memenuhi sebagian syarat memperoleh gelar Sarjana Psikologi di Universitas Islam Negeri Sunan Kalijaga Yogyakarta.

Peneliti menyadari masih banyak kekurangan dalam penulisan tugas akhir ini dan terbuka atas kritik dan saran untuk memperbaiki dari pembaca sekalian. Dikarenakan kesempuraan hanya milik Allah SWT. Selesainya penelitin ini tidak terlepas dari bantuan banyak pihak, oleh karena itu peneliti ingin mengucapkan terima kasih yang sebesar-besarnya kepada :

1. Bapak Dr. Mochamad Sodik, S.Sos., M.Si. selaku Dekan Fakultas Ilmu Sosial dan Humaniora Universitas Islam Negeri Sunan Kalijaga Yogyakarta.
2. Ibu Lisnawati, M.Psi., Psikolog selaku ketua Program Studi Psikologi.
3. Bapak Benny Herlena, S.Psi., M.Si., selaku Dosen Penasihat Akademik yang senantiasa memberikan arahan selama masa studi.
4. Ibu Sara Palila, S.Psi., M.A., Psi, selaku Dosen Penasihat Akademik yang senantiasa memberikan arahan selama masa studi.
5. Bapak Very Julianto., S.Psi., M.Psi., selaku Dosen Pembimbing Skripsi yang selalu membantu memberikan masukan untuk kebaikan penelitian ini, mengarahkan serta membimbing peneliti menyelesaikan penulisan skripsi ini.
6. Ibu Sara Palila, S.Psi., M.A., Psi selaku penguji 1 dan Ibu Candra Indraswari, S. Psi., M. Psi., M. Res selaku penguji 2 yang sudah meluangkan waktu dan memberikan masukan-masukan kepada penulis, agar skripsi yang peneliti susun menjadi lebih berkualitas.

7. Seluruh Dosen Prodi Psikologi UIN tercinta yang telah membimbing, menemani, dan mengajarkan ilmu pengetahuan serta motivasi yang telah diberikan selama ini.
8. Seluruh civitas akademika Fakultas Ilmu Sosial & Humaniora UIN Sunan Kalijaga yang telah berjasa besar bagi terselesaikannya naskah skripsi ini.
9. Kepada Kepala Sekolah SMKN X Kabupaten Kendal serta seluruh responden yang telah bersedia meluangkan waktu untuk membantu penulis dalam mengisi kuesioner.
10. Kepada Ayah dan Ibu tercinta yang selalu memberi dukungan baik kasih maupun materi. Kepada kakak saya yang mengajarkan kemandirian. Kepada simbah-simbah di rumah, seluruh saudara yang senantiasa memberikan dukungan serta doanya.
11. Kepada teman-teman Psikologi terkhusus sahabat seperjuangan yang telah menemani dalam suka dan duka sejak mahasiswa baru hingga saat ini, Reva, Awendsa, Adinda, Intan, Ella, Tyas, Izzul, Risma, Finska, Seren, Estri, Lea. Teman perskripsian yang saling support dan menguatkan, Uvi, Nafi, Jihan, Salsa, Yunan, Resa, dan lainnya, serta teman-teman yang tidak dapat saya sebutkan satu persatu yang ada ketika dibutuhkan dan kebersamaan sejak awal perkuliahan.
12. Kepada teman-teman organisasi HMI FISHUM UIN SUKA yang telah mengajarkan banyak pengalaman dan pelajaran yang amat berharga.

Semoga semua amal baik seluruh pihak terkait yang telah membantu peneliti dalam menyelesaikan tugas akhir ini akan mendapatkan balasan dari Allah SWT, peneliti berharap penelitian ini dapat membantu dikemudian hari meskipun masih banyak kekurangan baik dari penulisan maupun data yang diperoleh.

Yogyakarta, 10 Agustus 2023

Bernicha Rivada  
NIM 16710010



## DAFTAR ISI

HALAMAN COVER.....	i
SURAT PERNYATAAN KEASLIAN PENELITIAN .....	ii
NOTA DINAS PEMBIMBING.....	iii
HALAMAN PENGESAHAN.....	iv
HALAMAN MOTTO .....	v
HALAMAN PERSEMBAHAN.....	vi
KATA PENGANTAR.....	vii
DAFTAR ISI.....	ix
DAFTAR BAGAN.....	xi
DAFTAR DIAGRAM.....	xi
DAFTAR TABEL.....	xii
INTISARI.....	xiii
<i>ABSTRACT</i> .....	xiv
BAB I PENDAHULUAN .....	1
A. Latar Belakang .....	1
B. Rumusan Masalah .....	7
C. Tujuan Penelitian.....	8
D. Manfaat Penelitian.....	8
E. Keaslian Penelitian .....	9
BAB II DASAR TEORI.....	18
A. Motivasi.....	18
B. Kecemasan .....	23
C. Dinamika Psikologi Hubungan Kecemasan dengan Motivasi .....	26
D. Hipotesis.....	29
BAB III METODE PENELITIAN.....	30
A. Identifikasi Variabel Penelitian .....	30
B. Definisi Operasional Variabel Penelitian .....	30
C. Populasi dan Sampel Penelitian .....	31

D. Metode dan Alat Pengumpulan Data .....	32
E. Validitas, Seleksi Aitem dan Reliabilitas Alat Ukur.....	35
F. Metode Analisis Data .....	36
BAB IV PELAKSANAAN, HASIL DAN PEMBAHASAN.....	39
A. Orientasi Kancah .....	39
B. Pelaksanaan Penelitian .....	40
C. Hasil Penelitian .....	40
D. Pembahasan .....	49
BAB V KESIMPULAN DAN SARAN.....	55
A. KESIMPULAN.....	55
B. SARAN .....	55
DAFTAR PUSTAKA .....	57

## **DAFTAR BAGAN**

Bagan 1. Dinamika Hubungan Antara Kecemasan dan Motivasi .....	28
--	----

## **DAFTAR DIAGRAM**

Diagram 1. Kategori Subjek Berdasarkan Jenis Kelamin .....	41
--	----

## DAFTAR TABEL

Tabel 1. Pembagian Item atau Gejala terhadap Gangguan .....	33
Tabel 2. Tingkat keparahan setiap gangguan .....	34
Tabel 3. Blueprint Skala Motivasi.....	34
Tabel 4 Kategorisasi Subjek Berdasarkan Jenis Kelamin .....	41
Tabel 5. Deskripsi Data Penelitian .....	43
Tabel 6. Rumus Kategorisasi .....	44
Tabel 7. Kategorisasi Kecemasan .....	44
Tabel 8. Kategorisasi Motivasi.....	45
Tabel 9. Uji Normalitas .....	46
Tabel 10. Uji Linieritas .....	47
Tabel 11. Uji Hipotesis Korelasi Pearson Product Moment .....	48
Tabel 12. Sumbangan Efektif.....	48

# HUBUNGAN ANTARA KECEMASAN DAN MOTIVASI PADA SISWA SMK NEGERI X DI KABUPATEN KENDAL

Bernicha Rivada  
NIM. 16710010

## INTISARI

Motivasi berperan penting bagi diri siswa, rendahnya motivasi bisa terjadi ketika seseorang merasa ada ketidaksesuaian antara apa yang mereka inginkan dengan apa yang mereka capai. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara kecemasan dan motivasi pada siswa SMK Negeri X di Kabupaten Kendal. Penelitian ini menggunakan metode kuantitatif dengan 2 skala yaitu: skala DASS-42 untuk mengukur kecemasan, dan skala AMS untuk mengukur motivasi. Pengambilan sampel menggunakan sampling jenuh, yaitu semua anggota populasi digunakan sebagai sampel dengan jumlah responden sebanyak 1270. Teknik analisis pada penelitian ini adalah *pearson product moment* menggunakan *software SPSS 21 for Windows*. Hasil penelitian menunjukkan signifikansi sebesar  $p = 0.030$  ( $p < 0.05$ ) dengan nilai korelasi sebesar  $-0.061$ . Tanda negatif pada nilai korelasi tersebut berarti bahwa terdapat hubungan negatif antara variabel kecemasan dan variabel motivasi. Variabel kecemasan memiliki nilai sumbangan efektif sebesar 0,4% terhadap variabel motivasi. Artinya pengaruh variabel kecemasan terhadap variabel motivasi tergolong rendah, namun hubungan antara variabel kecemasan dan variabel motivasi terbukti signifikan dan berkorelasi negatif.

**Kata Kunci** : Motivasi dan Kecemasan

**THE RELATIONSHIP BETWEEN ANXIETY AND MOTIVATION IN  
STUDENT OF SMK X IN KENDAL DISTRICT**

Bernicha Rivada  
16710010

**ABSTRACT**

*Motivation plays an important role for students, low motivation can occur when someone feels there is a discrepancy between what they want and what they achieve. This study aims to determine the relationship between anxiety and motivation in students of SMK Negeri X in Kendal Regency. This study used a quantitative method with 2 scales, namely: the DASS-42 scale to measure anxiety, and the AMS scale to measure motivation. Sampling used saturated sampling, that is, all members of the population were used as samples with a total of 1270 respondents. The technique in this study was the pearson product moment using SPSS 21 for Windows software. The results showed a significance of  $p = 0.030$  ( $p < 0.05$ ) with a correlation value of  $-0.061$ . The sign on the negative value of the correlation means that there is a negative relationship between the anxiety variable and the motivation variable. The anxiety variable has an effective contribution value of 0.4% to the motivational variable. This means that the effect of the anxiety variable on the motivational variable is low, but the relationship between the anxiety variable and the motivational variable is proven to be significant and has a negative impact.*

**Keyword** : Motivation Anxiety.

# **BAB I**

## **PENDAHULUAN**

### **A. Latar Belakang**

Motivasi adalah sebuah dorongan dalam diri individu yang sangat penting keberadaannya selama proses pembelajaran. Motivasi pada saat belajar berperan untuk meningkatkan rasa senang, gairah, serta mendorong semangat untuk belajar. Murid dengan motivasi yang tinggi memiliki banyak tenaga selama proses belajar (Sardiman, 2011). Apabila siswa tidak mempunyai motivasi pada saat belajar, maka aktivitas belajar tidak akan berjalan dengan lancar. Dalam proses pembelajaran, guru berperan sebagai motivator yang sangat dibutuhkan untuk mendorong semangat belajar murid, sehingga tergerak untuk meraih hasil belajar secara maksimal (Iskandar, 2009).

Melalui program pendidikan yang ditawarkan oleh setiap jenis sekolah, dapat memberikan motivasi kepada siswa untuk belajar dan mencapai tujuan akademisnya. Pendidikan Menengah (Dikmen) menurut data Kemendikbud (2023) merupakan jenjang pendidikan sebagai lanjutan jenjang pendidikan dasar. Satuan jenis pendidikan menengah berbentuk Sekolah Menengah Atas (SMA), Madrasah Aliyah (MA), Sekolah Menengah Kejuruan (SMK), memiliki perbedaan yang mendasar dalam hal penerapan ilmu atau disebut juga dengan kurikulum.

Kurikulum yang diajarkan di SMA yakni bersifat teoritis seperti jurusan Ilmu Pengetahuan Alam (IPA), Ilmu Pengetahuan Sosial (IPS), dan

Bahasa yang lebih dipersiapkan untuk memasuki perguruan tinggi. Madrasah Aliyah (MA) menggunakan kurikulum dari Kemenag, dengan jurusan seperti pada SMA, bedanya pada madrasah diberikan tambahan berupa pelajaran agama Islam, seperti Al-Qur'an Hadist, Bahasa Arab, Fiqih dan pelajaran agama lainnya.

SMK merupakan salah satu penyelenggara pendidikan berbasis kompetensi yang diharapkan mampu memenuhi setiap tuntutan keahlian yang dibutuhkan dunia industri. Adapun jurusan yang ada pada SMK yaitu jurusan listrik, computer, bangunan, sekretaris, kesehatan, tata boga, dan masih banyak lagi. Maka dari itu secara logika mereka lebih siap untuk bekerja dibandingkan siswa lulusan SMA dan MA. Sesuai dengan PP RI No. 29 Tahun 1990 pasal 3 ayat 2 tentang Pendidikan Menengah yang berbunyi "Sekolah Menengah Kejuruan mengutamakan penyiapan siswa untuk memasuki lapangan kerja serta mengembangkan sikap profesional".

Perbedaan tersebut menjadikan pilihan anak yang dilatar belakangi oleh orang tua cenderung untuk memilih sekolah kejuruan. Dengan alasan siswa SMK memiliki beberapa kelebihan, diantaranya fokus pada satu keahlian, bisa disesuaikan dengan bakat dan minat. Merasakan PKL (Praktek Kerja Lapangan) atau yang lebih baru disebut dengan PRAKERIN (Praktek Kerja Industri), dan juga ada pembekalan wawasan untuk membuka peluang berwirausaha sehingga dapat membuka lapangan kerja baru bagi yang tidak melanjutkan pendidikan karena terkendala biaya.



Jenjang pendidikan SMK merupakan jenjang tertinggi untuk standar sekolah, ada beberapa masalah yang akan di hadapi siswa. Diantaranya tuntutan akademik (ujian, tugas, dan proyek atau praktek lapangan), tekanan untuk memilih jurusan yang cocok dan memikirkan masa depan karier mereka, adanya perubahan fisik dan emosional.

Pada sebagian besar remaja, hambatan-hambatan yang di alami murid di wilayah sekolah dapat menyebabkan gangguan psikologis dan penyakit fisik yang bertumpuk (Santrock, J. W. 2007; Hidayat, B. U. A. 2012) sehingga dapat mempengaruhi motivasi dan kesuksesan siswa di sekolah. Motivasi berhubungan erat dengan prestasi akademik (Marvianto & Wahyu, 2018).

Menurut Uno (2008) motivasi belajar muncul saat terdapat rangsangan dari dalam maupun luar yang mengakibatkan individu berkeinginan untuk melakukan perubahan tingkah laku atau kegiatan tertentu yang lebih baik dari kondisi yang sebelumnya. Gejala yang muncul pada gangguan motivasi belajar diantaranya murid diam saja ketika ditanya terkait materi pelajaran, dan tidak memiliki keinginan menyelesaikan soal karena takut gagal, menghindar dari pelajaran dan mengabaikan tugas-tugas dari guru (Yanti dkk, 2013).

Motivasi menjadi penentu tingkat gagal atau berhasilnya kegiatan belajar murid. Belajar tanpa motivasi sulit untuk mencapai keberhasilan secara optimal (Hamalik, 2005). Motivasi anak itu rendah umumnya diasumsikan bahwa prestasi yang bersangkutan akan rendah dan besar

kemungkinan ia tidak akan mencapai tujuan belajar. Alex Sobur (2003) berpendapat bahwa motivasi mendorong individu untuk mencari suatu kepuasan atau mencapai suatu tujuan.

Santrock (2015) mengatakan motivasi dan emosi adalah dua aspek penting yang saling berpengaruh selama proses pembelajaran. Salah satu emosi positif yang membantu meningkatkan motivasi adalah adanya rasa ingin tahu sehingga memfasilitasi proses belajar. Selain itu emosi negatif yang bisa menurunkan motivasi belajar yaitu seperti rasa khawatir yang berlebih dan juga rasa takut, takut gagal, dan takut terhadap adanya hukuman.

Telah terbukti oleh pemeriksaan Raudah, Budiarti, dan Lestari (2015) yang menyatakan respon emosional negatif seperti tekanan dapat mengakibatkan melemahnya motivasi belajar dan kecenderungan menghindari tugas-tugas akademik. Diperkuat juga dengan hasil penelitian sebelumnya oleh Syafrisman (Boharudin, 2012) yang memperoleh hasil sejumlah 68,36% murid SMK Negeri 1 Payakumbuh mempunyai motivasi belajar yang cukup rendah.

Sutikno (2012) berpendapat motivasi bermula dari kata motif yang bisa diartikan sebagai daya penggerak yang terdapat dalam diri individu dalam melaksanakan kegiatan-kegiatan tertentu untuk menggapai tujuan. Sesuai dengan pernyataan Hartono (2012) yakni motivasi belajar mempunyai hubungan positif atas prestasi belajar, sehingga motivasi belajar mempunyai dampak terhadap pencapaian tujuan seseorang. Menurut

Sardiman (2011) bahwa individu-individu yang memiliki dorongan belajar yang tinggi ditandai dengan adanya: kegigihan menghadapi tugas, ulet menghadapi kesulitan, lebih suka bekerja secara mandiri.

Sementara itu Uno (2008) menyatakan karakteristik belajar yang tinggi adalah: adanya semangat dan keinginan untuk sukses serta berusaha untuk melakukan kegiatan yang dapat meningkatkan prestasi. Namun, jika mahasiswa kurang mempunyai dorongan belajar maka prestasi belajar bisa melemah. Hal ini sesuai dengan pendapat Iskandar (2009) yang menyatakan kelemahan motivasi atau ketiadaan motivasi belajar dapat melemahkan prestasi belajar mahasiswa. Dalam kegiatan belajar motivasi begitu penting adanya, karena individu yang tidak memiliki motivasi dalam belajar tidak akan mungkin melakukan aktivitas belajar. Oleh karena itu perlu menanamkan motivasi belajar dalam diri sendiri.

Arianti (2018) menjelaskan bahwa motivasi belajar merupakan factor psikis yang bersifat non-intelektual, dimana seseorang yang mempunyai intelegensi cukup tinggi bisa gagal karena kurangnya motivasi dalam belajar.

Menurut Yusuf (2009) motivasi belajar muncul disebabkan adanya faktor internal (fisik dan psikologis) dan eksternal (faktor sosial dan non sosial). Adapun faktor internal psikologis yaitu faktor intrinsik yang berhubungan dengan aspek-aspek yang mendorong atau menghambat kegiatan belajar para murid. Faktor ini berkaitan dengan keadaan batin siswa. Keadaan batin atau disebut juga dengan kondisi jiwa umumnya

berdampak buruk terhadap motivasi, yakni tidak stabilnya keadaan mental yang meliputi: rasa khawatir, takut, tertekan, gelisah dan sejenisnya (Sardiman, 2011).

Akuntono (2012) berpendapat bahwa kecemasan adalah keadaan psikologis individu yang terjadi akibat adanya tantangan, tekanan, dan tuntutan untuk mencapai tujuan tertentu. Menurut Nasir (2011) cemas bisa berupa khawatir, perasaan yang tidak menyenangkan, tidak menentu atau merasa sangat takut yang disebabkan perasaan yang mengancam suatu ancaman yang mana wujud asli dari kecemasan tersebut tidak diketahui pasti. Menurut Taylor (2006) perasaan yang tidak menyenangkan umumnya menimbulkan gejala-gejala fisiologis (seperti gemetar, berkeringat, detak jantung meningkat, dan lain-lain) dan gejala psikologis (seperti panik, tegang, bingung, tak dapat berkonsentrasi, dan sebagainya).

Menurut Atkinson (2001) kecemasan adalah perasaan tidak menyenangkan, yang ditandai dengan istilah-istilah seperti kekhawatiran, keprihatinan, dan rasa takut yang kadang-kadang dialami dalam tingkatan yang berbeda-beda. Untari (2014) dampak kecemasan terhadap respon fisiologis pada taraf kecemasan ringan dan sedang adalah meningkatnya kemampuan individu. Pada kecemasan berat dan panik akan melemahkan atau meningkatkan kemampuan yang berlebihan.

Berdasarkan hasil penelitian *The Indonesia National Adolescent Mental Health Survey (I-NAMHS)* yang bekerjasama dengan Universitas Gadjah Mada gangguan jiwa yang paling banyak diderita remaja adalah

gangguan kecemasan (kombinasi fobia sosial dan gangguan kecemasan umum) sebesar 3,7 persen, diikuti oleh gangguan depresi mayor sebanyak 1 persen, gangguan perilaku 0,9 persen, serta PTSD dan ADHD, keduanya 0,5 persen (CNN, 2022).

Lebih spesifik beberapa fenomena yang terjadi pada beberapa sekolah terkait rendahnya toleransi terhadap suatu tekanan, diantaranya seorang siswi di Dairi tewas gantung diri diduga stress karena beban pelajaran (Medanbisnisdaily, 2021). Stress karena gagal ikut magang, siswa SMK gantung diri (Kompas, 2016). Sejumlah siswa mulai khawatir ke sekolah, lantaran jalan yang biasa di lalui kerap jadi ajang tawuran (Arunala, 2022). I Putu Agus Aprliana (2018) menguraikan kecemasan yang dialami murid SMK di Kuta dalam menjelang UNBK tahun ajaran 2017/2018 berjumlah 4 anak (10%) pada tingkat rendah, 18 anak (45%) pada tingkat sedang, 15 anak (37,5%) tinggi dan pada tingkat sangat tinggi sebanyak 3 anak (7,5%).

Berdasarkan pemaparan yang telah diuraikan diatas peneliti tertarik untuk mengetahui dan meneliti “hubungan antara kecemasan dan motivasi pada siswa SMK Negeri X di Kabupaten Kendal”.

## **B. Rumusan Masalah**

Berdasarkan pada konteks permasalahan yang telah dijelaskan sebelumnya, maka rumusan masalah penelitian ini dapat dirumuskan dalam pertanyaan: “Apakah ada hubungan antara kecemasan dan motivasi pada siswa SMK Negeri X di Kabupaten Kendal?”.

### **C. Tujuan Penelitian**

Melalui penelitian ini tujuan yang ingin dicapai oleh peneliti ialah untuk mengetahui hubungan antara kecemasan dan motivasi pada siswa SMK Negeri X di Kabupaten Kendal.

### **D. Manfaat Penelitian**

Hasil penelitian yang dilakukan peneliti diharapkan nantinya dapat memberikan manfaat kepada pembaca, yaitu :

#### 1. Manfaat Teoritis

Penelitian ini diharapkan memiliki manfaat dalam menambah khasanah ilmu pengetahuan khususnya di bidang pengembangan ilmu psikologi klinis dan psikologi pendidikan yang berkenaan dengan kecemasan dan motivasi.

#### 2. Manfaat Praktis

Hasil penelitian ini semoga bisa menambah wawasan dan penjelasan bagi pembaca khususnya mahasiswa, universitas pada umumnya dan peneliti berikutnya mengenai “Hubungan antara kecemasan dan motivasi”.

- a. Bagi siswa Sekolah Menengah Kejuruan, penelitian ini dapat memberikan informasi dan referensi tentang pentingnya mengelola kecemasan untuk meningkatkan motivasi pada siswa sekolah menengah kejuruan dalam proses pembelajaran.
- b. Bagi guru, penelitian ini diharapkan dapat menjadi acuan guru BK (Bimbingan Konseling) untuk lebih memperhatikan peserta didik

mengenai pentingnya mengelola kecemasan agar mampu mengarahkan siswa dalam meningkatkan motivasi belajar.

- c. Bagi peneliti berikutnya, semoga penelitian ini dapat menjadi referensi pengembangan penelitian yang berkaitan dengan kecemasan dan motivasi pada peserta didik sekolah menengah kejuruan.

#### **E. Keaslian Penelitian**

Sebelumnya telah banyak penelitian yang mengkaji tentang motivasi dan kecemasan. Namun penelitian yang secara spesifik membahas hubungan antara motivasi dengan kecemasan sangat jarang peneliti temui. Berikut beberapa penelitian yang peneliti temukan yang membahas tentang kecemasan dan motivasi :

Vivin, Marpaung, W., dan Manurung, Y. S (2019) dalam penelitiannya berjudul “Kecemasan dan Motivasi Belajar”. Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui hubungan antara kecemasan dengan motivasi belajar, dengan hipotesis yang berbunyi terdapat hubungan negative antara kecemasan dengan motivasi belajar juga sebaliknya, semakin menurun kecemasan maka semakin meningkat dorongan belajar. Subjek dalam penelitian ini berjumlah 1.241 orang dan total sampel yang dipakai yaitu 275 orang siswa-siswi SMA Negeri 13 Medan yang terpilih menggunakan cara *disproportionate stratified random sampling*. Untuk mengukur kecemasan dan skala motivasi belajar data diperoleh dari skala HARS (*Hamilton Anxiety Rating Scale*). Menggunakan analisis korelasi

*Pearson Product Moment* melalui bantuan SPSS 17 for Windows. Kemudian penelitian ini memperoleh data yang menyatakan bahwa terdapat hubungan negatif yang signifikan antara kecemasan dengan motivasi belajar, dengan nilai koefisien korelasi *Pearson Product Moment* sebesar -0,219 dan nilai signifikansi sebesar 0,000 ( $p < 0,05$ ), artinya bertambah parahnya taraf kecemasan yang dirasakan murid-murid, akan bertambah jelek juga motivasi belajar mereka. Begitu juga sebaliknya, bertambah rendah taraf kecemasan yang murid-murid rasakan, maka akan bertambah bagus pula motivasi belajar yang dimilikinya.

Patuh Ardianto (2018) dalam penelitian berjudul “Gejala Kecemasan Pada Siswa Sekolah Menengah Kejuruan”. Tujuan penelitian ini untuk mengetahui gejala dan tingkat kecemasan siswa sekolah menengah kejuruan. Dengan menggunakan pendekatan deskriptif sebanyak 30 siswa sebagai responden, menggunakan kuesioner yang mengadopsi Burn Inventory. Hasilnya menunjukkan bahwa siswa mengalami gejala kecemasan pada tingkat sedang, yaitu siswa mengalami kecemasan pikiran. Gejala kecemasan ini dapat mengganggu proses belajar siswa karena kecemasan pada tingkat tersebut siswa menjadi sulit untuk berkonsentrasi, khawatir tentang banyak hal, dan melamun.

Widodo S, S. A., Laelasari., Sari, R. M., Nur, I. R. D, dan Putrianti, F. G. (2017) dalam penelitiannya yang berjudul “Analisis faktor tingkat kecemasan, motivasi dan prestasi belajar mahasiswa”. Bertujuan untuk mengetahui hubungan antara tingkat kecemasan dan motivasi belajar



mahasiswa secara simultan terhadap prestasi belajar mahasiswa pada mata kuliah matematika. jenis penelitian ini termasuk dalam penelitian *ex-post facto*. Seluruh siswa yang mengambil mata kuliah matematika pada tahun akademik 2013 – 2014 merupakan populasi dari penelitian ini, dengan sejumlah 125 mahasiswa, menggunakan teknik *simple random* diperoleh sebanyak 80% dari populasi artinya berjumlah 100 mahasiswa yang mengambil mata kuliah matematika. Untuk mengukur tingkat kecemasan menggunakan skala *Hamilton Anxiety Rating Scale (HARS)*, sedangkan angket motivasi belajar berdasarkan pada indikator yang mengacu dari Sardiman (2011). Analisis data dengan teknik analisis korelasi dan regresi. Hasil penelitian menunjukkan bahwa ada hubungan antara tingkat kecemasan terhadap prestasi belajar.

I Putu Agus Apriana (2018) dalam penelitiannya berjudul “Tingkat Kecemasan Siswa SMK Menghadapi Ujian Nasional Berbasis Komputer 2018”. Tujuan penelitian ini yaitu untuk mengetahui tingkat kecemasan murid SMK di Kuta dalam menghadapi UNBK tahun 2018. Jenis penelitian ini adalah penelitian survey deskriptif. Subjek penelitian ini yaitu murid SMK Prshanti Nilayam kelas XII pada tahun ajaran 2017/2018. Untuk menentukan jumlah sampel yaitu menggunakan Teknik *simple random sampling* yang diperoleh hasil berjumlah 40 murid. Pengumpulan data dengan kuesioner kecemasan kemudian dianalisis dengan bantuan *Microsoft Excel*. Penelitian memperoleh hasil bahwa dalam menghadapi UNBK tahun pelajaran 2017/2018 siswa SMK di Kuta mengalami

kecemasan sebanyak 4 orang siswa (10%) pada tingkat rendah, 18 orang siswa (45%) pada tingkat sedang, 15 orang siswa (37,5%) pada tingkat tinggi dan sebanyak 3 orang siswa (7,5%) pada tingkat sangat tinggi.

Fajar Rinawati dan Sucipto (2019) dalam penelitiannya berjudul “Hubungan antara Stres, Motivasi dan Hasil Belajar Mahasiswa”. Tujuan penelitian ini yaitu untuk mengetahui hubungan antara motivasi dan stres terhadap prestasi belajar mahasiswa Akademi Keperawatan Dharma Husada Kediri. Jenis penelitian ini adalah kuantitatif korelasional menggunakan pendekatan cross sectional. Populasi penelitian ini yaitu mahasiswa Akademi Keperawatan Dharma Husada Kediri berdasarkan karakteristik inklusi yang telah ditetapkan. Populasi penelitian berjumlah 39 subjek, memakai teknik simple random sampling. Diperoleh hasil penelitian dengan nilai p-value 0.564 (untuk stres) dan 0.206 (untuk motivasi) bahwa tidak berpengaruh secara signifikan antara motivasi ataupun stress pada hasil belajar mahasiswa. Hal tersebut bisa terjadi karena akademi Keperawatan Dharma Husada Kediri memiliki mekanisme dalam proses pembelajaran yang tersistem maka dari itu dapat menurunkan stres mahasiswanya sehingga dapat meningkatkan dorongan belajar mahasiswa, dan memberikan dampak positif pula terhadap meningkatnya nilai Indeks Prestasi Kumulatif mahasiswa.

Barseli M., Ahmad R., dan Ifdil I. (2018) dalam penelitian berjudul “Hubungan Stres Akademik Siswa Dengan Hasil Belajar”. Penelitian ini bertujuan untuk menjelaskan stres akademik yang dirasakan siswa,

menjelaskan hasil belajar siswa, untuk mengetahui hubungan stres akademik dengan hasil belajar siswa. Jenis penelitian ini adalah deskriptif korelasional dengan populasi berjumlah 139 orang. Instrumen yang dipakai yaitu skala stres akademik. Teknik analisis statistik deskriptif digunakan untuk mengetahui hasil pertanyaan penelitian 1 dan 2, kemudian untuk menjawab pertanyaan 3 pakai analisis korelasional menggunakan *Pearson Correlation* dibantu program computer. Hasil penelitian menunjukkan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara stres akademik dengan hasil belajar siswa SMAN 10 Padang, diketahui bahwa keadaan stres akademik siswa SMAN 10 Padang berada pada kategori sedang, dan hasil belajar SMAN 10 Padang dikategorikan cukup.

Laras A.S., Octa R. S., Ismalia H., dan Woro Pramesti (2021) dalam penelitiannya berjudul “Hubungan Stres dengan Motivasi Belajar Mahasiswa disaat Pandemi Covid-19”. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui frekuensi stres dan motivasi belajar pada mahasiswa/i fakultas kedokteran Universitas Malahayati pada masa pandemic Covid-19. Analisis penelitian ini menggunakan metodologi kuantitatif dengan pendekatan cross sectional. Alat ukur yang digunakan yaitu angket *Depression Anxiety Stress Scales 42* (DASS 42) dan angket motivasi belajar. Diperoleh hasil bahwa sebaran variabel stress tertinggi (43,3%) yaitu tingkat stress sedang dan variabel motivasi belajar tertinggi (48,3%) merupakan tingkat motivasi belajar sedang. Kemudian diketahui bahwa terdapat hubungan antara stres

dengan motivasi belajar, variabel dengan stres diperoleh nilai  $P = 0,000$  dan hasil koefisien korelasi  $r = -0,511$ .

Dita Cahyatiningsih, Ita Apriliyani dan Arni Nur Rahmawati (2022) dalam penelitian berjudul “Depresi Remaja Dengan Orang Tua Tunggal”. Tujuan penelitian ini untuk mengetahui gambaran remaja depresi di SMK Muhammadiyah Bumiayu yang mempunyai orang tua tunggal. Dengan pendekatan kuantitatif dan metode rancangan deskriptif. Teknik sampling dengan jumlah sampling 60 subjek dengan kriteria mempunyai orang tua tunggal. Pengambilan data menggunakan skala *Depression Anxiety Stress Scale* (DASS) yang diadopsi oleh Damanik dan diambil 14 item skala depresi. Hasil penelitian menyatakan depresi remaja yang mempunyai orang tua tunggal berjumlah 12 remaja (23,1%) mengalami depresi sedang, 8 remaja (15,4%) mengalami depresi ringan, dan dalam keadaan normal sebanyak 32 remaja (61,5%).

Ahmetović, Emnijeta., Senad Bećirović, dan Vildana Dubravac (2020) dalam penelitiannya berjudul “Motivasi, Kecemasan, dan Kinerja Siswa”. Tujuan dari penelitian ini adalah untuk menguji kecemasan dan motivasi kelas berbicara bahasa asing dalam bahasa Inggris sebagai bahasa asing sehubungan dengan gender dan tingkat kelas serta dampaknya pada kinerja EFL siswa. Sampel penelitian berjumlah 160 orang (SMP dan SMA) siswa. Skala Kecemasan Kelas Bahasa Asing (FLCAS) dan Skala Motivasi Berbicara digunakan untuk mengumpulkan data. Hasil penelitian menunjukkan bahwa kecemasan kelas bahasa asing dan motivasi intrinsik

berhubungan negatif satu sama lain, sedangkan motivasi ekstrinsik dan motivasi secara signifikan berhubungan positif dengan kecemasan di kelas bahasa asing. Bahkan Meskipun terdapat perbedaan yang tidak signifikan antara motivasi berbicara laki-laki dan perempuan Bahasa Inggris sebagai bahasa asing, kecemasan di kelas bahasa asing dipengaruhi secara signifikan jenis kelamin. Hasil ANOVA satu arah menunjukkan bahwa tingkat kelas tidak berpengaruh terhadap menggabungkan variabel dependen kecemasan kelas bahasa asing, sementara itu mempunyai pengaruh yang signifikan berpengaruh terhadap motivasi berbicara. Lebih lanjut, temuan menunjukkan bahwa motivasi intrinsik secara keseluruhan dan motivasi intrinsik untuk mengalami stimulasi merupakan prediktor signifikan terhadap EFL siswa prestasi, sedangkan ketakutan komunikasi sebagai faktor kecemasan kelas bahasa asing memiliki hubungan negatif dengan prestasi EFL siswa. Penelitian ini menyediakan instruktur dengan pedoman tentang bagaimana membuat ruang kelas mereka menjadi lingkungan yang kondusif bagi perkembangan tingkat motivasi berbicara yang lebih tinggi dan tingkat kecemasan yang lebih rendah dengan tujuan untuk meningkatkannya kinerja siswa.

Berdasarkan penelitian yang telah disebutkan tersebut, perbedaan penelitian sebelumnya dengan penelitian ini antara lain :

1. Keaslian Topik

Penelitian ini memiliki satu variabel bebas yaitu kecemasan yang dihubungkan dengan motivasi siswa. Sama dengan penelitian

dari Vivin, Marpaung, W., dan Manurung, Y. S (2019). Sedangkan penelitian sebelumnya dihubungkan dengan variabel lain, seperti stress, dan hasil belajar diteliti oleh Fajar Rinawati dan Sucipto (2019).

## 2. Keaslian Teori

Pada penelitian ini, peneliti menggunakan teori teori anxiety dari Aaron Beck dan teori motivasi dari Syamsu Yusuf. Teori tersebut memiliki perbedaan teori motivasi yang digunakan dalam penelitian Barseli M., Ahmad R., dan Ifdil I. (2018). Dan perbedaan teori dengan penelitian Vivin, Marpaung W., dan Marung Y. S. (2019) yang menggunakan teori motivasi dari Keller, dan teori kecemasan dari Hamilton, penelitian Savira, L.A (2021) menggunakan teori motivasi dari Uno. Kemudian Widodo, dkk (2017) menggunakan teori motivasi dari Sardiman.

## 3. Keaslian Alat Ukur

Pada penelitian ini, peneliti menggunakan alat ukur DASS (*Depression, Anxiety and, Stress Scale*) untuk mengukur Kecemasan. Beberapa penelitian telah menggunakan instrumen DASS dan terbukti valid dan reliabel sebagai alat ukur (Osman et al., 2014; Yohannes et al., 2019; Le et al., 2017). Dan untuk mengukur motivasi menggunakan alat ukur *Academic Motivation Scale* (AMS). AMS merupakan alat ukur motivasi yang berlandaskan teori Self

Determination yang dicetuskan oleh Ryan dan Deci (Vallerand et al., 1992).

#### 4. Keaslian Subjek

Pada penelitian ini, peneliti akan menggunakan subjek siswa SMK. Terdapat perbedaan pada penelitian yang dilakukan oleh Vivin, Marpaung, W., dan Manurung, Y. S (2019) yang menggunakan subjek siswa SMA.

## **BAB II**

### **DASAR TEORI**

#### **A. Motivasi**

##### 1. Definisi Motivasi

Sardiman (2011) berpendapat motivasi berasal dari kata motif yang berarti daya upaya yang mendorong seseorang untuk melakukan sesuatu. M. Sobary Sutikno (2012) menyatakan motivasi berasal dari kata motif yang bisa berarti sebagai daya penggerak yang terdapat pada diri seseorang untuk melaksanakan kegiatan guna mencapai suatu tujuan. Bahkan motif atau pola bisa dipahami sebagai keadaan internal (kesiapsiagaan).

Motivasi belajar menurut Maslow (2004) adalah kecondongan siswa untuk terlibat aktivitas pembelajaran dengan dorongan keinginan dalam menggapai kinerja atau prestasi sebaik mungkin, juga sebagai kebutuhan untuk mengoptimalkan potensi kapasitas individu secara maksimal, sehingga dapat berbuat yang lebih baik, lebih kreatif, dan unggul.

Menurut Suhana (2014) dorongan belajar adalah kekuatan (power motivation), daya pendorong (driving force), atau alat untuk membentuk kemauan. Minat dalam diri siswa secara positif, efektif, kreatif, berinovatif, dan menyenangkan dalam rangka perubahan perilaku baik dalam aspek kognitif, emosional, dan psikomotor.



Motivasi berfungsi untuk mengarahkan tindakan untuk menggapai tujuan yang diinginkan, sehingga menimbulkan perilaku belajar dan motivasi berfungsi untuk mendorong individu menjalankan suatu perilaku (Sarinah & Mardalena, 2017). Menurut Eryilmaz dan Mammadov (2016), motivasi belajar merupakan suatu kekuatan yang mengarahkan tindakan belajar individu agar setiap tindakannya memiliki semangat, arah, serta ketekunan.

Berdasarkan pendapat ahli diatas dapat disimpulkan bahwa motivasi adalah daya penggerak perilaku untuk mencapai tujuan dengan aktif, kreatif, efektif, inovatif, dan menyenangkan sehingga memandang segala hal dengan sudut pandang yang positif.

## 2. Dimensi Motivasi

Dimensi motivasi belajar yang digunakan dalam penelitian ini berdasarkan pada *self-determination theory*. Menurut Ryan dan Deci (2011), *self-determination theory* pada siswa menjelaskan bahwa terlepas dari pengetahuan, keterampilan, dan latar belakang siswa, mereka memiliki kebutuhan psikologis bawaan yang mendasari mereka agar memiliki motivasi untuk meningkatkan kemandirian dan mengembangkan kondisi psikologis yang baik. Kebutuhan psikologis yang berhubungan dengan *self-determination* sangat penting bagi keberlangsungan perkembangan, integritas, dan *well-being* individu. Dimensi dari motivasi belajar adalah sebagai berikut:

- a) *Amotivation*, merupakan tingkatan terendah dari motivasi. Individu dengan tingkat amotivation yang tinggi cenderung memiliki motivasi sangat rendah untuk melakukan suatu tindakan, mereka juga sulit termotivasi secara intrinsik maupun ekstrinsik, serta meyakini bahwa setiap tindakan yang mereka lakukan adalah konsekuensi dari sesuatu di luar kendalinya.
- b) *External motivation*, merupakan tingkatan motivasi yang lebih tinggi daripada *amotivation*. Individu dengan tingkat motivasi seperti ini melakukan suatu aktivitas untuk memuaskan kebutuhan eksternalnya atau untuk mencapai suatu reward yang bersifat ekstrinsik. *External motivation* dapat dibagi menjadi tiga subindikator, yaitu *identified regulation*, *introjected regulation*, dan *external regulation* yaitu motivasi perilaku yang dikendalikan oleh reward dan punishment dari dalam diri sendiri, seperti ego, rasa bersalah, dan kecemasan.
- c) *Internal motivation*, merupakan motivasi perilaku yang lebih bersifat otonom atau bermula dari dalam diri individu. Internal motivation dapat dibagi menjadi tiga subindikator, yaitu *intinsic motivation to know* atau dorongan yang merujuk kesenangan dan kepuasan dalam melakukan aktivitas yang mempelajari, mengeksplorasi dan memahami sesuatu yang baru. *Intrinsic motivation toward accomplished things*, dorongan yang merujuk pada kesenangan dan kepuasan individu ketika terlibat aktivitas yang berhubungan membuat sesuatu yang baru atau pencapaian tertentu. Dan *intrinsic*

*motivation to experience stimulation*, yaitu segalaaktivitas yang membuat individu dapat merasakan sensasi kesenangan dan kepuasan ketika beraktivitas.

### 3. Faktor Motivasi

Menurut Yusuf (2009) motivasi belajar dapat timbul karena faktor internal dan eksternal:

#### 1) Faktor Internal

- a) Faktor Fisik, merupakan faktor yang mempengaruhi dari tubuh dan penampilan individu. Faktor fisik meliputi nutrisi (gizi), kesehatan, dan fungsi-fungsi fisik terutama panca indera.
- b) Faktor Psikologis, merupakan faktor intrinsik yang berhubungan dengan aspek-aspek yang mendorong atau menghambat aktivitas belajar pada siswa. Faktor ini menyangkut kondisi rohani siswa, seperti marah, sedih, stress, cemas, semangat, bahagia. Menurut Sardiman (2011) kondisi mental seperti: perasaan khawatir, takut, tertekan, gelisah dan sebagainya.

#### 2) Faktor Eksternal

- a) Faktor Sosial, adalah faktor yang bermula dari orang-orang di lingkungan sekitar siswa. Faktor sosial diantaranya teman sebaya, orang tua, konselor, guru, tetangga, dan lain-lain.
- b) Faktor Non-sosial, adalah faktor yang bermula dari kondisi atau keadaan fisik di sekitar siswa. Faktor non-sosial diantaranya kondisi atmosfer (cuaca dingin dan panas), waktu (pagi, siang,

atau malam), lokasi (bising, sepi, atau kualitas dari tempat siswa bersekolah), dan fasilitas belajar (sarana dan prasarana).

Sedangkan menurut Dimiyati dan Mudjiono (2010) ada beberapa unsur yang mempengaruhi motivasi belajar yaitu :

- 1) Cita-cita atau aspirasi siswa, cita-cita seorang siswa bisa bertahan lama, bahkan seumur hidup. Keinginan siswa untuk “menjadi seseorang” akan memperkokoh semangat mereka untuk belajar dan akan membimbing mereka terlibat dalam pembelajaran.
- 2) Kemampuan belajar, diantara beberapa aspek psikologis yang ada pada diri siswa. Seperti perhatian, pengamatan, imajinasi, daya berpikir, dan ingatan.
- 3) Kondisi Jasmani dan Rohani Siswa, kondisi siswa seperti kondisi jasmani (fisik) dan rohani (mental) bisa mempengaruhi motivasi belajar. Seperti seorang siswa yang lapar, sakit, mengantuk atau keadaan emosi seperti cemas, marah-marah, atau stres yang mengganggu fokus atau perhatian belajar siswa.
- 4) Kondisi Lingkungan siswa, yaitu lingkungan tempat tinggal atau keluarga, keadaan alam, lingkungan pergaulan atau teman sebaya, dan kehidupan masyarakat.
- 5) Unsur-unsur Dinamis Belajar, merupakan unsur-unsur yang keberadaannya selama kegiatan belajar tidak stabil, kadang rendah atau bahkan tidak ada sama sekali. Unsur dinamis pada

siswa terkait keadaan siswa yang memiliki kemauan, pikiran, dan perhatian yang mengalami perubahan berkat pengalaman hidup yang diberikan oleh lingkungan siswa.

- 6) Upaya Guru Membelajarkan Siswa, upaya yang dimaksud yaitu seperti apa guru mempersiapkan dirinya pada pembelajaran siswa dimulai dari pemahaman materi, caranya menjelaskan, bagaimana caranya menarik perhatian siswa, dan mengatur tata tertib di kelas maupun sekolah.

Dari sejumlah teori yang sudah dijelaskan diatas peneliti menyimpulkan memilih faktor internal, yaitu faktor psikologis. Faktor psikologis adalah faktor intrinsik yang berhubungan dengan aspek-aspek yang mendorong atau menghambat aktivitas belajar pada siswa yang berkaitan dengan kondisi rohani siswa, seperti: perasaan marah, khawatir, takut, tertekan, gelisah, sedih, yang kemudian peneliti spesifikkan dengan kecemasan.

## **B. Kecemasan**

### **1. Definisi Kecemasan**

Semua orang bisa mengalami kecemasan baik anak muda maupun orang tua. Akuntono (2012) berpendapat kecemasan adalah keadaan psikis individu sebab mendapat tekanan, tantangan, dan dituntut untuk mampu menggapai tujuan. Menurut Nasir (2011) cemas bisa berupa khawatir, perasaan tidak nyaman, tidak menentu atau rasa sangat takut

yang disebabkan akibat dari suatu perasaan yang mengancam atau ancaman dimana kecemasan tersebut tidak diketahui pasti sumbernya.

Jannah (2013) membicarakan individu yang mengalami kecemasan ditimbulkan lantaran menemukan keadaan yang tampak berada diluar kontrol mereka, perasaan tidak bisa mengontrol apa yang terjadi dan tidak berdaya adalah inti dari teori kecemasan, karena perasaan khawatir adalah emosi yang sangat tidak menyenangkan, maka rasa cemas bisa ditangani dengan kemampuan emosi untuk mengontrol kondisi yang sedang dihadapi. Gangguan kecemasan dapat mengakibatkan sindrom distress seperti sesak napas, gemetar, sakit kepala, henti jantung, dan sindrom lainnya (Sadock et al, 2017).

Berdasarkan beberapa pendapat diatas dapat peneliti simpulkan bahwa cemas atau anxiety adalah reaksi emosional individu seperti rasa khawatir dan takut tanpa sebab, tidak pasti dan tidak spesifik yang dapat menimbulkan perasaan tidak aman yang dirasa cukup menekan, karena itu individu merasa tidak berdaya dan tidak mampu untuk mengendalikannya.

## 2. Aspek Kecemasan

Gail W. Stuart (2006) mengklarifikasikan kecemasan menjadi respon perilaku, afektif dan kognitif antara lain:

- a. Perilaku: ketegangan fisik, gelisah, bicara cepat, tremor, menghindar dan menarik diri dari hubungan interpersonal.

- b. Kognitif: perhatiannya teralihkan, bingung, pelupa, terlalu waspada, takut cedera atau kematian dan mimpi buruk
- c. Afektif: mudah terganggu, gugup, tidak sabar, stres, takut, khawatir, kecemasan, dan malu.

Kecemasan menurut Aaron Beck yaitu adanya hubungan dengan distorsi kognitif yang tersusun dari 3 kategori yaitu :

- a. penyimpangan kognitif individu yang memandang negatif dirinya
- b. penyimpangan kognitif yang melihat pengalaman secara negative
- c. penyimpangan kognitif yang melihat masa depan negatif.

Berdasarkan pemaparan diatas peneliti memilih menggunakan aspek kecemasan menurut Aaron Beck sebagai dasar dari alat ukur yang akan digunakan.

### **C. Dinamika Psikologi Hubungan Kecemasan dengan Motivasi**

Berdasarkan kerangka berfikir yang telah diuraikan diatas, terdapat keterkaitan antara kecemasan dengan motivasi. Dalam kehidupannya setiap orang memiliki cara yang berbeda dalam menyikapi suatu kecemasan. Menurut Akuntono (2012) kecemasan adalah keadaan mental individu yang terjadi sebab adanya tuntutan untuk mencapai tujuan tertentu, tekanan, dan tantangan. Menurut Atkinson (2001) kecemasan ialah perasaan tidak menyenangkan, yang ditandai dengan istilah-istilah seperti keprihatinan, kekhawatiran, dan rasa takut yang kadang-kadang dialami pada taraf yang berbeda.

Apabila siswa mengalami kecemasan, biasanya ciri-ciri yang nampak berupa gelisah, takut, khawatir, lemas, jantung berdebar, tidak percaya diri atau merasa tidak mampu dengan kemampuannya, anggota tubuh menjadi dingin (Nevid, dkk, 2003). Maka dari itu kecemasan yang tinggi dapat mengganggu belajar siswa. Kirklan (dalam Slameto, 2010) menyatakan bahwa kecemasan tingkat sedang biasanya mendorong belajar, sedangkan kecemasan tingkat tinggi dapat mengganggu belajar. Maka dari itu perlu adanya kecerdasan emosi agar bisa meningkatkan motivasi. Asy'ari, Ekayati, dan Matulesy (2014) telah membuktikan bahwa kecerdasan emosi adalah salah satu faktor internal yang berpengaruh positif dan juga signifikan terhadap motivasi belajar.

Motivasi belajar menurut Maslow (2004) merupakan kecondongan murid dalam melaksanakan aktivitas belajar yang didorong oleh hasrat untuk menggapai prestasi atau hasil belajar sebaik mungkin, dan juga merupakan kebutuhan untuk memperkaya kemampuan diri secara maksimal, sehingga mampu bertindak secara yang lebih kreatif, baik, dan berprestasi. Sesuai

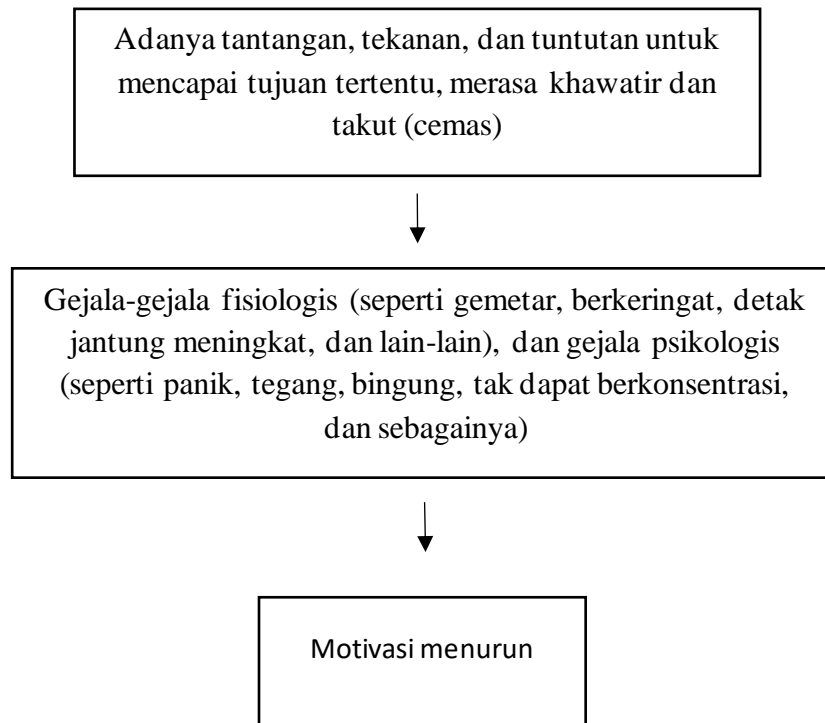


pendapat Suhana (2014) motivasi belajar merupakan kekuatan (power motivation), daya pendorong (driving force), atau alat pembangun kesediaan dan hasrat yang kuat pada diri siswa buat belajar secara efektif, kreatif, aktif, inovatif, dan menyenangkan dalam rangka perubahan perilaku baik dalam aspek psikomotor, afektif, dan juga kognitif.

Sesuai dengan penelitian Azrai, Evriyani, dan Prastya (2016) di kelas X MIA SMA Negeri 21 Jakarta yang berjumlah 122 murid memberitahukan bahwa terdapat hubungan negatif antara kecemasan dengan motivasi belajar. Siswa yang memiliki kecemasan rendah akan mempunyai dorongan dan energi dalam melakukan aktivitas belajar untuk mempersiapkan diri dengan baik. Berlainan pada siswa yang mempunyai rasa cemas dan khawatir berlebih bisa merasa tidak bersemangat dalam menjalani aktivitas belajar.

Dari uraian diatas bisa peneliti simpulkan, kecemasan mempunyai pengaruh pada motivasi. Semakin besar kecemasan siswa maka akan semakin kecil motivasi siswa. Sesuai dengan penelitian yang dilakukan oleh Vivin, Marpaung, dan Manurung (2019), menunjukkan adanya hubungan negatif yang signifikan antara kecemasan dengan motivasi belajar pada siswa-siswi SMA Negeri 13 Medan, artinya semakin besar tingkat kecemasan yang dirasakan murid-murid, maka semakin kecil pula motivasi belajar mereka, dan sebaliknya semakin kecil kecemasan yang dirasakan murid-murid, maka semakin besar motivasi belajar yang dimilikinya.

### **Bagan 1. Dinamika Hubungan Antara Kecemasan dan Motivasi**



#### **D. Hipotesis**

Hipotesis yang digunakan dalam penelitian ini adalah “Terdapat hubungan negatif antara kecemasan dan motivasi belajar siswa SMK di Indonesia” artinya semakin besar kecemasan maka semakin kecil motivasi. Sebaliknya, semakin kecil kecemasan maka semakin besar motivasi.

## **BAB III**

### **METODE PENELITIAN**

#### **A. Identifikasi Variabel Penelitian**

Variabel merupakan suatu atribut, sifat atau nilai orang, objek atau aktivitas yang mempunyai variasi eksklusif yang ditentukan peneliti buat dipelajari untuk kemudian ditarik kesimpulan (Suseno, 2012). Dalam penelitian ini terdapat dua variable yang digunakan oleh peneliti yakni variabel bebas dan variabel terikat.

1. Variabel bebas atau yang sering disebut variabel predictor, menurut Suseno (2012) yaitu variabel yang berpengaruh atau yang menjadi penyebab perubahan pada variabel terikat. Variabel bebas dalam penelitian ini adalah kecemasan.
2. Variabel terikat atau yang sering disebut variabel kriteria, menurut Suseno (2012) yaitu variabel yang terkena pengaruh atau yang terjadi akibat karena adanya variabel bebas. Variabel terikat dalam penelitian ini adalah motivasi.

#### **B. Definisi Operasional Variabel Penelitian**

1. Motivasi

Motivasi belajar merupakan Kekuatan yang mengarahkan perilaku belajar, serta dapat digunakan untuk memunculkan, mengarahkan, dan mempertahankan perilaku yang sesuai dengan tujuan pembelajaran, sehingga siswa akan tergerak untuk melakukan suatu perilaku yang mengarah pada target pembelajaran. Motivasi belajar dalam penelitian

ini diukur menggunakan tiga dimensi dari Ryan dan Deci, yaitu, amotivation, intrinsic motivation, dan extrinsic motivation.

Skala yang digunakan yakni *Academic Motivation Scale* (AMS). AMS adalah alat ukur motivasi berdasarkan teori *Self Determination* yang dicetuskan oleh Ryan dan Deci (Vallerand et al., 1992). Penelitian Marvianto dan Widhiarso (2019) sudah memakai instrument AMS dan terbukti reliable dan valid untuk dijadikan sebagai alat ukur.

## 2. Kecemasan

Kecemasan merupakan reaksi emosional individu seperti rasa khawatir dan takut tanpa sebab, tidak pasti dan tidak spesifik yang dapat menimbulkan perasaan tidak aman yang dirasa cukup menekan, karena itu individu merasa tidak berdaya dan tidak mampu untuk mengendalikannya.

Skala yang dipakai merupakan skala *Depresi Anxiety Stres Scale* (DASS) yang dibuat oleh Lovibond (1995). Beberapa penelitian sudah memakai alat ukur DASS dan terbukti reliable dan valid untuk dijadikan skala pengambilan data (Osman et al., 2014; Yohannes et al., 2019; Le et al., 2017).

## C. Populasi dan Sampel Penelitian

### 1. Populasi

Sugiyono (2019) berpendapat populasi merupakan wilayah generalisasi yang tersusun dari obyek/subyek yang memiliki kuantitas dan karakteristik tertentu yang telah dipilih oleh peneliti untuk dipelajari

dan kemudian ditarik kesimpulannya. Populasi yang digunakan pada penelitian ini ialah siswa SMK Negeri X di Kabupaten Kendal yang berjumlah 1480.

## 2. Sampel

Menurut Azwar (2012) sampel merupakan sebagian dari populasi. Penentuan sampel dalam penelitian ini menggunakan teknik sampling jenuh. Sampling Jenuh yaitu teknik penentuan sampel bila semua anggota populasi digunakan sebagai sampel (Sugiyono, 2014). Sampel pada penelitian ini diambil dengan menggunakan G\*Power (Faul et.al., 2009). G\*Power merupakan program analisis daya yang berdiri sendiri untuk banyak menguji statistik yang bisa digunakan dalam ilmu sosial, perilaku, dan biomedis (Faul et.al., 2009).

G\*Power yang digunakan ialah yang *Family Test (Exact)*, dan statistical test yang *Correlation: Bivariate normal model, R<sup>2</sup> deviation from zero, Type of power analysis yang a priori: Compute required sampel size-given  $\alpha$ , power and effect size*. Hasil dari analisis tersebut menunjukkan bahwa ukuran sampel yang dibutuhkan oleh penelitian ini adalah 161 responden, namun karena peneliti mendapatkan 1381 responden sehingga penelitian ini menggunakan 1381 responden.

## D. Metode dan Alat Pengumpulan Data

Pengumpulan data ialah suatu teknik yang dipakai peneliti buat menyatukan data yang diperlukan pada sebuah penelitian, terdapat beberapa metode yang dapat digunakan dalam pengumpulan data salah satunya

dengan skala psikologi. Skala psikologis yang dipakai dalam penelitian ini merupakan skala replikasi yang terdiri dari skala *Depresi Anxiety Stress Scale* (DASS) dan *Academic Motivation Scale* (AMS). Skala ini mengandung pernyataan yang bersifat favorable, yaitu pernyataan yang mendukung aspek yang diteliti.

#### 1. Skala Depresi Anxiety Stress Scale (DASS)

Alat ukur yang dipakai dalam penelitian ini yaitu skala DASS (*Depresi Anxiety Stress Scale*). Kuesioner ini sudah menjalani proses pengujian validitas oleh expert. Pada uji reliabilitas yang sudah dilakukan sebelumnya menunjukkan alfa cronbach dengan nilai 0,84 (Lovibond, 1992). dan pengujian validitas yang terbukti reliable dan valid jadi peneliti tidak perlu menguji reliabilitas dan validitasnya lagi.

Pada skala DASS ada 42 item yang ditanyakan NovoPsych (dalam Kusumadewi, 2020). Penyebaran gejala atau aitem yang mempengaruhi gangguan tertentu dapat dilihat pada table dibawah ini:

**Tabel 1. Pembagian Item atau Gejala terhadap Gangguan**

<b>Gangguan</b>	<b>No Item/Gejala</b>
Depresi	3, 5, 10, 13, 16, 17, 21, 24, 26, 31, 34, 37, 38, 42
Kecemasan	2, 4, 7, 9, 15, 19, 20, 23, 25, 28, 30, 36, 40, 41
Stress	1, 6, 8, 11, 12, 14, 18, 22, 27, 29, 32, 33, 35, 39

(NovoPsych. 2023)

Self assesment dilaksanakan dengan cara memasukkan nilai sebagai berikut, 3: sering terjadi pada setiap item, 2: kadang terjadi,

1: jarang terjadi atau 0: tidak terjadi. Hasil akhir untuk DASS-42 dapat dinilai berdasarkan total skor tingkat gangguan, sehingga maksimal total skor pada kecemasan adalah sebesar  $3 \times 14 = 42$ .

**Tabel 2. Tingkat keparahan setiap gangguan**

Gangguan	Tingkat Keparahannya				
	Normal	Ringan	Sedang	Berat	Sangat Berat
Depresi	0-9	10-13	14-20	21-27	28+
Kecemasan	0-7	8-9	10-14	15-19	20+
Stress	0-14	15-18	19-25	26-33	34+

## 2. Skala Academic Motivation Scale (AMS)

Dalam penelitian ini skala motivasi Academic Motivation Scale disusun berdasarkan konstruk teori *Self Determination* yang disusun oleh Ryan dan Deci (Vallerand et al., 1992). AMS tersusun dari 28 buah pernyataan yang mengukur tujuh jenis motivasi. Ketujuh jenis motivasi ini adalah turunan jenis motivasi yaitu *intrinsic motivation*, *extrinsic motivation* dan *amotivation* yang terdapat dalam *Self Determination Theory* (Vallerand et al., 1992). Hasil perhitungan reliabilitas dari skala motivasi belajar menggunakan koefisien alpha Cronbach melalui bantuan aplikasi SPSS 26, didapatkan koefisien reliabilitas sebesar 0,73 hingga 0,90 (Marvianto & Wahyu, 2018).

**Tabel 3. Blueprint Skala Motivasi**



No	Dimensi	Indikator	Butir <i>Favorable</i>	Jumlah
1	<i>Intrinsic Motivation</i>	<i>Intrinsic Motivation To Know (IMTK)</i>	1, 2, 3, 4	4
		<i>Intrinsic Motivation Toward Accomplished things (IMTA)</i>	5, 6, 7, 8	4
		<i>Intrinsic Motivation To Experience stimulation (IMTE)</i>	9, 10, 11, 12	4
2	<i>Extrinsic Motivation</i>	<i>Identified Regulation (IR)</i>	13, 14, 15, 16	4
		<i>Introjected Regulation (INR)</i>	17, 18, 19, 20	4
		<i>External Regulation (ER)</i>	21, 22, 23, 24	4
3	<i>Amotivation</i>	Tidak ada motivasi secara intrinsik atau ekstrinsik (AMO)	25, 26, 27, 28	4
			Total	28

Jawaban pada skala motivasi terdiri dari 7 macam pilihan yaitu: angka (1) sangat tidak setuju, angka (2) tidak setuju, angka (3) agak tidak setuju, angka (4) ragu-ragu, angka (5) agak setuju, angka (6) setuju, dan angka (7) sangat setuju.

## E. Validitas, Seleksi Aitem dan Reliabilitas Alat Ukur

### 1. Uji Validasi

Menurut Arikunto (2007), validitas merupakan kondisi yang mendeskripsikan taraf instrumen yang bersangkutan sanggup mengukur apa yang akan diukur. Sugiyono (2007) berpendapat instrumen yang

valid yaitu instrumen yang bisa dipakai buat mengukur apa yang seharusnya diukur. Pada penelitian ini tidak dilakukan validitas karena memakai alat ukur yang sudah ada dan sudah teruji validitasnya.

## 2. Reliabilitas Alat Ukur

Menurut Sugiyono (2014), instrumen yang reliabel berarti instrumen yang bila digunakan beberapa kali untuk mengukur obyek yang sama, akan menghasilkan data yang sama. Menurut Azwar (2007), pengukuran yang tidak dapat diandalkan akan memperoleh skor yang tidak reliabel karena adanya perbedaan skor diantara individu lebih ditentukan oleh faktor kesalahan daripada faktor variasi yang sebenarnya.

Pengukuran yang tidak dapat diandalkan tentu tidak akan konsisten pula dari waktu ke waktu. Reliabilitas dinyatakan dalam bentuk koefisien reliabilitas ( $r_{xx'}$ ) yang angkanya dalam rentang 0,00 sampai dengan 1,00 semakin mendekati 1,00 maka semakin tinggi dan jika reliabilitas koefisien yang angka 0,00 maka akan semakin rendah tingkat reliabilitasnya (Suseno, 2012). Hasil perhitungan reliabilitas dari skala motivasi belajar menggunakan koefisien alpha Cronbach melalui bantuan aplikasi SPSS 26, didapatkan koefisien reliabilitas sebesar 0,73 hingga 0,90 (Marvianto & Wahyu, 2018).

## F. Metode Analisis Data

Metode analisis data merupakan proses yang dilakukan untuk menjawab rumusan masalah dalam penelitian. Tujuannya adalah untuk

mendapatkan kesimpulan dari hasil penelitian. Penelitian ini akan menggunakan metode analisis data dengan bantuan *software SPSS 21 for Windows*. Adapun hal-hal yang dilakukan dalam analisis data kuantitatif dalam penelitian ini yaitu :

## 1. Uji Asumsi

### a. Uji Normalitas

Uji normalitas digunakan untuk mengetahui apakah data penelitian berdistribusi secara normal atau tidak dengan melihat nilai  $p$ . jika nilai menunjukkan ( $p > 0,05$ ) maka data dinyatakan berdistribusi normal, sedangkan jika hasil menunjukkan ( $p < 0,05$ ) maka data penelitian berdistribusi tidak normal (Suseno, 2012).

Distribusi normal ( $p > 0,05$ ) menunjukkan kesamaan antara sampel dan populasi. Selanjutnya, apabila data penelitian memiliki uji normalitas dengan nilai ( $p > 0,05$ ) maka bisa dilaksanakan pengolahan data dengan teknik statistik uji beda menggunakan pendekatan parametik, sebaliknya apabila data penelitian tidak mencukupi uji normalitas maka penelitian menggunakan pendekatan non parametik (Suseno, 2012). Uji normalitas dapat dilihat pada table *Kolmogorov-Smirnov* untuk melihat apakah data berdistribusi normal atau tidak.

### b. Uji Linieritas

Uji linieritas dihitung untuk mengetahui apakah data penelitian tersebut memiliki garis linier yang menunjukkan adanya

korelasi atau hubungan, baik positif atau negatif. Data linier dapat dilihat dengan hasil nilai  $p$ , apabila ( $p > 0,05$ ) maka dapat dikatakan data tidak linier, sebaliknya jika nilai  $p$  ( $p < 0,05$ ) maka data penelitian linier. Data penelitian yang memenuhi uji linieritas maka dapat dilakukan pengolahan data menggunakan teknik statistik uji hubungan, sebaliknya jika data tidak linier maka dilakukan pengolahan data menggunakan non parametik (Suseno, 2012).

## 2. Uji Hipotesis

Uji hipotesis pada penelitian ini menggunakan uji analisis korelasi pearson product moment. Korelasi pearson product moment yaitu teknik statistik yang dipakai untuk menguji ada tidaknya keterkaitan antara 1 variabel tergantung yang bersifat interval atau rasio. Jika nilai signifikan  $p > 0,05$  maka hipotesis ditolak, namun jika nilai  $p < 0,05$  maka hipotesis diterima (Suseno, 2012).

## **BAB IV**

### **PELAKSANAAN, HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN**

#### **A. ORIENTASIKANCAH**

##### **1. Orientasi Kanchah**

Penelitian ini dilakukan di SMK Negeri X di Kabupaten Kendal. Subjek yang digunakan dalam penelitian ini adalah siswa SMK Negeri X di Kabupaten Kendal yang berjumlah 1480 siswa.

SMK Negeri X di Kabupaten Kendal berdiri dari tahun 2006. Sekolah Menengah Kejuruan Negeri X di Kabupaten Kendal mempunyai luas tanah 30,240 m<sup>2</sup>. SMK Negeri X di Kabupaten Kendal mempunyai visi mencetak lulusan yang unggul, berkarakter, berjiwa wirausaha, berdaya saing global dengan berwawasan lingkungan.

Misi dari sekolah ini yaitu menyelenggarakan pembelajaran yang berbasis pada kebutuhan DUDIKA, mengembangkan karakter peserta didik melalui pembelajaran yang menyenangkan dan berpusat pada peserta didik dengan berbasis Profil Pelajar Pancasila dan Budaya Kerja, membangun sikap adaptif, kreatif, mandiri dan inovatif peserta didik terhadap peluang usaha untuk membentuk jiwa dan keterampilan berwirausaha, mengembangkan pembelajaran yang berbasis pada penguasaan IPTEK dan bahasa asing, menanamkan perilaku peserta didik untuk peduli terhadap pencegahan kerusakan, pengendalian pencemaran, dan pelestarian lingkungan.

## **B. PELAKSANAAN PENELITIAN**

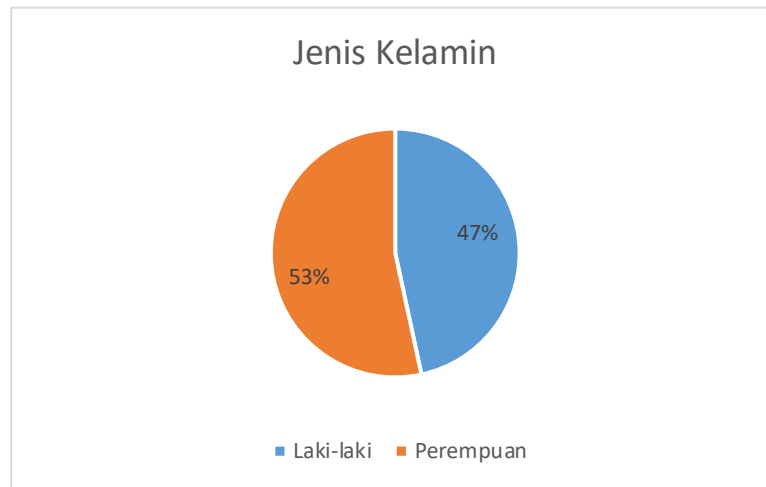
Pengambilan data dilakukan selama 13 hari, dimulai dari 17 Juli 2023 sampai 31 Juli 2023. Dalam penelitian ini prosedur pengambilan data dilakukan dengan membagikan kuesioner secara online. Alat ukur penelitian disebarakan melalui WhatsApp yang dititipkan kepada kepala sekolah, yang kemudian dibagikan kepada masing-masing wali kelas untuk dibagikan ke peserta didik. Responden mengisi alat ukur pada google form yang telah dilengkapi dengan *inform consent* didalamnya. Populasi pada penelitian ini berjumlah 1480, namun pada saat pelaksanaan mendapatkan responden sebanyak 1381, dan pada saat uji outlier yang gugur 111 subjek sehingga responden yang digunakan dalam penelitian ini berjumlah 1270.

## **C. HASIL PENELITIAN**

### **1. Kategorisasi Subjek**

Kategorisasi subjek pada dasarnya bertujuan untuk melihat sebaran subjek dalam satu kurve normal. Dalam suatu penelitian perlu dijelaskan bagaimana keadaan sebaran skor subjek penelitian, apakah tergolong rendah, sedang, atau tinggi, dan menjelaskan berapa prosentase masing-masing kategori (Suseno, 2012).

**Diagram 1. Kategori Subjek Berdasarkan Jenis Kelamin**



Berdasarkan diagram diatas dari total subjek yang berjumlah 1270, 53% diantaranya adalah perempuan dengan jumlah 678 orang dan 47% diantaranya adalah laki-laki dengan jumlah 592 orang.

**Tabel 4 Kategorisasi Subjek Berdasarkan Jenis Kelamin**

Jenis Kelamin	Kategorisasi Kecemasan			Kategorisasi Motivasi		
	Rendah	Sedang	Tinggi	Rendah	Sedang	Tinggi
Laki-laki	521 (88%)	69 (11,7%)	2 (0,3%)	0	4 (0,7%)	588 (99,3%)
Perempuan	501 (73,9%)	159 (23,5%)	18 (2,7%)	0	2 (0,3%)	676 (99,7%)

Berdasarkan tabel di atas, dapat dilihat bahwa terdapat sebanyak 521 subjek dengan jenis kelamin laki-laki memiliki tingkat kategorisasi kecemasan rendah atau setara dengan 88% dari keseluruhan populasi. Pada kategorisasi kecemasan sedang sebanyak 69 subjek dengan presentase 11,7%, dan sebanyak 2 subjek memiliki tingkat kategorisasi kecemasan

tinggi dengan presentase 0.3%. Berdasarkan kategori motivasi dengan jenis kelamin laki-laki tidak ada subjek yang memiliki motivasi dalam kategori rendah. Kemudian subjek yang memiliki motivasi dalam kategori sedang sebanyak 4 subjek dengan presentase 0,7% dan subjek yang memiliki motivasi dalam kategori tinggi sebanyak 588 subjek dengan presentase 99,3%. Sehingga dapat disimpulkan bahwa tingkat kecemasan laki-laki secara umum tergolong rendah, dan pada tingkat motivasi laki-laki tergolong tinggi.

Berdasarkan jenis kelamin perempuan terdapat sebanyak 501 subjek dengan presentase 73.9% memiliki tingkat kategorisasi kecemasan rendah dari keseluruhan populasi. Pada kategorisasi kecemasan sedang sebanyak 159 subjek dengan presentase 23,5%, dan sebanyak 18 subjek memiliki tingkat kategorisasi kecemasan tinggi dengan presentase 2,7%. Berdasarkan kategori motivasi dengan jenis kelamin perempuan tidak ada subjek yang memiliki motivasi dalam kategori rendah. Kemudian subjek yang memiliki motivasi dalam kategori sedang sebanyak 2 subjek dengan presentase 0,3% dan subjek yang memiliki motivasi dalam kategori tinggi sebanyak 676 subjek dengan presentase 99,7%. Sehingga dapat disimpulkan bahwa tingkat kecemasan perempuan secara umum tergolong rendah, dan pada tingkat motivasi perempuan tergolong tinggi.

Selanjutnya dari hasil skoring skala peneliti menggunakan tiga kategori rendah, sedang, dan tinggi, yang dapat dihitung sesuai mean



hipotetik dan mean empirik. Berikut skor hipotetik dan skor empirik dapat dilihat pada tabel di bawah ini:

**Tabel 5. Deskripsi Data Penelitian**

Variabel	Jumlah Aitem	Hipotetik				Empirik			
		Min	Max	Mean	SD	Min	Max	Mean	SD
Kecemasan	14	0	42	21	7	0	42	8,77	6,92
Motivasi	28	28	196	112	28	140	195	166,27	11,52

Keterangan :

Min : Minimum

Max : Maksimum

Mean : Rerata

SD : Standar Deviasi

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan maka data yang diperoleh dari Skala Kecemasan dan Skala Motivasi dijadikan dasar sebagai pengujian hipotesis. Skala kecemasan terdiri dari 14 aitem dan untuk setiap aitem diberi skor minimal 0 dan maksimal 3. Berdasarkan penghitungan hipotetik diperoleh perhitungan skor minimal 0 dan skor maksimal 42. Mean yang diperoleh adalah 21 dan standar deviasi yang diperoleh adalah 7. Sedangkan berdasarkan perhitungan empirik diperoleh perhitungan skor minimal 0 dan skor maksimal 42. Mean yang diperoleh adalah 8,77 dan standar deviasi yang diperoleh adalah 6,92.

Skala Motivasi terdiri dari 28 aitem dan untuk setiap aitem diberi skor minimal 1 dan maksimal 7. Berdasarkan penghitungan hipotetik diperoleh perhitungan skor minimal 28 dan skor maksimal 196. Mean yang diperoleh adalah 112 dan standar deviasi yang diperoleh adalah 28. Sedangkan berdasarkan perhitungan empirik diperoleh perhitungan skor minimal 140

dan skor maksimal 195. Mean yang diperoleh adalah 166,27 dan standar deviasi yang diperoleh adalah 11,52.

## 2. Kategorisasi Skor

Berikutnya peneliti membuat kategori skor. Kategorisasi skor bertujuan untuk melihat sebaran data yang diperoleh dari subjek, dalam kelompok-kelompok terpisah tergolong dalam kategori rendah, sedang, atau tinggi. Adapun rumus perhitungan kriteria masing-masing kategori dapat dilihat pada tabel 6 sebagai berikut :

**Tabel 6. Rumus Kategorisasi**

Kategori	Rumus Norma	Keterangan
Rendah	$X < M - 1 SD$	X = Skor Total
Sedang	$M - 1 SD \leq X \leq M + 1 SD$	M = Mean
Tinggi	$X > M + 1 SD$	SD=Standar Deviasi

### a. Kategorisasi Kecemasan

Berdasarkan rumus kategorisasi tersebut, maka subjek dikelompokkan dalam tiga kategori pada masing-masing skala penelitian. Kategorisasi kecemasan dapat dilihat pada tabel 7 berikut:

**Tabel 7 Kategorisasi Kecemasan**

Kategori	Skor Skala	Jumlah	Presentase
Rendah	$X < 14$	1022	80,5%
Sedang	$14 \leq X \leq 28$	228	18%
Tinggi	$X > 28$	20	1,5%
Total		1270	100%

Berdasarkan kategori data skala kecemasan pada tabel diatas subjek yang memiliki kecemasan dalam kategori rendah sebanyak

1022 subjek dengan presentase 80,5%. Kemudian subjek yang memiliki kecemasan dalam kategori sedang sebanyak 228 subjek dengan presentase 18% dan subjek yang memiliki kecemasan dalam kategori tinggi sebanyak 20 subjek dengan presentase 1,5%. Sehingga dapat disimpulkan bahwa secara umum skor kecemasan yang dimiliki subjek dalam kategori rendah.

b. Kategorisasi Motivasi

Berdasarkan data yang diperoleh dari skala motivasi, kategorisasi dapat dilihat pada tabel 8 berikut :

**Tabel 8. Kategorisasi Motivasi**

Kategori	Skor Skala	Jumlah	Presentase
Rendah	$X < 84$	0	0%
Sedang	$84 \leq X \leq 140$	6	0,5%
Tinggi	$X > 140$	1264	99,5%
Total		1270	100%

Berdasarkan kategori data skala motivasi pada tabel diatas tidak ada subjek yang memiliki motivasi dalam kategori rendah. Kemudian subjek yang memiliki motivasi dalam kategori sedang sebanyak 6 subjek dengan presentase 0,5% dan subjek yang memiliki motivasi dalam kategori tinggi sebanyak 1264 subjek dengan presentase 99,5%. Sehingga dapat disimpulkan bahwa secara umum skor motivasi yang dimiliki subjek dalam kategori tinggi.

### 3. Uji Normalitas

Uji normalitas bertujuan untuk melihat sebaran skor variabel yang dianalisis, apakah data berdistribusi dengan normal atau tidak. Dalam penelitian ini uji normalitas dilakukan menggunakan teknik *Kolmogorov-Smirnov* dengan bantuan *software SPSS 21 for Windows*. Kaidah yang digunakan adalah apabila  $p > 0,05$  maka sebarannya dinyatakan berdistribusi normal dan apabila  $p < 0,05$  maka data dinyatakan tidak berdistribusi normal (Suseno, 2012). Adapun hasil uji normalitas dalam penelitian ini tercantum dalam tabel 9 sebagai berikut:

**Tabel 9. Uji Normalitas**

Variabel	Nilai Ks-Z	P	$p > 0.05$	Keterangan
<i>Unstandardized Residual</i>	0.021	0.200	$p > 0.05$	Data berdistribusi normal

Berdasarkan nilai sample KS-Z pada nilai residual adalah 0.021 dan p sebesar 0.200. Dikarenakan nilai  $p > 0.05$  maka dapat disimpulkan bahwa sebaran data berdistribusi normal sehingga dapat digunakan untuk uji korelasi pearson.

### 4. Uji Linieritas

Uji linearitas dihitung untuk mengetahui apakah data penelitian tersebut linear atau tidak, artinya data tersebut mengikuti garis linear korelasi atau tidak, dan apakah mengarah pada hubungan negatif atau positif (Suseno, 2012). Kaidah yang digunakan dalam uji linearitas adalah jika  $P(Flinearity) < 0,05$  dan  $P(deviation\ from\ linearity) > 0,05$ , maka

hubungan antara variabel dan tergantug dikatakan linear. Pada uji linieritas dilakukan menggunakan bantuan *software SPSS 21 for Windows*. Hasil uji linieritas pada penelitian ini dapat dilihat dalam tabel 10 sebagai berikut :

**Tabel 10. Uji Linieritas**

Variabel	F	Linearity	P<0.05	Keterangan
Kecemasan*Motivasi	4,748	0.030	p<0.05	Linier

Nilai F pada variabel kecemasan dan variabel motivasi adalah sebesar 4.748 dengan signifikansi pada indeks *linearity* sebesar 0.030 sehingga dapat dikatakan bahwa  $p < 0.05$ . Dikarenakan nilai *Linearity* memiliki  $p < 0.05$  maka dapat disimpulkan bahwa kedua variabel tersebut memiliki hubungan yang linier. Selanjutnya, dikarenakan variabel bebas yaitu kecemasan memiliki hubungan yang linear dengan variabel tergantug yaitu motivasi, maka dapat digunakan untuk melakukan uji analisis korelasi pearson.

#### 5. Uji Hipotesis

Uji hipotesis dilakukan setelah dilakukannya uji asumsi yaitu uji normalitas, dan uji linearitas. Setelah dilakukannya uji asumsi tersebut, dapat diketahui bahwa data penelitian berdistribusi normal, dan linear. Maka dari itu dapat digunakan untuk melanjutkan uji hipotesis. Teknik analisis data dalam uji hipotesis yang akan dilakukan adalah uji korelasi *Pearson Product Moment* melalui media *software SPSS 21 for Windows*.

Berikut ini dapat dilihat hasil tabel uji hipotesis yang telah dilakukan oleh peneliti:

**Tabel 11. Uji Hipotesis Korelasi Pearson Product Moment**

Variabel	<i>Correlation</i>	P	P<0.05	Keterangan
Kecemasan* Motivasi	-0,061	0.030	P < 0.05	Berkorelasi

Berdasarkan tabel diatas, dapat dilihat bahwa nilai *Correlation* sebesar -0.061, sedangkan nilai p sebesar 0.030 sehingga dapat dikatakan bahwa  $p < 0.05$ . Tanda negatif pada nilai koefisiensi korelasi tersebut berarti bahwa terdapat hubungan negatif yang signifikan antara variabel kecemasan dan variabel motivasi. Hal tersebut membuktikan bahwa hipotesis dalam penelitian ini diterima, sehingga dapat disimpulkan bahwa ada hubungan negatif antara kecemasan dan motivasi belajar pada siswa SMK Negeri X di Kabupaten Kendal. Semakin tinggi kecemasan maka semakin rendah motivasi. Sebaliknya, semakin rendah kecemasan maka semakin tinggi motivasi.

#### 6. Sumbangan Efektif

Berdasarkan analisis data, sumbangan efektif antara variabel bebas terhadap variabel tergantung pada penelitian ini terdapat pada tabel 12 sebagai berikut :

**Tabel 12. Sumbangan Efektif**

<i>R</i>	<i>R Square</i>	<i>Percent</i>
0.061	0.004	004 x 100% = 0,4%

Nilai R pada tabel di atas menunjukkan besarnya hubungan antara kecemasan jika dikorelasikan bersama-sama dengan variabel motivasi menghasilkan korelasi sebesar 0.061. Nilai *R Square* yang dihasilkan sebesar 0.004. Jika dikali dengan 100% maka hasilnya adalah 0.4%. Sehingga dapat disimpulkan bahwa variabel bebas yaitu kecemasan memiliki sumbangan efektif sebesar 0,4% terhadap variabel tergantung yaitu motivasi.

#### **D. PEMBAHASAN**

Berdasarkan penjelasan hasil statistika diatas, dapat diketahui bahwa ada hubungan negatif antara kecemasan dan motivasi pada siswa SMK Negeri X di Kabupaten Kendal, dan terbukti signifikan. Hal ini ditunjukkan dari nilai korelasi sebesar -0.061 dan nilai p sebesar 0.030 ( $P < 0,05$ ), tanda negatif pada nilai koefisiensi korelasi tersebut berarti bahwa terdapat hubungan negatif yang signifikan antara variabel kecemasan dan variabel motivasi. Dari hasil tersebut, maka hipotesis yang diajukan peneliti dinyatakan dapat diterima. Sehingga dapat disimpulkan bahwa semakin tinggi tingkat kecemasan maka semakin rendah tingkat motivasi. Sebaliknya, semakin rendah tingkat kecemasan maka akan semakin tinggi tingkat motivasi. Adapun sumbangan efektif yang diberikan variabel kecemasan sebesar 0,4% terhadap variabel motivasi. Meskipun kekuatan hubungan antara kedua variabel tergolong rendah, namun hubungan antara kecemasan dan motivasi terbukti signifikan dan berkorelasi negatif.

Penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Vivin, Marpaung, dan Manurung (2019), menunjukkan adanya hubungan negatif yang signifikan antara kecemasan dengan dorongan belajar pada murid-murid SMA Negeri 13 Medan, dengan nilai korelasi  $r = -0,219$  dan  $p = 0,000$ , dan sumbangan efektif sebesar 4,8%. Kecemasan yang berlebihan dapat menghambat motivasi siswa untuk mengambil tindakan dan mencapai tujuan. Telah terbukti dari tjiwaan Raudah, Budiarti, dan Lestari (2015) yang menyatakan respon emosional negatif seperti tekanan dapat mengakibatkan melemahnya motivasi belajar dan kecenderungan menghindari tugas-tugas akademik.

Berdasarkan jenis kelamin laki-laki terdapat sebanyak 521 subjek memiliki tingkat kategorisasi kecemasan rendah dengan presentase 88% dari keseluruhan populasi. Pada kategorisasi kecemasan sedang sebanyak 69 subjek dengan presentase 11,7%, dan sebanyak 2 subjek memiliki tingkat kategorisasi kecemasan tinggi dengan presentase 0,3%. Berdasarkan kategori motivasi dengan jenis kelamin laki-laki tidak ada subjek yang memiliki motivasi dalam kategori rendah. Kemudian subjek yang memiliki motivasi dalam kategori sedang sebanyak 4 subjek dengan presentase 0,7% dan subjek yang memiliki motivasi dalam kategori tinggi sebanyak 588 subjek dengan presentase 99,3%. Sehingga dapat disimpulkan bahwa tingkat kecemasan laki-laki secara umum tergolong rendah, dan pada tingkat motivasi laki-laki tergolong tinggi.

Berdasarkan jenis kelamin perempuan terdapat sebanyak 501 subjek dengan presentase 73,9% memiliki tingkat kategorisasi kecemasan rendah dari



keseluruhan populasi. Pada kategorisasi kecemasan sedang sebanyak 159 subjek dengan presentase 23,5%, dan sebanyak 18 subjek memiliki tingkat kategorisasi kecemasan tinggi dengan presentase 2,7%. Berdasarkan kategori motivasi dengan jenis kelamin perempuan tidak ada subjek yang memiliki motivasi dalam kategori rendah. Kemudian subjek yang memiliki motivasi dalam kategori sedang sebanyak 2 subjek dengan presentase 0,3% dan subjek yang memiliki motivasi dalam kategori tinggi sebanyak 676 subjek dengan presentase 99,7%. Sehingga dapat disimpulkan bahwa tingkat kecemasan perempuan secara umum tergolong rendah, dan pada tingkat motivasi perempuan tergolong tinggi.

Berdasarkan kategori data skala kecemasan pada tabel diatas subjek yang memiliki kecemasan dalam kategori rendah sebanyak 1022 subjek dengan presentase 80,5%. Kemudian subjek yang memiliki kecemasan dalam kategori sedang sebanyak 228 subjek dengan presentase 18% dan subjek yang memiliki kecemasan dalam kategori tinggi sebanyak 20 subjek dengan presentase 1,5%. Maka dapat disimpulkan bahwa sebagian besar kecemasan yang dimiliki siswa SMK Negeri X di Kabupaten Kendal berada pada kategori rendah.

Kecemasan tingkat rendah dalam konteks sekolah menengah dapat merujuk pada tingkat kecemasan yang sedikit lebih tinggi dari biasanya, tetapi tidak mencapai tingkat yang parah atau mengganggu secara signifikan fungsi sehari-hari siswa. Sesuai pendapat Untari (2014) dampak kecemasan terhadap respon fisiologis pada taraf kecemasan ringan dan sedang adalah meningkatnya kemampuan individu. Pada kecemasan berat dan panik akan melemahkan atau

meningkatkan kemampuan yang berlebihan. Kumar (2013) yang menyimpulkan kecemasan akademis memiliki hubungan negatif dengan prestasi akademis, dimana siswa yang memiliki kecemasan akademis yang rendah memiliki prestasi akademis yang tinggi.

Penelitian ini juga meneliti tingkat motivasi pada siswa SMK Negeri X di Kabupaten Kendal. Diketahui tidak ada subjek yang memiliki motivasi dalam kategori rendah. Kemudian subjek yang memiliki motivasi dalam kategori sedang sebanyak 6 subjek dengan presentase 0,5% dan subjek yang memiliki motivasi dalam kategori tinggi sebanyak 1264 subjek dengan presentase 99,5%. Sehingga dapat disimpulkan bahwa tingkat motivasi yang dimiliki subjek dalam kategori tinggi.

Menurut Uno (2013) motivasi belajar adalah dorongan internal dan eksternal pada siswa-siswa yang sedang belajar untuk mengadakan perubahan tingkah laku, pada umumnya dengan beberapa indikator yang mendukungnya. Faktor motivasi belajar digolongkan menjadi dua, yaitu sumber motivasi dari dalam diri (intrinsik) dan sumber motivasi dari luar (ekstrinsik).

Motivasi intrinsik adalah motif – motif yang menjadi aktif atau berfungsinya tidak perlu dirangsang dari luar, karena dalam diri setiap individu sudah ada dorongan untuk melakukan sesuatu. Motivasi ekstrinsik adalah motif – motif yang aktif dan berfungsi karena adanya rangsangan dari luar atau perilaku individu yang hanya muncul karena adanya hukuman atau tidak muncul karena ada hukuman atau tidak muncul karena ada hukuman (Sardiman, 2012; Uno, 2013)

Motivasi belajar yang tinggi adalah kondisi ketika seseorang memiliki dorongan internal yang kuat dan antusias untuk belajar. Beberapa faktor yang dapat meningkatkan motivasi belajar seseorang yaitu adanya tujuan yang jelas, minat dan keingintahuan, lingkungan yang mendukung. Menciptakan rasa urgensi, belajar dengan strategi yang efektif, penghargaan atas pencapaian, melihat manfaat jangka panjang.

Sumbangan efektif nilai *R Square* pada penelitian ini adalah sebesar 0,004 yang berarti bahwa kecemasan mempengaruhi motivasi belajar siswa SMK Negeri X di Kabupaten Kendal sebanyak 0,4 persen dan selebihnya 99,6 persen dipengaruhi oleh variabel lain.

Berdasarkan pemaparan di atas maka dapat disimpulkan bahwa peserta didik yang tidak mengalami perasaan kekhawatiran berlebihan dapat mengatasi situasi pembelajaran yang mengancam, seperti tugas sekolah yang sulit, ulangan harian, ujian, serta saat mata pelajaran tertentu yang tidak disukai. Mereka akan cenderung menekan rasa takut dan khawatir dengan mempersiapkan diri melalui kegiatan belajar. Sebaliknya, peserta didik yang mengalami ketakutan dan juga rasa cemas berlebihan akan cenderung mempunyai persepsi negatif yang dapat mengakibatkan hilangnya minat untuk belajar.

Dalam proses penelitian, peneliti menyadari adanya keterbatasan penelitian. Keterbatasan tersebut adalah penggunaan media *google form* sebagai alat pendukung pengumpulan data. Hal ini memudahkan peneliti dalam memperoleh data secara jarak jauh, namun peneliti tidak dapat mengawasi

responden secara langsung dalam proses pengisian kuesioner sehingga hanya mampu memvalidasi dari setiap respon yang dapat dilihat dari identitas responden. Berdasarkan pemaparan mengenai keterbatasan dalam penelitian ini, diharapkan peneliti selanjutnya dapat menggunakan teknik pengumpulan data lain yang dirasa memudahkan dalam mendapatkan data dan validitas data.

## **BAB V**

### **KESIMPULAN DAN SARAN**

#### **A. KESIMPULAN**

Berdasarkan hasil dari penelitian ini kesimpulan yang bisa ditarik oleh peneliti adalah: ada hubungan negatif yang signifikan antara kecemasan dan motivasi pada siswa SMK Negeri X di Kabupaten Kendal dengan nilai korelasi sebesar -0.061 dan nilai signifikansi sebesar 0.030 ( $p < 0,05$ ), artinya semakin bertambah tingkat kecemasan yang dirasakan oleh peserta didik, maka semakin menurun pula motivasi yang dimilikinya, begitu pula sebaliknya. Semakin rendah tingkat kecemasan yang dialami peserta didik, maka semakin tinggi motivasi yang dimiliki para siswa. Sumbangan efektif ( $R^2$ ) yang diberikan variabel kecemasan terhadap variabel motivasi belajar adalah sebesar 0.4% dan selebihnya 99,6% dipengaruhi oleh variabel lain yang tidak diteliti oleh peneliti.

#### **B. SARAN**

##### **a. Untuk Murid**

Saran peneliti untuk murid agar dapat mengurangi kecemasan yang dirasakan dengan mempersiapkan materi pembelajaran secara optimal sehingga dapat memberikan efek positif terhadap semangat dan minat belajar yang dimiliki.

b. Untuk Guru

Bagi guru penting untuk memahami kondisi murid sehingga mampu membantu dalam mengelola kecemasan dan meningkatkan motivasi belajar.

c. Peneliti Selanjutnya

Kepada peneliti selanjutnya yang memiliki ketertarikan tema yang sama diharapkan untuk mengambil data secara offline, menghubungkan dengan variabel bebas yang lain seperti self-esteem, well-being, dukungan orang tua, dan kompetensi sosial. Selain itu, variabel penelitian dapat dikembangkan lebih banyak lagi agar hasil penelitian yang diperoleh lebih komprehensif.

## DAFTAR PUSTAKA

- Abraham, Maslow. 2004. Dalam buku A Dale Timpe. Seri Manajemen Sumber Daya Manusia (Memotivasi Pegawai) Jakarta: PT. Elek Media Koputindo.
- Akuntono, I. (2012). Ini Dia Hasil Uji Petik UN Versi Kemdikbud, (online): <http://edukasi.kompas.com/read/2012/04/20/22280081/Ini.Dia.Hasil.Uji.Petik.UN.Versi.Kemdikbud>, diakses 6 mei 2023.
- Alex Sobur, 2003, Psikologi Umum Dalam Lintas Sejarah, (Bandung: Cv Pustaka Setia) Hal, 268
- Ahmetović, Emnijeta., Senad Bećirović, dan Vildana Dubravac. (2020). Motivasi, Kecemasan dan Kinerja Siswa. *European Journal of Contemporary Education*. Vol. 9(2): 271-289.
- Atkinson. 2001. Pengantar Psikologi. Jakarta: Interaksa
- Azwar, Syaifuddin. (2018). Dasar-Dasar Psikometrika, *edisi II*, Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Barseli M., Ahmad R., dan Ifdil I. (2018). Hubungan Stres Akademik Siswa Dengan Hasil Belajar. *Jurnal Pendidikan Indonesia*. Vol. 4 (1), Hal. 40-47.
- Berita Siswa dan Remaja yang tidak memiliki gaya hidup sehat. (2023). (online) <https://www.cnnindonesia.com/gaya-hidup/20221212142530-255-886337/studi-245-juta-remaja-indonesia-kena-gangguan-jiwa> diakses pada tanggal 18 maret 2023 pada waktu 14.35 WIB
- Berita Siswa SMK di Dairi Gantung Diri Karena Stres. (2021). (online). <https://medanbisnisdaily.com/news/online/read/2021/11/01/145234/siswi-smk-di-dairi-tewas-gantung-diri-diduga-stres-karena-beban-pelajaran/> diakses 19/6/23 pukul 15.03
- Boharudin. (2012). “Efektivitas Layanan Informasi dengan Pendekatan Cooperative Learning Tipe Jigsaw untuk Meningkatkan Motivasi Belajar Siswa di Sekolah”. Tesis. Padang: PPs UNP.
- Dimiyati, Mudjiono. (2010). Belajar Dan Pembelajaran. Jakarta: PT. Rineka.
- Facturahman, R., & Cholik, M. (2014). Hubungan motivasi dengan prestasi belajar pada mata diklat sistem kopling siswa kelas XI di SMK Negeri 3 Surabaya. *Jurnal Pendidikan Teknik Mesin*, 3(1), 74–80.

- Fajar Rinawati dan Sucipto. (2019). Hubungan antara Stres, Motivasi dan Hasil Belajar Mahasiswa. *Jurnal Citra Keperawatan*. Vol. 7 (2)
- Faul, F., Erdfelder, E., Lang, A.G., & Buchner, A. (2009). Statistical Power Analyses Using G\*Power 3.1: Tests for Correlation and Regression Analyses. *Behavior Research Methods*, 41 (4), 1149-1160. <https://doi:10.3758/BRM.41.4.1149>.
- Hamalik, Oemar. (2005). *Proses Belajar Mengajar*. Jakarta: Bumi Aksara
- Hamzah B. Uno. (2008). *Teori Motivasi dan Pengukurannya Analisis di Bidang Pendidikan*. Jakarta: Bumi Aksara.
- Hartono. (2012). *Hubungan Kecemasan Dan Motivasi Dengan Prestasi Belajar Praktik Klinik Keperawatan Mahasiswa Tingkat I Jurusan Keperawatan Politeknik Kesehatan*. Thesis. Program Pasca Sarjana UNS.
- Hidayat, B. U. A. (2012). *Bungan Tingkat Stres dengan Kejadian Insomnia pada Mahasiswa Program Studi Ilmu Keperawatan Universitas Diponegoro (Doctoral dissertation, Diponegoro University)*.
- Berita Siswa dan Remaja yang tidak memiliki gaya hidup sehat. (2023). (online) <https://regional.kompas.com/read/2016/07/14/13320211/diduga.stres.karena.gagal.ikut.magang.siswa.smk.gantung.diri> diakses 19/6/23 pukul 15.04
- Berita Siswa dan Remaja yang tidak memiliki gaya hidup sehat. (2023). (online) <https://www.arunala.com/berita/3324/sejumlah-siswa-mulai-khawatir-ke-sekolah.html/halaman/2/> diakses 19/6/23 pukul 15.05
- I Putu Agus Apriana. (2018). Tingkat Kecemasan Siswa SMK Menghadapi Ujian Nasional Berbasis Komputer 2018. *Jurnal Bimbingan Konseling* 8 (1), 37 – 44.
- Iskandar. (2009). *Psikologi Pendidikan: Sebuah Orientasi Baru*. Bandung: Persada Pers.
- Jannah, R. (2013). Hubungan Antara Motivasi Mahasiswa Dengan Tingkat Kecemasan Menghadapi Ujian Komprehensif Metode Osca Pada Mahasiswa Semester VI Di Akademi Kebidanan Stikes U“budiyah Banda Aceh. Banda Aceh: Universitas Ubudiyah
- Jatmiko. (2015). Hubungan motivasi belajar dengan hasil belajar matematika siswa kelas X SMK Nahdhatul Ulama Pace Nganjuk. *Jurnal Math Educator Nusantara*, 1(2), 205–213.



- Kumar, D.(2013). A Study of academic achievement in relation to academic anxiety.Vol-IV (47-48), 39-39. Diunduh dari <http://www.ssmrae.com/admin/images/a52f8f7ef4e97c58e236da90be89d739.pdf>.
- Kusumadewi, Sri., & Hepi Wahyuningsih. (2020). Model Sistem Pendukung Keputusan Kelompok Untuk Penilaian Gangguan Depresi, Kecemasan Dan Stress Berdasarkan Dass-42. *Jurnal Teknologi Informasi dan Ilmu Komputer (JTIK)*. DOI: 10.25126/jtiik.202071052 Vol. 7, No. 2, April 2020, hlm. 219-228
- Latipun. (2011). Psikologi Eksperiman. Malang: UMM Press.
- Le, M. T. H., Tran, T. D., Holton, S., Nguyen, H. T., Wolfe, R., & Fisher, J. (2017). Reliability, Convergent Validity and Factor Structure of the DASS-21 in a Sample of Vietnamese Adolescents. *PLOS ONE*, 12(7), 1–14. <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0180557>
- Lovibond, P. F., and S. H. Lovibond. (1995). The Structure Of Negative Emotional States : Comparison Of The Depression Anxiety Stress Scales (DASS) With The Beck Depression And Anxiety Inventories. *Behav. Res. Ther.* Vol. 33 (3), 335-343.
- Marvianto, R. D., dan Wahyu W., (2018). Adaptasi Academic Motivation Scale (AMS) versi Bahasa Indonesia. *Gadjah Mada Journal Of Psychology.* Vol. 4, No. 1.
- Nevid, J. S., Rathus, S. A., & Green, B. (2003). *Psikologi Abnormal Jilid I*. Jakarta: Erlangga.
- Osman, Z. J., Mukhtar, F., Hashim, H. A., Abdul Latiff, L., Mohd Sidik, S., Awang, H., Ibrahim, N., Abdul Rahman, H., Ismail, S. I. F., Ibrahim, F., Tajik, E., & Othman, N. (2014). Testing Comparison Models of DASS-12 and its Reliability among Adolescents in Malaysia. *Comprehensive Psychiatry*, 55(7), 1720–1725. <https://doi.org/10.1016/j.comppsy.2014.04.011>
- Raudah, F., Budiarti, L. Y., & Lestari, D. R. (2015). Stres dengan motivasi belajar mahasiswa reguler fakultas kedokteran Universitas Lampung yang sedang menyusun Karya Tulis ILMIAH (KTI). *Dunia Keperawatan*, 3(1), 44–55. Retrieved from <http://ppjp.unlam.ac.id/journal/index.php/JDK/article/view/1705>
- NOVOPSYCH, (2003). Depression Anxiety Stress Scales – Long Form (DASS-42). [online] Tersedia pada: NovoPsych: Software for Administering

Outcome Questionnaires to Clients for Psychologists: . Diakses pada tanggal 23 Juni 2023.

- Ryan, R. M., & Deci, E. L. (2011). A self-determination theory perspective on social, institutional, cultural, and economic supports for autonomy and their importance for well-being. In *Human autonomy in cross-cultural context* (pp. 45–64). Springer.
- Sadock, Benjamin James. Sadock, Virginia Alcott. and Ruiz P. Sadock BJ, Sadock VA, Ruiz Pedro. Kaplan & Sadock's Concise Textbook of Clinical Psychiatry 11th Edition. Philadelphia: Wolters Kluwer; 2017. 11th ed. Wolters Kluwer;
- Santrock, J. W. (2015). Psikologi pendidikan. Jakarta: Kencana.
- Santrock, J. W. (2007). Psikologi Pendidikan. Terjemahan oleh Tri Wibowo B.S. Jakarta: Kencana Perdana Media Group.
- Sardiman. (2011). Interaksi dan Motivasi Belajar Mengajar. Jakarta: Rajawali Pers.
- Sardiman, A., (2012). Interaksi dan Motivasi Belajar Mengajar. Jakarta: PT Raja Grafindo Persada.
- Sarinah, & Mardalena. (2017). Pengantar manajemen. Yogyakarta: Deepublish. Diunduh Mei 15, 2018, dari [https://books.google.com/books/about/Pengantar\\_Manajemen.html?id=NBExDwAAQBAJ](https://books.google.com/books/about/Pengantar_Manajemen.html?id=NBExDwAAQBAJ).
- Savira, A., L., dkk. (2021). Hubungan Stres Dengan Motivasi Belajar Mahasiswa disaat Pandemi Covid-19. *Jurnal Ilmiah Kesehatan Sandi Husada*. Vol. 10, No. 1.
- Sikhwari, T. D. (2014). A Study of the relationship between motivation, selfconcept and academic achievement of students at a University in Limpopo Province, South Africa. *Jurnal Education and Science*, 6(1), 19–25.doi: 10.1080/09751122.2014.11890113
- Slameto, (2010). Belajar dan faktor-faktor yang mempengaruhinya, edisi revisi, Jakarta, Rineka Cipta.
- Stuart, G.W. (2013).Buku Saku Keperawatan Jiwa, ed 5. Jakarta : EGC.
- Sugiyono. (2005). Memahami Penelitian Kualitatif, Bandung: Alfabeta.

- Sugiyono. (2014). *Metode Penelitian Pendidikan Pendekatan Kuantitatif Dan Kualitatif*. Bandung: Alfabeta
- Suhana, Cucu. (2014). *Konsep Strategi Pembelajaran Edisi Revisi*. Bandung: PT. Refika Aditama
- Suseno, Miftahun Ni'mah. (2012). *Statistika: Teori dan Aplikasi untuk Penelitian Ilmu Sosial dan Humaniora*. Yogyakarta: Ash-Shaff.
- Sutikno. M. Sobry. (2012). *Strategi Belajar Mengajar*. Bandung: PT. Refika Aditama.
- Syamsu Yusuf. (2009). *Program Bimbingan dan Konseling di Sekolah*. Bandung: Rizqi Perss.
- Taylor, S.E. (2006). *Health Psychology*. Singapore: Mc.Graw Hill.
- Tri Anni, Catharina. (2006). *Psikologi Belajar*. Semarang: UPT MKK UNNES
- Ulfah, K. R., Santoso, A., & Utaya, S. (2016). Hubungan motivasi dengan hasil belajar IPS. *Jurnal Pendidikan*, 1(8), 1607–1611. doi: 10.17977/jp.v1i8.6678
- Untari, I. (2014). Hubungan Antara Kecemasan Dengan Prestasi Uji OSCA I Pada Mahasiswa Akper PKU Muhammadiyah Surakarta. *Jurnal Kebidanan*. VI (1): 10 – 16.
- Uno, H.B., (2013). *Teori Motivasi dan Pengukurannya*. Jakarta: PT Bumi Aksara.
- Vallerand, R. J., Pelletier, L. G., Blais, M. R., Hriere, N. M., Senecal, C., & Vallieres, E. F. (1992). The academic motivational scale: A measure of intrinsic, extrinsic, and amotivation in education. *Educational and Psychological Measurement*, 52, 1003–1017. doi: 10.1177/0013164492052004025
- Vivin, Marpaung W., dan Marung Y. S. (2019). Kecemasan dan Motivasi Belajar. *Pesona: Jurnal Psikologi Indonesia*, Vol. 8 No.2, Hal. 240-257
- Widodo, S. A., Laelasari, L., Sari, R. M., Dewi Nur, I. R., & Putrianti, F. G. (2017). Analisis faktoringkat kecemasan, motivasi dan prestasi belajar mahasiswa. *TAMAN CENDEKIA: Jurnal Pendidikan Ke-SD-An*, 1(1), 67. <https://doi.org/10.30738/tc.v1i1.1581>
- Yanti, dkk. (2013). Hubungan Antara Kecemasan Dalam Belajar Dengan Motivasi Belajar Siswa. *Jurnal Ilmiah Konseling*. Vol. 2 No. 1.

- Yohannes, A. M., Dryden, S., & Hanania, N. A. (2019). Validity and Responsiveness of the Depression Anxiety Stress Scales-21 (DASS-21) in COPD. *Chest*, 155(6), 1166–1177. <https://doi.org/10.1016/j.chest.2018.12.01>
- Yuliastrid, D., Suryanto, & Anung Priambodo. (2021). Hubungan Antara Depresi, Kecemasan dan Stres Dengan Motivasi Berprestasi Atlet Putri Selama Pandemi COVID-19. *Journal Of Sport Education (JUPE)*. Vol. 4, No. 1.





