

Gambaran Kecemasan Dalam Menghadapi Syarat Kelulusan Pada Siswa SMA Swasta Iskandar Muda

Overview of Anxiety In Facing Graduation Requirements For Iskandar Muda Private High School Students

Indah Khofifah¹, Ika Amalia^{2*}, Hafnidar³

¹ Program Studi Psikologi, Fakultas Kedokteran, Universitas Malikussaleh
Jl. Cot Tengku Nie, Reuleut, Muara Batu, Aceh Utara 24355 – Indonesia

*Correspondence author: ika.amalia@unimal.ac.id

Abstract: Education is an effort to prepare students through guidance, teaching and training activities. Apart from that, education is also a form of manifestation of human culture which is dynamic and develops. The aim of this research is to determine the picture of anxiety in facing the graduation requirements of Iskandar Muda Private High School students in terms of gender, age and class. The research method used is quantitative descriptive with univariate analysis. Data was obtained through an anxiety scale. The subjects in this research were 160 Iskandar Muda Private High School students with the sampling method using a total sampling technique. The results of research data analysis concluded that Iskandar Muda Private High School students experienced high levels of anxiety when facing graduation requirements. If we look at it from an aspect, it can be seen that the physiological aspect is higher than other aspects, where the physiological aspect can be seen from blood pressure, shortness of breath, and a faster heart rate. Meanwhile, the lowest aspect is the cognitive aspect which can be seen from the ability to think and worry.

Keywords: Anxiety, High School Student Graduation requirements.

Abstrak: Pendidikan merupakan usaha untuk menyiapkan peserta didik melalui kegiatan bimbingan, pengajaran, dan latihan. Selain itu pendidikan juga merupakan salah satu bentuk perwujudan kebudayaan manusia yang bersifat dinamis dan adanya perkembangan. Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui gambaran kecemasan dalam menghadapi syarat kelulusan pada siswa SMA Swasta Iskandar Muda yang ditinjau dari jenis kelamin, usia, kelas. Metode penelitian yang digunakan adalah deskriptif kuantitatif dengan analisis univariat. Data di peroleh melalui skala kecemasan. Subjek dalam penelitian ini berjumlah 160 siswa SMA Swasta Iskandar Muda dengan metode pengambilan sampel menggunakan *teknik sampling total*. Hasil analisis data penelitian diperoleh kesimpulan bahwa siswa SMA Swasta Iskandar Muda dalam menghadapi syarat kelulusan mengalami kecemasan yang tinggi. Jika dilihat dari aspek terlihat aspek fisiologis lebih tinggi dari aspek lainnya yang dimana aspek fisiologis dapat dilihat dari tekanan darah, sesak nafas, dan detak jantung lebih cepat. Sedangkan pada aspek terendah ada pada aspek kognitif yang bias dilihat dari kemampuan berfikir, dan khawatir.

Kata Kunci: Kecemasan, Siswa SMA, Syarat Kelulusan

Pendahuluan

Pendidikan merupakan usaha untuk menyiapkan peserta didik melalui kegiatan bimbingan, pengajaran, dan latihan. Selain itu pendidikan juga merupakan salah satu bentuk perwujudan kebudayaan manusia yang bersifat dinamis dan adanya perkembangan (Nando, 2020), selain itu keberhasilan pendidikan tidak terlepas dari proses pembelajaran di sekolah. Sekolah merupakan salah satu unsur yang dominan dalam keluarga dan masyarakat (Frinda, 2017). Lebih lanjut Frida (2017) menyatakan pendidikan nasional no 20 tahun 2003, memiliki tujuan yaitu untuk mengembangkan potensi peserta didik agar menjadi manusia yang beriman dan bertaqwa kepada tuhan yang maha esa, dalam upaya mencapai tujuan pendidikan tersebut, sudah tentunya siswa mengalami berbagai kendala. Salah satunya adalah kecemasan dalam diri siswa saat ujian akhir.

Hasil uraian oleh bapak kepala sekolah Daniel Evans, S.Pd pada tanggal 05 April 2023 menyatakan bahwa pada siswa tingkat akhir sering terjadi kecemasan terhadap diri dalam menghadapi ujian sidang akhir kelulusan, mengingat bahwa kelulusan adalah hal yang sangat penting untuk siswa dapat melanjutkan jenjang pendidikan ke tingkat selanjutnya, seperti dengan adanya ujian sidang akhir kelulusan

yang tiap tahunnya dijalankan oleh pihak sekolah SMA Swasta Iskandar Muda, siswa merasa cemas dalam menghadapi hal-hal yang akan di uji pada ujian sidang akhir kelulusan. Adapun yang di uji seperti tes membaca Qur'an, menghafal Juz 30, menulis karya ilmiah dan wawancara keislaman lainnya yang membuat siswa cemas untuk menjalankannya. Menurut Pebriyani (2020) kelulusan merupakan salah satu sumber penyebab kecemasan pada siswa, kecemasan muncul akibat adanya pikiran serta bayangan akan kemungkinan yang terjadi apabila siswa gagal dalam pemenuhan kriteria kelulusan, sehingga hal tersebut menjadi beban tersendiri dalam siswa lebih lanjut Pebriyani (2020) menyatakan kecemasan merupakan keadaan dalam diri yang tidak menyenangkan yang disertai dengan rasa adanya bahaya yang akan datang, keadaan yang tidak menyenangkan itu sulit ditunjukkan dengan tepat, tetapi selalu dirasakan.

Hasil wawancara penelitian kepada bapak Zamzami, S.Pd selaku Wakil Kepala Sekolah SMA Swasta Iskandar Muda pada tanggal 03 Mei 2023 menyatakan bahwa ujian sidang akhir kelulusan ini bukan menjadi beban bagi siswa, akan tetapi yang di uji pada sidang akhir kelulusan dapat menjadi bekal kejenjang selanjutnya yang akan siswa hadapi kedepannya.

Menurut Akbar (2015), kecemasan merupakan hal yang normal di dalam kehidupan karena kecemasan sangat dibutuhkan sebagai pertanda akan bahaya yang mengancam. Namun ketika kecemasan terjadi terus-menerus, tidak rasional dan intensitasnya meningkat, maka kecemasan dapat mengganggu aktivitas sehari-hari dan disebut sebagai gangguan kecemasan. Ghufon & Rini Risnawati, (2010), menyatakan kecemasan merupakan pengalaman subjektif yang tidak menyenangkan mengenai kekhawatiran atau emosi yang di alami oleh seseorang. Sarwono (2012, dalam dona dkk, 2016) juga menyatakan bahwa kecemasan merupakan takut yang tidak jelas objeknya dan tidak jelas pula alasannya.

Oleh karena itu, pentingnya peran sekolah untuk memberikan motivasi kepada siswa agar dapat menghadapi ujian sidang akhir kelulusan. Sehingga kembalinya daya semangat siswa untuk berpacu mendapatkan nilai yang terbaik di ujian akhirnya dengan melakukan upaya-upaya peningkatan semangat diri dalam menghadapi beberapa tahap ujian sidang akhir kelulusan.

Metode

Peneliti menggunakan pendekatan kuantitatif yang mana analisis data merupakan kegiatan setelah data dari

seluruh responden atau sumber lain terkumpul (Sugiyono, 2019). Menurut Sugiyono (2020), kuantitatif deskriptif merupakan penelitian yang diarahkan untuk memberikan gejala-gejala, fakta-fakta atau kejadian secara sistematis dan akurat, mengenai sidat-sifat populasi atau daerah tertentu. Dalam penelitian ini, metode deskriptif digunakan untuk mengetahui gambaran kecemasan dalam menghadapi syarat kelulusan pada siswa SMA Swasta Iskandar Muda.

Populasi merupakan wilayah generalisasi yang terdiri atas objek atau subjek yang memiliki karakteristik yang telah ditetapkan sebelumnya oleh peneliti dengan tujuan untuk dipelajari kemudian ditarik kesimpulannya (Sugiyono 2019). Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh siswa SMA Swasta Iskandar Muda. Yang berjumlah 160 orang siswa.

Teknik sampling yang digunakan dalam penelitian ini adalah sensus/ sampling total yang merupakan Teknik pengambilan sampel di mana seluruh anggota populasi dijadikan sampel semua. Sebanyak 160 siswa yang akan menjadi responden penelitian.

Adapun metode pengumpulan data yang digunakan dalam penelitian ini adalah menggunakan metode kuesioner/skala. Kuesioner adalah suatu bentuk instrument pengumpulan data yang sangat fleksibel

dan relatif mudah digunakan. Kuesioner yang digunakan adalah model skala likert yang digunakan untuk mengukur sikap, pendapat, dan persepsi seseorang atau sekelompok orang tentang fenomena social (Sugiyono, 2019).

Hasil

Hasil analisis data secara hipotetik menunjukkan bahwa nilai maksimal untuk skala kecemasan adalah 56, nilai minimal 14, mean 35 dan standar deviasi 7. Sedangkan pada data empirik dilapangan menunjukkan nilai maksimal 49, nilai minimal 14, mean 33.99 dan standar deviasi 6.295.

Penelitian ini menggunakan data empirik sebagai acuan dalam menentukan batasan nilai normal pengkatagorian subjek. Kondisi ini karena penelitian terdiri dari 160 responden, dan menggunakan data statistik aktual untuk mengkatagorikan sehingga diperlukan ukuran sampel yang tinggi. Data statistic empirik menggunakan referensi ke orang-orang dalam populasi karena skor makna bergantung pada populasi, sedangkan data statistic hipotetik menggunakan alat ukur untuk merujuk skor tinggi dan rendah peserta berlandaskan rentang hasil mereka (Widhiarso, 2010).

Berdasarkan hasil fluktual skor mean diatas, maka dapat ditentukan kategori tinggi dan rendah kecemasan pada siswa SMA Swasta Iskandar Muda, dengan menjumlahkan nilai mean data empirik dengan fluktuasi skor mean yaitu $96 + 1 = 97$ untuk batasan skor kategori tinggi. Sedangkan untuk batasan skor kategori rendah, nilai mean data empirik dikurangi dengan fluktual skor mean yaitu $96 - 1 = 95$. Subjek yang memperoleh skor dari 95 sampai 97 termasuk ke dalam kategori tinggi maupun kategori rendah, hal ini dikarenakan tujuan semula pada penelitian ini adalah melihat subjek penelitian ke dalam dua kategori yaitu tinggi dan rendah.

Berdasarkan hasil kategorisasi kecemasan bahwa siswa SMA Swasta Iskandar Muda terlihat tinggi dikarnakan siswa SMA merasakan iklim sistem pembelajaran yang tinggi dan sistem penilaian yang mengikuti kurikulum dari sekolah. Berdasarkan kategorisasi jenis kelamin bahwa sebagian besar lebih tinggi pada laki-laki dan sebagian kecil terlihat pada perempuan dimana laki-laki lebih cenderung mengalami kecemasan yang berkaitan dengan ujian akhir kelulusan yang telah di tentukan oleh pihak sekolah. Berdasarkan kategorisasi usia bahwa sebagian besar terlihat pada remana pertengahan dan Sebagian kecil kategorisasi terlihat pada remaja akhir yang mana siswa umur 15- 18 tahun mengalami kecemasan tinggi,

dimana remaja pertengahan ini merupakan titik sensitive timbulnya kecemasan pada remaja yang akan mengganggu aktivitas sehari-hari.

Berdasarkan kategorisasi kelas bahwa sebagian besar kelas 11-12 terlihat tinggi dan sebagian kecil berada pada kelas 10. Dimana sisiwa yang mengalami kecemasan pada syarat kelulusan terlihat tinggi dan akan mengganggu aktivitas lainnya pada siswa yang sedang mengalami kecemasan.

Berdasarkan kategorisasi aspek bahwa terlihat aspek emosional terlihat siswa mengalami kecemasan yang tinggi artinya pada aspek emosional siswa mengalami kecemasan yang tinggi dengan indikator merasa prihatin, sedih, dan tegang. Sedangkan pada aspek kognitif terlihat siswa merasakan kecemasan yang tinggi, dimana artinya siswa tersebut merasakan kecemasan dalam khawatir untuk melaksanakan syarat kelulusan Dan yang terakhir pada aspek fisiologis menggambarkan kecemasan pada sisiwa yang lebih tinggi dari aspek lainnya, Artinya siswa mengalami kecemasan individu merasa cemas terus-menerus dan ia tidak dapat mengatasi kecemasannya, hal tersebut dapat mengganggu kesehatan fisiknya.

Diskusi

Penelitian ini bertujuan untuk menggambarkan kecemasan dalam menghadapi syarat kelulusan di SMA Swasta Iskandar Muda. Kecemasan mengacu pada perasaan takut (baik realitas maupun tidak realitas) yang disertai dengan keadaan peningkatan reaksi kejiwaan dalam menghadapi ujian Colhoun & Acocella (1990). Berdasarkan hasil analisis deskriptif menunjukkan bahwa mayoritas siswa SMA Swasta Iskandar Muda berada pada kategori tinggi. Artinya siswa SMA merasakan iklim sistem pembelajaran yang tinggi dan sistem penilaian yang mengikuti kurikulum. Hal ini sejalan dengan Suharis, (2021) menyatakan bahwa kecemasan yang

tinggi akan mengganggu kesetabilan diri dan keseimbangan hidup. Sedangkan Hasil penelitian berdasarkan jenis kelamin ini memiliki kategori tinggi pada laki-laki.

Artinya laki-laki lebih cenderung mengalami kecemasan yang berkaitan dengan ujian akhir kelulusan yang membuat siswa merasakan kecemasan yang tinggi. Hal ini sejalan dengan penelitian Sammy et.al, (2015) menyatakan bahwa jenis kelamin seseorang tidak menentukan sejauh mana tingkat kecemasan seseorang tetapi jenis kelamin laki-laki dapat merasakan kecemasan. Pada penelitian Solih et.al (2018) menyatakan perempuan dan laki-laki juga dapat memiliki kecemasan yang tinggi, dan yang membedakannya hanya cara dari mengatasi permasalahan yang di

Gambaran Kecemasan Dalam Menghadapi Syarat Kelulusan
Pada Siswa SMA Swasta Iskandar Muda

hadapinya. Seperti pada penelitian ini kecemasan dalam menghadapi syarat kelulusan siswa laki-laki lebih tinggi dari pada siswa perempuan berarti laki-laki cara mengatasi kecemasan pada syarat kelulusan tersebut tidak bisa mengontrol emosi atau psikologis nya. Pada kategorisasi usia siswa SMA Swasta Iskandar Muda terlihat kategori tertinggi pada remaja pertengahan. Artinya siswa remaja pertengahan dari umur 15-18 tahun cenderung mengalami kecemasan yang tinggi dimana remaja merupakan titik sensitive timbulnya kecemasan yang akan mengganggu aktivitas sehari-harinya dimana siswa yang mengalami kecemasan ini yang akan melaksanakan atau menghadapi seluruh syarat kelulusan, maka dari itu siswa tersebut mengalami kecemasan yang tinggi.

Hal ini juga sejalan dengan penelitian Karmila (2021) menyatakan bahwa kecemasan paling tinggi berada pada tingkat pendidikan pertengahan (remaja pertengahan) yaitu usia 15-18 tahun, oleh karna itu organisasi kesehatan dunia (WHO) menganggap masa remaja sebagai masa paling krusial menentukan kejadian kecemasan, remaja telah memulai tahap tranformasi, yang merupakan awal kemajuan masa anak-anak (Nurul, 2021). Dan sedangkan pada kategorisasi usia terlihat kelas XI-XII tertinggi. Artinya siswa yang mengalami kecemasan pada syarat

kelulusan terlihat tinggi dan akan mengganggu aktivitas lainnya pada siswa yang sedang mengalami kecemasan. Hal ini sejalan dengan penelitian Yluantri (2015) menyatakan bahwa tingkat kecemasan siswa dalam menghadapi ujian akhir berbeda-beda, tinggi rendahnya kecemasan seseorang terhadap sesuatu ditentukan oleh erat ringannya konsekuensi yang akan diterimanya jika mengalami kegagalan. Maka dari itu penelitian ini dan penelian lainnya lebih mayoritas ke tinggi nya kecemasan pada siswa SMA yang sedang menghadapi ujian akhir. Berdasarkan hasil analisis deskriptif menunjukkan bahwa siswa SMA Swasta Iskandar Muda pada peneliti menggambarkan kecemasan pada siswa SMA Swasta Iskandar dalam menghadapi syarat kelulusan berdasarkan aspek yang didukung oleh Colhoun dan Acocell (1990).

Aspek pertama kecemasan adalah suatu reaksi yang memiliki pengaruh psikologi seperti perasaan prihatin, tegang, dan sedih. Aspek kedua adalah reaksi yang menimbulkan kekhawatiran yang memberikan pengaruh dan dampak terhadap kemampuan berpikir jernih sehingga mengganggu dan menghambat individu dalam menyelesaikan permasalahan dan mengatasi tuntutan lingkungan di sekitar. Aspek ketiga adalah suatu yang ditunjukkan dari tubuh terhadap

sumber rasa khawatir, terkait pada sistem syaraf yang mengendalikan beragam otot dan kelenjar tubuh sehingga timbul reaksi semacam lebih cepat detak jantung, sesak nafas dan peningkatan tekanan darah (Calhoun & Acocella, (1990). Pada karakteristik aspek terlihat bahwa aspek fisiologis terlihat lebih tinggi di banding aspek lainnya. Penelitian ini sejalan dengan penelitian Ida (2019) menyatakan bahwa pada aspek kecemasan tertinggi yaitu pada aspek fisiologi.

Artinya pada saat individu merasa cemas terus-menerus dan ia tidak dapat mengatasi kecemasannya, hal tersebut dapat mengganggu kesehatan fisiknya seperti sakit kepala, kesulitan bernafas, dan jantung sering berdegup kencang. Hal ini menunjukkan bahwa siswa masih menganggap ujian akhir sebagai bahaya yang mengancam, yang akan menjadi beban mereka jika melakukan seluruh syarat kelulusan mereka. Maka dari itu kecemasan pada siswa SMA Swasta Iskandar Muda terjadi karna terlalu menganggap syarat kelulusan ini menjadi salah satu syarat kelulusan untuk uji coba dalam tahun ini atau tahun 2023. penelitian yang dilakukan saat ini tidak terlepas dari adanya kekurangan dan keterbatasan. Diantaranya dalam proses pengambilan data, informasi yang diberikan subjek melalui kuesioner terkadang tidak menunjukkan pendapat

subjek yang sebenarnya karena perbedaan anggapan dan pemahaman yang pendapat pada tiap subjek.

Kesimpulan

Hasil penelitian menunjukkan bahwa mayoritas tingkat kecemasan siswa SMA Swasta Iskandar Muda memiliki kategori tinggi. Pada jenis kelamin siswa laki-laki cenderung lebih tinggi tingkat kecemasannya dibanding perempuan, pada usia lebih tinggi terlihat lebih tinggi pada remaja pertengahan di banding remaja akhir, pada kelas terlihat lebih tinggi kelas 11-12 dibanding kelas 10, dan pada aspek terlihat aspek Fisiologis yang lebih tinggi dibanding aspek lainnya.

Saran

Bagi siswa laki-laki diharapkan agar dapat mempersiapkan diri seperti mengulang pelajaran, mencicil persyaratan kelulusan, menghafal dan melatih membuat karya ilmiah untuk menghadapi syarat kelulusan yang telah di tentukan oleh pihak sekolah. Selain itu juga siswa diharapkan dapat mengikuti pertaturan oleh pihak sekolah. Adapun cara yang dapat dilakukan untuk meningkatkan program syarat kelulusan.

Bagi sekolah diharapkan agar dapat mengarahkan siswa untuk persiapan menghadapi syarat kelulusan dengan cara membuat sosialisasi seperti memberi tahu terkait syarat kelulusan jauh jauh hari sebelum

Gambaran Kecemasan Dalam Menghadapi Syarat Kelulusan
Pada Siswa SMA Swasta Iskandar Muda

menghadapainya contohnya seperti di awal penerimaan murid baru. Bertujuan agar berjalannya syarat kelulusan dengan lancar sesuai keinginan sekolah.

Peneliti berharap kepada penelitian selanjutnya menambahkan jumlah responden dari sekolah yang berbeda dengan syarat kelulusan yang sama, penelitiannya juga dapat menggunakan metode yang berbeda seperti kuantitatif, perbandingan/korelasi dengan menambahkan variabel lainnya seperti variabel stress akademik.

Referensi

- Akbar, D. (2015). *Hubungan antara tingkat kecemasan dengan prestasi akademik mahasiswa di fakultas psikologi universitas muhammadiyah Surakarta*. (Doctoral dissertation, Universitas Muhammadiyah Surakarta) <http://eprints.ums.ac.id/39572/20/NASKAH%20PUBLIKASI.pdf>
- Ali. (2010). Persepsi siswa SMA terhadap pembelajaran online didesa. *Jurnal Pendidikan*,1(1),11-12.
- Azwar, S. (2012). *Penyusunan Skala Psikologi* (2nd ed). Pustaka Belajar.
- Azwar, S. (2017). *Metode Penelitian Psikologi* (2nd ed). Pustaka Belajar.
- Calhoun,JF & Acocella,J.R.,(1990). *Psikologi Tentang Penyesuaian diri*.IKIP Semarang.
- Clark, d.a. & Beck,A.T.(2012). *Buku Kerja Kecemasan dan Kekhawatiran*. Universitas Indonesia.
- Corey Gerald. (2013). *Teori dan Praktek Konseling & Psikoterapi*. PT Refika Aditama.
- Darajat. (2016). *Kesehatan Mental*. Gunung Agung.
- Dona, dkk. (2016). Konsep kecemasan (*anxiety*) pada lanjutan usia (lansia). *Jurnal Psikologi*, 2(5), 11- 13.<http://ejournal.uup.ac.id/index.php/konselor/article/view/6480>
- Fernanda. (2020). Bimbingan kelompok dalam mengurangi kecemasan siswa kelas 6 SD menghadapi ujian nasional. *Jurnal Universitas Negri Padang*, 2(4),10-13. <https://journal.iicet.org/index.php/lentera/article/view/79>
- Frinda. (2017), Pengaruh tingkat kecemasan siswa terhadap prestasi belajar sejarah siswa kelas x ips 2 sman 12 surabaya . *Jurnal Pendidikan*, 5.(3), 11-13.<https://ejournal.inesa.ac.id/index.php/avatara/article/view/21777/19967>
- Ghufron & Rini. (2010). *Teori-Teori Psikologi*. Ar-Ruzz media 2010.
- Ida. (2019). Kecemasan masyarakat terhadap bencana banjir bandang di desa Batuganda kecamatan Lasusua kabupaten Kolaka Utara. *Jurnal Mimbar Kesejahteraan Sosial*, 3 (7), 4-6.<https://journal.uin-alauddin.ac.id/index.php/jmks/article/view/8006>
- Istantoro. (2018). Identifikasi faktor penyebab kecemasan akademik pada siswa kelas XI di SMA Negri 4
- Bantul. *Jurnal pendidikan*,6(8),15- 14.<http://eprints.uny.ac.id/64560/>
- Karmila.(2021). Gambaran tingkat kecemasan pada siswa SMP IT wahdah islamiyah kota Makasar selama pembelajaran jarak jauh pada saat pandemic Covid-19, 13.<https://respository.uinjkt.ac.id/dspace/handle/123456789/64258>
- Mahdiana, dkk. (2022). Motivasi siswa mengikuti mata pelajaran Pendidikan jasmani di SMP 13 Tanjung Jabung Timur. *Jurnal psikologi*, 8 (10), 17- 19.<https://onlinejournal.unja.ac.id/score/article/download/17675/14386>

Gambaran Kecemasan Dalam Menghadapi Syarat Kelulusan
Pada Siswa SMA Swasta Iskandar Muda

- Nando. (2020). Pengaruh kecemasan mengikuti ujian akhir semester matematika siswa kelas v SDN 64 Sukananti Ulu kabupaten Bengkulu Selatan. *Jurnal Pendidikan*, 2(10), 20-22. <http://respository.iainbengkulu.ac.id/4821/1/skripsi.pdf>
- Pebriyani, dkk. (2015). Dukungan social dengan tingkat kecemasan siswa dalam menghadapi ujian akhir nasional. *Jurnal pendidikan*, 3 (10), 22-24. <https://akper-sandikarsa.e-journal.id/IJKSH>
- Sari. (2022). Tingkat pengetahuan pada kecemasan remaja terhadap Covid- 19 di SMPN 16 Kerinci. *Jurnal Kecemasan*, 4(8), 12-15. <https://ojs.unud.ac.id/index.php/eum/article/view/87707>
- Setiawan, H, T. (2016). Minat siswa kelas I SMA Negeri 1 sigaluh Banjar Negara terhadap mata pelajaran pendidikan jasmani. *Jurnal pendidikan*, 6 (10), 22-24. <http://eprints.uny.ac.id/41622/1/S KRIPSI%20pdf.pdf>
- Sammy. (2015). Tingkat kecemasan pada siswa kelas XII SMA Negri 5 Ambon dalam menghadapi ujian nasional. *Jurnal psikologi*, 6(8), 12-15. <https://ejournal.unsrat.ac.id/index.php/eclinic/article/view/7822>
- Siyoto & Sodik. (2015). *Dasar Metodologi Penelitian*. Literasi media publishing.
- Solih, M., Purwoningsih, E., Gultom, D. P., &Fujiati,I.I. (2018). *Pengaruh penulisan skripsi terhadap simtom depresi dan simtom kecemasan pada mahasiswa fakultas kedokteran universitas Muhammadiyah Sumatera Utara angkatan 2014*. (Ibnu Sina Biomedika).
- Solehah.(2012). Faktor-faktor penyebab kecemasan siswa dalam menghadapi ujian nasional. *Jurnal ilmu Pendidikan*, 7 (11), 20-22. <https://www.neliti.com/id/publication/s/259459/faktor-faktor-penyebab-kecemasan-siswa-dalam-menghadapi-ujian-nasional>
- Sugiyono. (2017). *Metode Penelitian Kuantitatif Kualitatif dan R&D*. Alfabeta.
- Sugiyono. (2019). *Metode Penelitian Kuantitatif Kualitatif dan R&D*. Alfabeta.
- Sugiyono. (2020). *Metode Penelitian Kuantitatif Kualitatif dan R&D*. Alfabeta.
- Wulandari. (2014). Efikasi diri dan stress akademik pada siswa sekolah menengah atas program akselerasi. *Jurnal Psikologi*, 7 (9), 14- 15. <https://journal.uii.ac.id/Psikologika/article/view/7697>
- Yuliantri, P,W,G,S.(2015). Perbedaan tingkat kecemasan siswa kelas III SMA di Denpasar ditinjau dari efikasi diri dan keikutsertaan dalam bimbingan belajar menjelang ujian nasional. *Jurnal Psikologi*, 6 (10), 25-26. https://ojs.unud.ac.id/index.php/Psikologi/article/download/25206/1642_1