

**HUBUNGAN ANTARA *FEAR OF NEGATIVE EVALUATION*
DAN HARAPAN ORANG TUA DENGAN KECEMASAN
AKADEMIK SISWA DI MTSN 1
KOTA SEMARANG**

Skripsi

Untuk memenuhi sebagian persyaratan

Memperoleh derajat Sarjana Psikologi



Disusun oleh:

CHINTYA NINDHI DWIJAYANTI

(30702100058)

**FAKULTAS PSIKOLOGI
UNIVERSITAS ISLAM SULTAN AGUNG
SEMARANG**

2025

PERSETUJUAN PEMBIMBING

HUBUNGAN ANTARA *FEAR OF NEGATIVE EVALUATION* DAN HARAPAN ORANG TUA DENGAN KECEMASAN AKADEMIK SISWA DI MTsN 1 KOTA SEMARANG

Dipersiapkan dan disusun oleh:

Chintya Nindhi Dwijayanti

30702100058

Telah Disetujui untuk Diuji dan Dipertahankan di depan Dewan Penguji Guna
Memenuhi Sebagian Persyaratan untuk Mencapai Gelar Sarjana Psikologi

Pembimbing,

Tanggal



Dra Rohmatun, M.Si., Psikolog

13 Februari 2025

Semarang, 13 Februari 2025

Mengetahui,

Dekan Fakultas Psikologi

Universitas Islam Sultan Agung



Dr. Joko Kuncoro, S.Psi., M.Si
Nik/ 210799001

HALAMAN PENGESAHAN

HUBUNGAN ANTARA *FEAR OF NEGATIVE EVALUATION* DAN HARAPAN ORANG TUA DENGAN KECEMASAN AKADEMIK SISWA DI MTSN 1 KOTA SEMARANG

Dipersiapkan dan disusun oleh:

Chintya Nindhi Dwijavanti

30702100058

Telah dipertahankan di depan Dewan Penguji

Pada tanggal 21 Februari 2025

Dewan Penguji

Tanda Tangan

1. Dr. Joko Kuncoro, S.Psi., M.Si
2. Dr. Laily Rahmah, S.Psi., M.Psi., Psikolog
3. Dra. Rohmatun, M.Si., Psikolog

.....
.....
.....

Skripsi ini telah diterima sebagai salah satu persyaratan
untuk memperoleh gelar Sarjana Psikologi

Semarang, 21 Februari 2025

Mengetahui,

Dekan Fakultas Psikologi UNISSULA



Dr. Joko Kuncoro, S.Psi., M.Si

NIK. 210799001

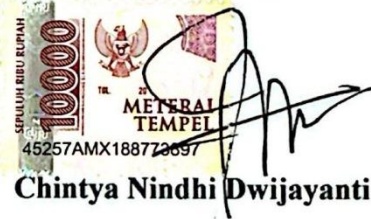
PERNYATAAN

Yang bertanda tangan dibawah ini, saya Chintya Nindhi Dwijayanti dengan penuh kejujuran dan tanggung jawab menyatakan bahwa:

1. Skripsi ini adalah karya saya sendiri dan belum pernah diajukan untuk memperoleh derajat kesarjanaan di suatu perguruan tinggi manapun.
2. Sepanjang pengetahuan saya, skripsi ini tidak terdapat karya atau pendapat yang pernah ditulis/diterbitkan oleh orang lain, kecuali yang secara tertulis diacu dalam naskah ini dan disebutkan dalam daftar Pustaka.
3. Jika terdapat hal-hal yang tidak sesuai dengan isi pernyataan ini, maka saya bersedia derajat kesarjanaan saya dicabut.

Semarang, 13 Februari 2025

Yang Menyatakan



Chintya Nindhi Dwijayanti

PERSEMBAHAN

Karya ini saya persembahkan kepada,

Orang teristimewa dalam hidup saya yaitu kedua orang tua tercinta Bapak Henry Siswanto dan Ibu Siti Sejati yang telah membesarkan saya hingga saat ini. Terima

kasih untuk setiap tetes keringat dalam setiap langkah pengorbanan dan kerja keras yang dilakukan untuk memberikan yang terbaik kepada saya, mengusahakan segala kebutuhan saya, mendidik, membimbing, dan selalu memberikan kasih sayang yang tulus, motivasi, serta dukungan dan doa kepada saya dalam keadaan apapun agar saya dapat bertahan untuk melangkah setapak demi setapak dalam meraih mimpi. Mereka memang tidak pernah mengenyam hangatnya bangku perkuliahan, namun karena merekalah saya dapat mencapai tahap ini. Menjadi suatu kebanggaan memiliki orang tua yang selalu memberikan dukungan dan kesempatan untuk dapat meraih cita-cita anaknya. Saya dengan bangga mempersembahkan gelar ini untuk mereka.

Kepada kakakku tersayang Surya Jati Ari Putranto dan adik kecilku yang selalu akan menjadi adik kecilku Maharani Galih Pratiwi. Terima kasih telah mendukung dan membersamai saya selama menempuh pendidikan ini. Mungkin dahulu pendidikan ini sempat menjadi impian kakak, tetapi hal tersebut tidak dapat terwujud karena beberapa alasan. Namun, sekarang saya bisa mewujudkan impian kakak dan saya juga akan mempersembahkan gelar ini untuk kakak dan juga adik kecilku tentunya.

Dosen Pembimbing Ibu Dra. Rohmatun, M.Si., Psi yang dengan penuh kesabaran membimbing, memberikan ilmu, saran dan nasihat, juga dukungan dalam menyelesaikan karya ini.

Dosen Wali Pak Abdurrohman S.Psi., M.Si yang selalu membantu saya saat saya menemukan kesulitan akademik. Terima kasih karena selalu mendorong saya untuk dapat menyelesaikan karya ini dan meyakinkan saya bahwa tidak ada hal yang sulit dalam proses ini.

MOTTO

“Sebaik-baik manusia adalah yang paling bermanfaat bagi orang lain”

(HR. Ahmad, ath-Thabrani, ad-Daruqutni)

*“Apapun yang menjadi takdirmu, pasti akan mencari jalannya sendiri
untuk menemukanmu”*

(Ali bin Abi Thalib)

*“Yesterday I was clever so, I want to change the world. Today I am wise,
so, I am changing myself”*

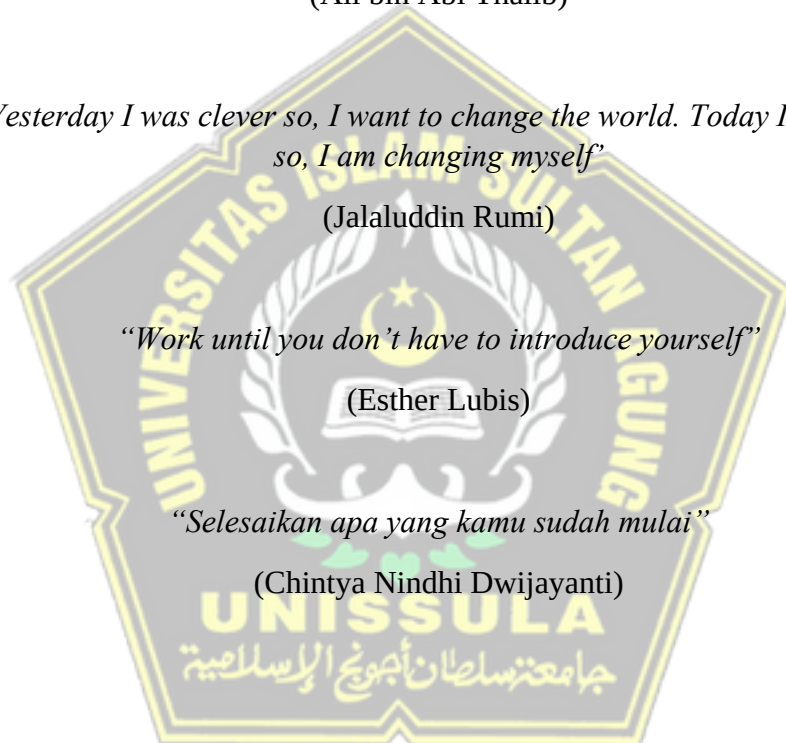
(Jalaluddin Rumi)

“Work until you don't have to introduce yourself”

(Esther Lubis)

“Selesaikan apa yang kamu sudah mulai”

(Chintya Nindhi Dwijayanti)



KATA PENGANTAR

Bismillahirrahmanirrahim

Assalamualaikum Warahmatullahi Wabarakatuh

Puji syukur kehadirat Allah SWT atas rahmat dan hidayah-Nya yang telah diberikan kepada peneliti sehingga peneliti dapat menyelesaikan karya ilmiah ini untuk memenuhi salah satu syarat mencapai derajat S-1 Sarjana Psikologi. Sholawat dan salam selalu tercurahkan kepada Baginda Rasulullah Nabi Muhammad SAW, semoga kita selalu mendapatkan syafa'at dari beliau.

Penulis menyadari, dalam proses penulisan ini banyak kendala dan hambatan yang datang, namun berkat bantuan, dukungan, dan motivasi secara moril maupun materiil dari semua pihak yang telah diberikan kepada peneliti, sehingga peneliti dapat melalui segala proses yang terasa sulit menjadi lebih mudah. Akhirnya dengan penuh kerendahan hati penulis mengucapkan terimakasih kepada:

1. Bapak Joko Kuncoro, S.Psi., M.Si, selaku Dekan Fakultas Psikologi UNISSULA yang telah membantu dalam proses akademik maupun penelitian.
2. Ibu Dra. Rohmatun, M.Si, Psikolog, selaku dosen pembimbing skripsi yang dengan sabar memberikan bimbingan, meluangkan waktu dan pikiran, serta mengarahkan dan memberikan dukungan, sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi ini dengan baik.
3. Bapak Abdurrohim, S.Psi., M.Si, selaku dosen wali yang telah memberikan bimbingan, arahan, dan dukungan selama proses akademik di UNISSULA.
4. Seluruh siswa kelas IX MTs Negeri 1 Kota Semarang tahun 2024/2025 yang telah bersedia dan meluangkan waktunya untuk mengisi skala.
5. Seluruh dosen Fakultas Psikologi UNISSULA yang telah memberikan ilmu, pengetahuan, dan pengalaman yang bermanfaat kepada penulis.
6. Bapak dan ibu staff TU Fakultas Psikologi UNISSULA yang telah memberikan kemudahan dalam proses administrasi selama penulis menjalani perkuliahan di Fakultas Psikologi.

7. Kedua orang tua yang tercinta Bapak Henry Siswanto dan Ibu Siti Sejati yang telah membesarkan penulis hingga saat ini. Terima kasih karena telah mendidik, membimbing, dan selalu memberikan kasih sayang yang tulus, motivasi, serta doa dan dukungan baik secara moril maupun materiil kepada penulis.
8. Kakak tersayang Surya Jati Ari Putranto yang menjadi penyemangat penulis. Terima kasih telah mendukung dan membersamai penulis selama menempuh pendidikan ini serta memberikan motivasi kepada penulis untuk terus meraih impian.
9. Adik tersayang Maharani Galih Pratiwi yang menjadi sumber motivasi penulis. Terima kasih karena telah memberikan dukungan kepada penulis dan harapan yang tersirat kepada penulis untuk dapat segera menyelesaikan pendidikan ini. Sehingga penulis termotivasi untuk menyelesaikan karya ini.
10. Nenek yang senantiasa memberikan dukungan, doa dan memberikan semangat kepada penulis untuk terus belajar dan meraih cita-cita. Sehingga penulis bisa berada di tahap ini.
11. Teman-teman yang selalu mendengarkan keluh kesah penulis, menghibur disaat penulis merasa terpuruk, memberikan dukungan dan semangat kepada penulis selama proses menjalani perkuliahan dan membantu penulis dalam proses penulisan skripsi ini.
12. Teman-teman Kelas A Psikologi 2021 atas kebersamaan, canda tawa yang telah diberikan selama masa perkuliahan.
13. *Last but not least, I wanna thank me for believing in me, I wanna thank me for doing all this hard work, I wanna thank me for having no days off, I wanna thank me for, for never quitting, I wanna thank me for just being me at all times.*

Penulis menyadari bahwa karya ini masih jauh dari kata sempurna, untuk itu penulis sangat mengharapkan kritik dan saran dari berbagai pihak guna menyempurnakan skripsi ini. Penulis berharap karya ini dapat memberikan manfaat bagi perkembangan ilmu psikologi kedepannya.

Wassalamualaikum Warahmatullahi Wabarakatuh

Semarang, 13 Februari 2025

Chintya Nindhi Dwijayanti
(30702100058)



DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL.....	i
PERSETUJUAN PEMBIMBING.....	ii
HALAMAN PENGESAHAN.....	iii
PERNYATAAN.....	iv
PERSEMBAHAN.....	v
MOTTO	vi
KATA PENGANTAR	vii
DAFTAR ISI.....	x
DAFTAR TABEL.....	xiii
DAFTAR GAMBAR.....	xiv
DAFTAR LAMPIRAN.....	xv
ABSTRAK.....	xvi
ABSTRACT.....	xvii
BAB I PENDAHULUAN.....	1
A. Latar Belakang.....	1
B. Rumusan Masalah	5
C. Tujuan Penelitian.....	6
D. Manfaat Penelitian.....	6
BAB II LANDASAN TEORI	7
A. Kecemasan Akademik	7
1. Definisi Kecemasan Akademik	7
2. Faktor-faktor yang Memengaruhi Kecemasan Akademik	7
3. Aspek-aspek Kecemasan Akademik	13
4. Gejala Kecemasan Akademik	17
B. <i>Fear of Negative Evaluation</i>	19
1. Definisi <i>Fear of Negative Evaluation</i>	19

2. Aspek-aspek <i>Fear of Negative Evaluation</i>	20
C. Harapan Orang Tua	22
1. Definisi Harapan Orang Tua	22
2. Aspek-aspek Harapan Orang Tua.....	23
D. Hubungan Antara <i>Fear of Negative Evaluation</i> dan Harapan Orang Tua dengan Kecemasan Akademik	25
E. Hipotesis	28
BAB III METODE PENELITIAN.....	29
A. Identifikasi Variabel	29
B. Definisi Operasional.....	29
1. Kecemasan Akademik.....	29
2. <i>Fear of Negative Evaluation</i>	29
3. Harapan Orang Tua	29
C. Populasi, Sampel, dan Teknik Sampling.....	30
1. Populasi	30
2. Sampel.....	Error! Bookmark not defined.
3. Teknik Sampling	31
D. Metode Pengambilan Data	31
1. Skala Kecemasan Akademik	31
2. Skala <i>Fear of Negative Evaluation</i>	32
3. Skala Harapan Orang Tua	33
E. Validitas, Uji Daya Beda Aitem, dan Reliabilitas	34
1. Validitas.....	34
2. Uji Daya Beda Aitem	34
3. Reliabilitas.....	34
F. Teknik Analisis Data	35
BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN.....	36
A. Orientasi Kacah dan Pelaksanaan Penelitian.....	36
1. Orientasi Kacah Penelitian	36
2. Persiapan Penelitian	37
B. Pelaksanaan Penelitian	43
C. Analisis Data dan Hasil Penelitian	44

1. Uji Asumsi.....	44
2. Uji Hipotesis.....	46
D. Deskripsi Hasil Penelitian	47
1. Deskripsi Data Skor Kecemasan Akademik	48
2. Deskripsi Data Skor <i>Fear of Negative Evaluation</i>	49
3. Deskripsi Data Skor Harapan Orang Tua.....	50
E. Pembahasan	51
F. Kelemahan Penelitian	53
BAB V KESIMPULAN DAN SARAN.....	54
A. Kesimpulan Penelitian.....	54
B. Saran	54
DAFTAR PUSTAKA	55
LAMPIRAN.....	59



DAFTAR TABEL

Tabel 1.	Populasi	30
Tabel 2.	Skala <i>Fear of Negative Evaluation</i>	32
Tabel 3.	Skala Harapan Orang Tua	33
Tabel 4.	Distribusi Sebaran Aitem Skala <i>Fear of Negative Evaluation</i>	39
Tabel 5.	Distribusi Sebaran Aitem Skala Harapan Orang Tua.....	39
Tabel 6.	Sebaran Aitem Berdaya Beda Tinggi dan Rendah Skala Kecemasan Akademik.....	41
Tabel 7.	Sebaran Aitem Berdaya Beda Tinggi dan Rendah Skala <i>Fear of Negative Evaluation</i>	42
Tabel 8.	Sebaran Aitem Berdaya Beda Tinggi dan Rendah Skala Harapan Orang Tua.....	42
Tabel 9.	Data Subjek Penelitian	43
Tabel 10.	Hasil Uji Normalitas.....	44
Tabel 11.	Norma Kategorisasi.....	47
Tabel 12.	Deskripsi Statistik Skala Kecemasan Akademik	48
Tabel 13.	Kategorisasi Skor Subjek pada Skala Kecemasan Akademik.....	48
Tabel 14.	Deskripsi Statistik Skala <i>Fear of Negative Evaluation</i>	49
Tabel 15.	Kategorisasi Skor Subjek pada Skala <i>Fear of Negative Evaluation</i>	49
Tabel 16.	Deskripsi Statistik Skala Harapan Orang Tua.....	50
Tabel 17.	Kategorisasi Skor Subjek pada Skala Harapan Orang Tua	51

DAFTAR GAMBAR

Gambar 1. Kategorisasi Kecemasan Akademik.....	48
Gambar 2. Kategorisasi <i>Fear of Negative Evaluation</i>	50
Gambar 3. Kategorisasi Harapan Orang Tua	51



DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran A	Penelitian	60
Lampiran B.	Tabulasi Data Skala Penelitian.....	70
Lampiran C	Uji Validitas Dan Reliabilitas.....	92
Lampiran D.	Uji Analisis Data Penelitian	97
Lampiran E.	Surat Izin Dan Dokumentasi Penelitian	102



HUBUNGAN ANTARA *FEAR OF NEGATIVE EVALUATION* DAN HARAPAN ORANG TUA DENGAN KECEMASAN AKADEMIK SISWA DI MTSN 1 KOTA SEMARANG

¹Chintya Nindhi Dwijayanti

Program Studi Psikologi, Fakultas Psikologi, Universitas Islam Sultan Agung

chintyandy@std.unissula.ac.id

ABSTRAK

Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui hubungan antara *fear of negative evaluation* dan harapan orang tua dengan kecemasan akademik siswa di MTsN 1 Kota Semarang. Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif korelasional. Subjek pada penelitian ini merupakan siswa kelas IX di MTsN 1 Kota Semarang dengan jumlah 152 orang yang diambil dengan metode *cluster random sampling*. Metode pengumpulan data yang digunakan dalam penelitian ini adalah skala *fear of negative evaluation* yang berjumlah 10 aitem dengan reliabilitas 0,806. Skala harapan orang tua berjumlah 18 aitem dengan reliabilitas 0,776. Skala kecemasan akademik yang berjumlah 9 aitem dengan reliabilitas 0,737. Analisis regresi digunakan untuk menguji hubungan antara *fear of negative evaluation* dan harapan orang tua dengan kecemasan akademik diperoleh nilai $R = 0,621$ dengan taraf signifikansi 0,000 ($p > 0,01$) artinya ada hubungan yang signifikan antara *fear of negative evaluation* dan harapan orang tua dengan kecemasan akademik. Berarti hipotesis pertama yang diajukan diterima. *Fear of negative evaluation* dan harapan orang tua secara bersama-sama memberikan sumbangan efektif sebesar 37,8% terhadap kecemasan akademik. Hipotesis kedua dan ketiga menggunakan analisis data korelasi parsial. Hipotesis kedua diperoleh nilai $r_{x1y} = 0,616$ dengan taraf signifikansi 0,000 ($p < 0,01$), artinya ada hubungan positif yang signifikan antara *fear of negative evaluation* dengan kecemasan akademik yang berarti hipotesis kedua diterima. Hipotesis ketiga diperoleh nilai $r_{x2y} = -0,135$ dengan taraf signifikansi 0,097 ($p > 0,05$), artinya tidak ada hubungan antara harapan orang tua dengan kecemasan akademik yang berarti hipotesis ketiga ditolak.

Kata Kunci: *Fear of negative evaluation*, harapan orang tua, kecemasan akademik, siswa.

**RELATIONSHIP BETWEEN FEAR OF NEGATIVE EVALUATION AND
PARENTAL EXPECTATIONS WITH ACADEMIC ANXIETY
AT MTSN 1 KOTA SEMARANG**

¹Chintya Nindhi Dwijayanti

Faculty of Psychology, Sultan Agung Islamic University

chintyandy@std.unissula.ac.id

ABSTRACT

The purpose of this study was to determine the relationship between fear of negative evaluation and parental expectations with academic anxiety at MTsN 1 Kota Semarang. This study used a correlational quantitative approach. The subjects in this study were ninth grade students at MTsN 1 Kota Semarang with a total of 152 people taken by cluster random sampling method. The data collection method used in this study was the fear of negative evaluation scale which amounted to 10 items with a reliability of 0.806. The parental expectation scale amounted to 18 items with a reliability of 0.776. Academic anxiety scale which amounted to 9 items with a reliability of 0.737. Regression analysis was used to test the relationship between fear of negative evaluation and parental expectations with academic anxiety obtained a value of $R = 0.621$ with a significance level of 0.000 ($p > 0.01$) meaning that there is a significant relationship between fear of negative evaluation and parental expectations with academic anxiety. It means that the first hypothesis proposed is accepted. Fear of negative evaluation and parental expectations together provide an effective contribution of 37.8% to academic anxiety. The second and third hypotheses used partial correlation data analysis. The second hypothesis obtained the value of $r_{x1y} = 0.616$ with a significance level of 0.000 ($p < 0.01$), meaning that there is a significant positive relationship between fear of negative evaluation and academic anxiety, which means that the second hypothesis is accepted. The third hypothesis obtained the value of $r_{x2y} = -0.135$ with a significance level of 0.097 ($p > 0.05$), meaning that there is no relationship between parental expectations and academic anxiety, which means that the third hypothesis is rejected.

Keywords: *Fear of negative evaluation, parental expectations, academic anxiety, students.*

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Pendidikan termasuk hal yang fundamental serta menjadi salah satu penentu masa depan suatu bangsa. Pendidikan sendiri terbagi tiga, yaitu pendidikan secara formal, pendidikan secara informal dan pendidikan secara non-formal. Pendidikan formal yaitu sebuah bentuk pembelajaran yang dilakukan di dalam sebuah institusi resmi atau di sekolah. Pendidikan informal yaitu sebuah bentuk pembelajaran yang dilakukan pada lingkungan keluarga dan dilakukan sebelum anak memasuki usia sekolah. Pendidikan non-formal yaitu pendidikan tambahan dan pendidikan ini biasanya dilaksanakan di luar lingkup suatu institusi resmi atau di luar sekolah (Syaadah dkk., 2022). Konteks pendidikan identik kaitannya dengan pendidikan formal yang terjadi di lingkungan sekolah. Saat berada di sekolah, siswa mempelajari banyak hal termasuk belajar hal baru yang sebelumnya tidak diketahuinya. Siswa tidak hanya melakukan pembelajaran formal, namun siswa juga mempelajari mengenai etika, adab, akhlak, pembentukan karakter dan pengembangan keterampilan serta bakat (Lestari dkk., 2020). Dalam proses belajar, siswa sering kali menemukan kesulitan terutama pada hal baru. Pada saat menemukan kesulitan, siswa cenderung merasa cemas (Solihah & Liana, 2017). Kecemasan ini biasa dikenal dengan istilah kecemasan akademik.

Epstein (Farrasia dkk., 2023) memaparkan bahwa kecemasan merupakan kondisi saat individu merasa takut dan terancam pada sesuatu yang dianggapnya belum terselesaikan. Ini adalah suatu respon pikiran bawah sadar dan secara alamiah berfungsi untuk memberikan respons situasi yang tidak dapat terkendali sebagai bentuk suatu ancaman yang potensial di berbagai seting kehidupan. Kecemasan saat di lingkungan akademik, yaitu disaat muncul perasaan ketakutan dan merasa kurang nyaman saat melakukan interaksi sosial yang disebabkan oleh faktor-faktor seperti hubungan sosial, masalah pribadi, atau prestasi akademik di sekolah.

Kecemasan akademik biasanya dialami oleh siswa yang sedang dalam proses menuntut ilmu akademik terutama saat dihadapkan dengan tugas akademik, ujian dan tekanan akademik lainnya. Siswa yang mengalami kecemasan akademik dapat berdampak pada kesejahteraan individu, baik secara mental maupun fisik. Secara psikologis, kecemasan ini dapat memicu perasaan khawatir yang berlebihan, ketakutan akan kegagalan, serta munculnya pikiran negatif yang berulang (Greenberger & Padesky, 2016). Dampaknya secara fisik dapat terlihat melalui respons tubuh seperti detak jantung yang meningkat, keringat dingin, gangguan tidur, hilangnya nafsu makan, serta sensasi tegang atau sesak di dada (Jendra dkk., 2020). Jika kecemasan akademik tidak dapat dikelola dengan baik, maka akan berdampak pada penurunan konsentrasi, gangguan tidur, serta menurunnya motivasi belajar yang akan berpengaruh pada kinerja akademik secara keseluruhan (Huberty, 2009).

Siswa seharusnya dapat mengelola kecemasan akademik yang muncul dengan strategi yang tepat agar tetap produktif dan menjaga kesejahteraan psikologis. Penerapan metode pembelajaran yang efektif untuk setiap individu, pengendalian stress, serta pendampingan psikologis dapat membantu siswa untuk mengatasi kecemasan akademik agar dapat mencapai potensi akademik yang optimal.

Penelitian terdahulu yang dilakukan Khofifah, dkk (2024) mengungkapkan bahwasanya siswa di SMA Swasta Iskandar Muda mengalami kecemasan Akademik dengan kategori tinggi yang muncul karena sistem pembelajaran yang tinggi serta sistem penilaian mengikuti kurikulum yang diberikan oleh pihak sekolah. Lalu penelitian yang telah dilakukan oleh Laely, dkk (2022) mengungkapkan bahwa kecemasan akademik siswa di SMAN 8 Surabaya berada di kategori sedang dan dalam hal ini memengaruhi prestasi belajar siswa.

Permasalahan terkait kecemasan akademik juga dialami oleh siswa di MTsN 1 Kota Semarang. Dari survey yang telah dilakukan oleh peneliti MTsN 1 Kota Semarang, ditemukan beberapa siswa yang mengalami kecemasan akademik. Hal ini ditunjukkan oleh adanya perasaan gugup saat di depan kelas, menutup muka, mengalihkan pandangan, perasaan takut salah, penghindaran sosial, takut

mendapatkan nilai yang kurang memuaskan, dan takut tidak bisa masuk ke sekolah impian. Adapun kutipan wawancara yang dilakukan peneliti pada siswa MTsN 1 Kota Semarang adalah sebagai berikut:

Subjek 1 :

“Aku takut ga bisa masuk ke MAN IC kak, itu kan sekolah favorit pasti masuknya juga susah apalagi aku udah mau naik ke kelas sembilan, tinggal sekali kesempatan doang untuk ngejar nilai nanti. Aku pengen masuk ke MAN IC biar orang tuaku bangga sama aku kak, karena bisa masuk sekolah favorit” (RPP, 2024).

Lalu wawancara dengan subjek 2 menjelaskan bahwa :

“Aku kalau pas ujian takut kak sama hasilnya, padahal pas ngerjain tuh gampang tapi pas udah selesai tuh deg-deg an sama hasilnya apalagi kalau anak yang paling pinter kayak susah banget jawabnya. Aku juga ngrasa minder kak kalau kumpul sama anak pinter, aku takut kalau aku dibilang bodoh” (QBSA, 2024).

Berdasarkan sumber data yang peneliti kumpulkan yaitu berupa hasil wawancara siswa di MTsN 1 Kota Semarang menunjukkan bahwa siswa mengalami kecemasan akademik. Ini terjadi karena subjek terlalu memikirkan persepsi dari orang lain terhadap dirinya, terlebih ke evaluasi negatif yang akan subjek terima dari orang lain. Kecemasan yang subjek alami berasal dari rasa takut akan penilaian negatif orang lain dan takut dikritik atau diremehkan orang lain. Subjek merasa khawatir akan masa depan yang belum tentu terjadi kepadanya. Selain itu, subjek merasa bahwa subjek perlu untuk membuat orang tua subjek merasa bangga dengan diri subjek. Kecemasan akademik sendiri bisa dipengaruhi oleh *fear of evaluation* (Maqsood & Ijaz, 2013) dan harapan orang tua (Istiantoro, 2018).

Fear of Negative Evaluation diusulkan kali pertama oleh Watson di 1969 sebagai sebuah perasaan cemas, takut dan khawatir akan mendapatkan kritik dengan cara meremehkan dan tekanan yang berlebihan karena evaluasi serta dugaan bahwa orang lain akan memberikan evaluasi negatif kepada dirinya (Bozdağ, 2021; Cooper & Brownell, 2020; Rosalinda & Fricilla, 2015). Situasi ini juga menyebabkan individu mengembangkan keyakinan kondisional pada dirinya sendiri (Bozdağ, 2021). Individu ketika berada di tempat umum dan menerima

perhatian dari banyak orang, ada kecenderungan untuk merasa bahwa tindakan atau perilaku akan dinilai oleh orang lain yang dapat memicu tingkat kecemasan yang berlebihan. Sesuai dengan teori nilai kontrol yang dikemukakan oleh Pekrun (Downing dkk., 2020) siswa menyatakan kecemasan karena siswa merasa tidak yakin tentang bagaimana orang lain akan mengevaluasi kinerja siswa dan siswa merasa takut bahwa siswa akan mendapat penghakiman secara terbuka oleh siswa lain atau instruktur khusus jika memberikan jawaban yang salah.

Selain *fear of negative evaluation*, Fox dan Peleg (Peleg dkk., 2016) mengemukakan bahwa harapan orang tua terkait akademik memainkan peranan penting dalam gangguan kecemasan. Harapan orang tua merujuk pada ekspektasi dari orang tua terhadap beberapa aspek di masa depan anaknya (Zheng dkk., 2023). Dalam teori harapan yang dikemukakan Finn (Zheng dkk., 2023), ekspektasi orang tua dapat berinteraksi dengan ekspektasi diri siswa, dan selanjutnya akan memengaruhi kinerja siswa. Para orang tua mengharapkan anak mampu untuk berprestasi dalam hal akademik, namun terkadang keinginan orang tua mampu mengganggu anak dan menimbulkan kecemasan pada anak. Dalam hal ini anak merasa bahwa kesuksesan pada prestasi akademik dianggap sebagai kewajiban moral yang akan menjadi masalah keluarga dan bukan lagi masalah pribadi jika hal ini tidak dipenuhi (Manzoor & Hassan, 2018). Tingginya ekspektasi orang tua akan menyebabkan keterlibatan orang tua yang berlebihan dalam kehidupan anak-anaknya dan kontrol yang berlebihan terhadap anak. Dalam kasus ini, siswa akan mencurahkan lebih banyak waktu untuk belajar daripada yang lain dan memiliki lebih banyak tekanan akademik (Zheng dkk., 2023).

Penelitian mengenai kecemasan akademik sudah banyak diteliti, diantaranya dilakukan Purwanti, dkk (2020) dengan judul “*Self-Efficacy and Academic Anxiety of College Students*”. Penelitian ini menyatakan adanya signifikansi korelasi negatif antara Efikasi Diri dan Kecemasan Akademik yang mahasiswa alami di Universitas Negeri Yogyakarta yang mengungkapkan apabila semakin tinggi efikasi diri, maka kecemasan yang dialami oleh mahasiswa semakin rendah. Metode penelitian ini menggunakan deskriptif kuantitatif dengan teknik *krejcie tables* untuk pengambilan sampel penelitian.

Serupa dengan penelitian Suparman (2019) yang berjudul “*Hubungan Self-Esteem terhadap Level Kecemasan pada Mahasiswa Pogram Studi Pendidikan Agama Kristen*”. Hasil penelitian ini menunjukkan signifikansi korelasi negatif *self-esteem* dengan kecemasan yang dialami oleh mahasiswa di Program Studi Pendidikan Agama Kristen Universitas Pelita Harapan. Hal ini menunjukkan semakin rendah level *self-esteem* berhubungan pada tingginya kecemasan yang dialami oleh mahasiswa. Teknik *population sampling* pada penelitian ini digunakan untuk menentukan sampel penelitian.

Penelitian Hao dkk (2024) yang berjudul “*Insecure Parental Attachment and Anxiety in Vocational College Students: The Mediating Role of Subjective Well-Being and the Moderating Role of Self-Esteem*” menunjukan signifikansi korelasi yang positif antara *Insecure Parental Attachment* terhadap kecemasan akademik mahasiswa di Sekolah Vokasi Beijing, China yang menunjukkan jika semakin tinggi *Insecure Parental Attachment* maka semakin tinggi juga kecemasan akademik mahasiswa. Teknik *simple random sampling* digunakan untuk mengambil sampel dalam penelitian ini dan diukur menggunakan skala dari *Experiences in Close Relationships-Relationship Structures Scale* (ECR-RSS) dan *Beck Anxiety Inventory* (BAI) dari Beck, Epstein, Brown, and Steer.

Berdasarkan pemaparan di atas, perbedaan antara penelitian ini dengan penelitian sebelumnya ditentukan oleh variabel bebas yang dalam hal ini variabel *Fear of Negative Evaluation* dan Harapan Orang Tua dengan kondisi pembelajaran yang normal dan penelitian kuantitatif korelasional serta subjek penelitian yang difokuskan pada siswa MTsN 1 Kota Semarang.

B. Rumusan Masalah

Apakah ada hubungan antara *fear of negative evaluation* dan harapan orang tua dengan kecemasan akademik pada siswa MTsN 1 Kota Semarang?

C. Tujuan Penelitian

Tujuan penelitian ini yaitu untuk mengetahui hubungan antara *fear of negative evaluation* dan harapan orang tua dengan kecemasan akademik pada siswa MTsN 1 Kota Semarang.

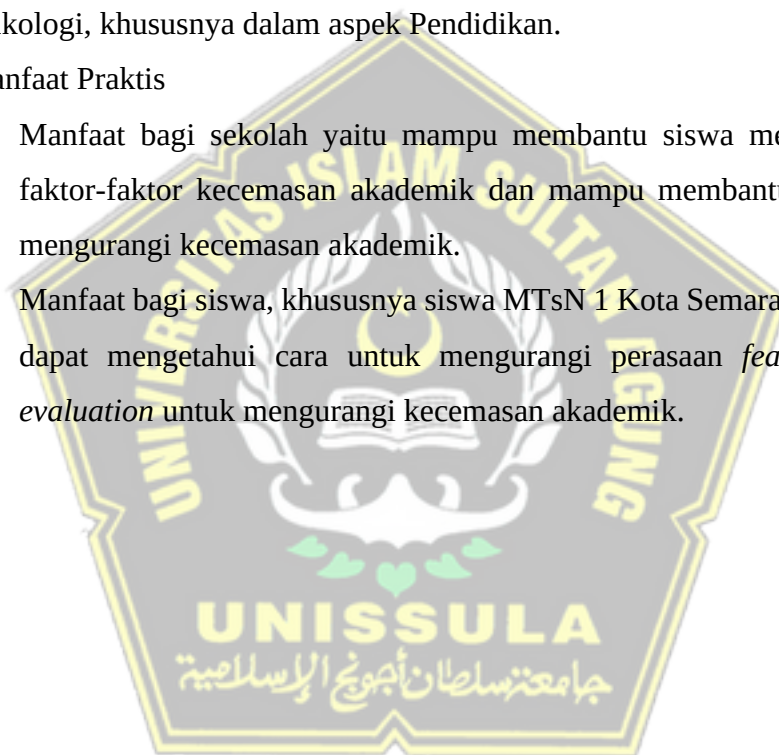
D. Manfaat Penelitian

1. Manfaat Teoritis

Diharapkan penelitian ini dapat menambah cakupan pengetahuan dalam bidang Psikologi, khususnya dalam aspek Pendidikan.

2. Manfaat Praktis

- a. Manfaat bagi sekolah yaitu mampu membantu siswa mengidentifikasi faktor-faktor kecemasan akademik dan mampu membantu siswa untuk mengurangi kecemasan akademik.
- b. Manfaat bagi siswa, khususnya siswa MTsN 1 Kota Semarang diharapkan dapat mengetahui cara untuk mengurangi perasaan *fear of negative evaluation* untuk mengurangi kecemasan akademik.



BAB II

LANDASAN TEORI

A. Kecemasan Akademik

1. Definisi Kecemasan Akademik

Kecemasan menurut Freud adalah ketakutan yang tidak diketahui dengan jelas objeknya, sehingga banyak Individu yang sering merasa kesulitan untuk mengungkapkan dan menjelaskan faktor kecemasan mereka secara detail (Purwanto, 2019). Kecemasan juga mencerminkan campuran berbagai proses emosi yang terjadi saat seseorang mengalami stres dan konflik batin. Sedangkan Nevid dkk., (2014) berpendapat bahwa kecemasan adalah keadaan cemas ataupun khawatir bahwa hal yang buruk akan terjadi. Seringkali, siswa merasa cemas atau gugup saat menghadapi masalah di sekolah, seperti saat menjelang ujian atau saat memilih sekolah lanjutan.

Kecemasan akademik adalah pengalaman emosional yang muncul karena adanya suatu ancaman yang datangnya dari luar ataupun dari dalam individu. Kecemasan mengandung sebuah perasaan takut mengenai datangnya bahaya ataupun ancaman yang mampu mengakibatkan terganggunya pola pikir dan respons fisik sebagai bentuk dari tekanan dalam melaksanakan tugas ataupun aktivitas pada situasi akademik (Milawati & Sutoyo, 2022). Zeidner (Maqsood & Ijaz, 2013) mengemukakan bahwa kecemasan akademik mengacu pada kondisi kecemasan yang dapat dirasakan oleh siswa pada saat proses pembelajaran yang dapat mengganggu prestasi akademik siswa.

Berdasarkan berbagai pendapat di atas, dapat disimpulkan bahwa kecemasan akademik ialah ketakutan akan adanya ancaman atau bahaya pada situasi akademik yang dapat mengganggu aktivitas akademik. Kecemasan ini sering kali timbul karena kekhawatiran tentang kegagalan ataupun hasil yang diharapkan tidak sesuai dan dapat berdampak negatif pada prestasi akademik.

2. Faktor-faktor yang Memengaruhi Kecemasan Akademik

Kecemasan akademik dapat dipengaruhi oleh beberapa faktor. Maqsood & Ijaz, (2013) mengemukakan bahwa ada tiga faktor yang dapat memengaruhi kecemasan akademik pada siswa, diantaranya:

a. *Fear of Evaluation*

Fear of evaluation merupakan suatu bentuk perasaan kekhawatiran dan takut untuk dievaluasi. Evaluasi ini biasanya diberikan oleh teman, guru, dan lainnya yang dapat menyebabkan kecemasan akademik. Contohnya yaitu, ketakutan seperti membuat kesalahan saat membaca di depan kelas, dimarahi guru, dipermalukan di hadapan teman, hingga kegagalan dalam ujian, dan sebagainya.

b. *Behavioral Manifestation*

Behavioral Manifestation ialah sebuah bentuk manifestasi atau penggambaran suatu perasaan dalam bentuk sebuah perilaku dari kecemasan akademik. Contohnya yaitu seperti tangan yang gelisah saat membaca di depan kelas, susah berbicara saat membaca di depan kelas, berkeringat karena merasa takut saat membaca di depan kelas, berhenti di tengah-tengah pada saat membaca di depan kelas, dan seterusnya.

c. *Memory Interference*

Memory Interference yaitu sebuah kondisi tertentu yang mampu menyebabkan hambatan dalam akademik dan mampu menyebabkan hambatan untuk mengingat pelajaran. Contohnya seperti, lupa pada materi yang telah dipelajari pada saat melihat kertas, lupa pada materi yang telah dipelajari karena sebelumnya belajar berlebihan, lupa terhadap pelajaran karena pada pada guru, dan seterusnya.

Kecemasan akademik yang diungkapkan oleh Istiantoro (2018) memiliki beberapa faktor, antara lain:

a. Faktor Pribadi

Faktor pribadi yang dapat memengaruhi kecemasan akademik yang dialami siswa dapat meliputi beberapa indikator berikut, antara lain:

1) Gangguan kesehatan

Kecemasan dapat muncul akibat hal-hal yang tidak jelas atau tidak memiliki keterkaitan dengan apapun dan sesekali diikuti oleh sebuah ketakutan yang dapat berpengaruh pada seluruh kepribadian. Perasaan cemas ini muncul dikarenakan berlebihan emosi, dan hal ini dikarenakan oleh lingkungan yang menyertai. Lingkungan ini bisa dari keluarga, sekolah, maupun lainnya. Perasaan khawatir dan takut pada siswa mengenai penyakit yang sedang diderita atau adanya penyakit sebelumnya yang siswa miliki yang mampu mengganggu konsentrasi serta mengganggu perasaan sehingga siswa lebih fokus pada masalah kesehatan dan hal ini dapat menyebabkan siswa menjadi tidak fokus pada proses belajar.

2) Tidak mampu beradaptasi

Pengalaman tidak menyenangkan yang dialami oleh individu di lingkungannya dapat menyebabkan seseorang menjadi cemas. Hal ini juga yang dapat menimbulkan ketakutan dan kekhawatiran pada individu dan mampu membuat seseorang tidak merasa aman untuk ada di lingkungannya.

3) Kebiasaan buruk belajar

Kebiasaan belajar siswa yang hanya belajar saat menjelang atau mendekati ujian serta tidak terbentuknya jadwal belajar yang terstruktur juga dapat berdampak pada kecemasan yang dihadapi siswa. Kecemasan mampu berdampak pada prestasi akademik dan motivasi siswa untuk meraih mimpi. Serupa dengan penelitian yang dipaparkan oleh Zeidner dkk (Prawitasari, 2012) menyatakan bahwa masalah primer yang dimiliki oleh siswa yang memiliki tingkat kecemasan tinggi yaitu dari awal siswa cenderung tidak dapat menguasai pelajaran dengan baik sehingga siswa mengalami kesulitan di pelajaran berikutnya. Hal ini berakibat pada kecemasan siswa meningkat saat mengerjakan ujian dan hal ini mampu menurunkan motivasi dan prestasi akademik siswa.

b. Faktor Keluarga

1) *Parenting*

Parenting terlebih lagi *parenting* otoriter dapat memberikan rangsangan terhadap kecemasan akademik pada anak. Karenanya orangtua diperlukan mampu untuk bersikap secara demokratis pada saat memperlakukan anak, supaya komunikasi yang ada diantara anak dan orang tua mampu terjalin dengan baik. Sehingga antara anak dan orang tua saling memahami serta dapat mengurangi kecemasan akademik pada siswa.

2) Bimbingan orang tua

Orang tua yang cenderung tidak peduli pada anaknya menjadi faktor yang menyebabkan kecemasan akademik siswa. Saat siswa merasa tidak dipedulikan oleh orang tuanya maka siswa akan merasa tidak nyaman dan muncul kecemasan saat di rumah dan hal ini akan berpengaruh kegiatan akademik anak.

3) Masalah keluarga

Masalah keluarga menjadi salah satu penyebab kecemasan akademik siswa. Kondisi rumah dalam keadaan penuh pertengkaran dapat mengakibatkan ketidaknyamanan saat berada di rumah. Hal ini juga meningkatkan kecemasan pada anak.

4) Harapan orang tua

Harapan orang tua kepada anaknya yang terlalu tinggi akan menyebabkan anak merasa tertekan untuk memenuhi harapan tersebut. Harapan ini biasanya terwujud pada akademik anak, ini mampu membuat anak mengalami kecemasan akademik. Saat belajar anak akan terfokus pada bayangan konsekuensi buruk saat anak tidak mampu memenuhi harapannya.

c. Faktor Sosial

1) Persepsi yang salah

Persepsi saat mengalami kegagalan dalam belajar maupun ujian adalah munculnya perasaan malu dan hilangnya penghargaan

diri. Hal tersebut membuat focus siswa lebih condong pada konsekuensi yang akan diterimanya saat siswa gagal dalam ujian.

2) Lembaga

a) Kompetisi yang ketat antar siswa

Sebagian besar siswa memiliki persepsi bahwa suatu persaingan adalah bentuk dari sebuah ancaman yang mampu membuatnya merasa kurang dibandingkan teman lainnya. Rasa cemas ini dapat muncul karena melihat munculnya bahaya yang menjadi ancaman baginya. Kecemasan ini cenderung seperti perasaan takut, karena masalahnya dapat terlihat dengan jelas dalam pikiran yaitu sebuah persaingan atau kompetisi prestasi yang ketat.

b) Hubungan siswa dengan guru

Hubungan yang buruk antara siswa dan guru bisa menyebabkan kecemasan akademik pada siswa. Ini terjadi karena siswa merasa takut untuk bertanya tentang materi yang belum dipahami, yang akhirnya siswa cenderung merasa cemas dan merasa khawatir tidak dapat mengerjakan ujian di materi tersebut.

c) Fasilitas dan infrastruktur sekolah

Fasilitas serta infrastruktur sekolah yang kurang memadai dapat mengakibatkan siswa kesulitan dalam proses belajar. Contohnya seperti ruang kelas yang panas dapat menyebabkan siswa merasa gerah dan akhirnya siswa kesulitan untuk berkonsentrasi. Akibatnya, siswa mengalami kecemasan dan kekhawatiran yang menghambat proses belajar secara optimal.

Syah (M. R. Putri, 2016) memaparkan terdapat berbagai faktor yang dapat berkontribusi terhadap kecemasan akademik pada siswa, yaitu:

a. Faktor Internal

Faktor ini meliputi ketidakmampuan secara fisik dan psikologis siswa yang secara kognitif atau rendahnya intelektualitas siswa, secara afektif atau emosi dan sikap yang labil, serta secara psikomotorik atau gangguan alat penginderaan siswa.

b. Faktor Eksternal

Faktor eksternal merujuk pada segala hal di luar diri yang dapat berpengaruh pada proses dan hasil pembelajaran siswa. Faktor eksternal ini terdiri dari segala situasi maupun kondisi di lingkungan sekitar siswa.

c. Kejenuhan Belajar

Kejenuhan belajar merupakan sebuah rentang waktu tertentu yang siswa gunakan untuk belajar, namun tidak dapat mendatangkan hasil yang baik. Kejenuhan belajar merupakan periode waktu tertentu yang dihabiskan siswa untuk belajar, tetapi tidak menghasilkan hasil yang optimal. Pada kondisi ini seseorang akan merasa kehilangan motivasi, semangat, dan minat untuk belajar. Hal ini kerap kali disebabkan oleh beberapa faktor, seperti rutinitas dan metode pembelajaran yang konstan, sulitnya atau mudahnya materi pembelajaran, serta tugas yang dibebankan pada siswa terlalu berat. Akibat dari hal ini yaitu kejenuhan belajar yang dapat menghalangi kemampuan siswa untuk memahami materi, dan mampu menurunkan kinerja akademik siswa, serta dapat mengurangi kepuasan siswa dalam belajar.

d. Kelelahan

Kelelahan juga dapat memicu kecemasan akademik dikarenakan siswa tidak mampu untuk melanjutkan prosedur pembelajaran yang telah mencapai di batas kemampuan fisiknya.

Dari faktor-faktor yang sudah disebutkan, dapat disimpulkan bahwa kecemasan akademik disebabkan oleh berbagai faktor yang dapat dikategorikan menjadi dua, yaitu faktor internal dan faktor eksternal. Faktor internal sendiri terdiri dari: *fear of evaluation*, *behavioural manifestation*, *memory interference*, pribadi individu (kondisi kesehatan, adaptasi dan kebiasaan belajar yang buruk), kejenuhan belajar, dan kelelahan. Faktor

eksternal meliputi, faktor keluarga (pola asuh, masalah dalam keluarga, harapan orang tua), sosial (persepsi), dan kelembagaan (kompetisi antar siswa, hubungan dengan guru, sarana prasarana sekolah).

3. Aspek-aspek Kecemasan Akademik

Hooda & Saini (2018) dan Cornell (Manzoor & Hassan, 2018) telah mengungkapkan bahwa ada beberapa aspek dalam kecemasan akademik, antara lain yaitu:

a. *Worry*

Worry atau kekhawatiran ini bukan hanya sekedar perasaan tidak nyaman yang dapat mengganggu pikiran. Kekhawatiran ini adalah sekumpulan pikiran yang dapat menyulitkan siswa dalam menyelesaikan dan mempertahankan konsentrasi serta motivasi dalam mengerjakan tugas. Kekhawatiran ini bisa berbentuk merendahkan diri sendiri atau kekhawatiran mengenai akibat dari suatu kegagalan untuk memenuhi tujuan akademik.

b. *Emotionality*

Emosionalitas atau emosionalitas adalah suatu bentuk manifestasi fisik yang muncul saat seseorang mengalami pengalaman akademik yang membuatnya merasa khawatir. Hal ini termasuk dengan jantung yang berdetak lebih cepat, menegangnya otot dan tangan berkeringat.

c. *Task Generated Interference*

Task generated interference adalah gangguan yang ditimbulkan oleh tugas. Ini berhubungan dengan perilaku siswa yang terkait dengan tugas-tugas yang dikerjakannya tidak produktif dan menghambat keberhasilan belajar. Misalnya, saat terus memeriksa jam saat sedang mengerjakan ujian, atau menghabiskan lebih banyak waktu untuk dapat menjawab pertanyaan ujian.

d. *Study Skill Deficits*

Study skill deficits adalah kekurangan keterampilan dalam belajar. Kasus ini biasanya terjadi pada siswa yang mengalami masalah dengan metode belajar yang buruk sehingga dapat menimbulkan kecemasan.

Misalnya, pada siswa yang belajar di menit terakhir sebelum ujian yang dapat mengakibatkan siswa tidak mampu mengingat jawaban dari pertanyaan-pertanyaan ujian.

e. Prokrastinasi (Hooda & Saini., 2018)

Prokrastinasi memiliki arti menunda atau mengulur-ulur waktu untuk mengerjakan tugas di lain hari. Penundaan ini dapat memengaruhi secara tingkah laku, psikologis, serta kesehatan siswa. Penundaan dalam konteks akademik yaitu bentuk penundaan dalam lingkup akademik yang akan merugikan pendidikan. Penundaan ini terbukti dapat menyebabkan cemas, stres, perasaan bersalah, masalah kesehatan, hilangnya produktifitas yang parah, dan ketidaksetujuan sosial yang disebabkan oleh komitmen yang tidak terpenuhi. Perasaan seperti ini dapat memancing penundaan yang lebih lanjut.

Kecemasan akademik yang diungkapkan oleh Holmes (Gaol, 2022) memiliki empat aspek, antara lain yaitu:

a. Psikologis

Psikologis (*mood*) memiliki gejala berupa perasaan kekhawatiran, tegang, panik, serta takut. Orang yang merasa cemas memiliki ciri seperti munculnya perasaan gelisah, khawatir, gugup, takut, dan perasaan tidak aman. Individu merasa tidak tenang, cenderung lebih mudah untuk merasa tersinggung, dan lebih memungkinkan mengalami depresi.

b. Kognitif

Seseorang yang mengalami kecemasan cenderung terus memikirkan masalah yang dihadapinya, sehingga sulit untuk fokus, berkonsentrasi, atau mengambil keputusan. Perhatiannya mudah teralihkan, dan kesulitan dalam mengingat sesuatu.

c. Somatik

Secara somatik atau secara fisik, terdapat dua kategori utama dalam gangguan kecemasan. Kategori pertama yaitu, mencakup semua gejala yang muncul secara langsung, termasuk mudah lelah, sesak napas, nyeri otot, kram otot, dan nyeri otot. Kategori kedua yaitu, kecemasan

berkepanjangan yang dapat menyebabkan kelemahan otot, nyeri pada kepala dan otot, serta merasakan mual.

d. **Motorik**

Secara gerak motorik, bentuk kecemasan diwujudkan melalui masalah fisik seseorang, seperti tangan terus-menerus gemetar, suara gagap, dan sikap yang tergesa-gesa.

Rehman (Gaol, 2022) menguraikan bahwa kecemasan akademik terdiri dari enam aspek, diantaranya:

a. *Academic Anxiety Symptoms*

Kecemasan tampak dalam perilaku siswa yang tidak biasa saat memulai tugas akademik baru, seperti menunda pekerjaan, terlalu banyak merenung, mengalami kegagalan di kelas, menarik diri dari lingkungan, serta kurang berinteraksi dengan teman sekelas.

b. *Anxiety from Poor Study Habits*

Kebiasaan belajar siswa yang berlangsung dalam kehidupan sehari-hari dapat menjadi pemicu munculnya kecemasan akademik yang dialami siswa.

c. *Anxiety from Subject*

Ketika siswa bersikap negatif terhadap suatu mata pelajaran tertentu karena alasan tertentu, dapat memicu munculnya kecemasan akademik pada siswa.

d. *Anxiety from School Environment*

Kecemasan akademik yang siswa rasakan karena faktor lingkungan sekolah sebagai pencetusnya. Contohnya seperti, persaingan siswa, peran administrasi dan lainnya.

e. *Anxiety from Teacher*

Kecemasan akademik yang dialami siswa yang muncul dikarenakan faktor guru yang mengajar di dalam kelas. Contohnya seperti, guru yang tidak kompeten, sikap tendensius guru pada siswa lain, dan lainnya.

f. *Anxiety from Examination*

Jenis ujian (formatif dan sumatif) dapat menyebabkan kecemasan pada siswa. Penilaian kinerja yang berkelanjutan dan menyeluruh dapat menyebabkan kecemasan pada siswa dan hal ini dapat bertambah parah jika tidak dikendalikan.

Aspek kecemasan akademik yang diungkap Cornell (Manzoor & Hassan, 2018) memiliki empat aspek yaitu,

a. Kekhawatiran

Kekhawatiran lebih dari sekedar perasaan tidak nyaman yang mengganggu di dalam pikiran. Itu adalah kumpulan ide-ide yang melemahkan yang mampu menyulitkan dalam menyelesaikan tugas, mempertahankan konsentrasi dan menjadi termotivasi. Hal ini bisa berupa merendahkan diri sendiri atau khawatir tentang akibat dari kegagalan memenuhi tujuan akademik.

b. Emosionalitas

Gejala fisik atau biologis yang muncul ketika seseorang mengalami akademik yang mengkhawatirkan merupakan subjek emosionalitas. Ini termasuk detak jantung yang lebih cepat, otot yang menegang dan tangan yang berkeringat.

c. Mengenali Gangguan yang Dihasilkan Tugas

Ini termasuk tindakan yang terhubung dengan pekerjaan saat ini dan dapat menghalangi penyelesaian yang berhasil. Saat mengikuti ujian, tugas yang dihasilkan. Kebiasaan yang mengalihkan perhatian termasuk sering membaca ulang pertanyaan karena ragu atau memeriksa waktu terus-menerus.

d. Keterampilan Belajar yang Tidak Memadai

Ini adalah masalah yang dapat timbul dari strategi belajar. seperti belajar di menit-menit terakhir atau kemampuan mencatat yang buruk, yang dapat menyebabkan kecemasan akademik.

Cassady, dkk (2019) menjelaskan bahwa kecemasan akademik bersifat unidimensional atau hanya memiliki satu aspek yang menekankan pada sebab terjadinya kecemasan akademik. Hal ini meliputi khawatir pilihan yang

dilakukan tidak memuaskan, menunda tugas karena merasa tertekan, tugas yang dikerjakan tidak memuaskan, merasa tidak yakin dengan kemampuan diri jika dibandingkan dengan teman sekelas, takut terjadi hal yang tidak menyenangkan saat mengikuti kegiatan pembelajaran, merasa terintimidasi oleh guru, menghabiskan banyak waktu di kelas untuk memikirkan masa depan, ada hal-hal yang menakutkan tentang sekolah, khawatir dengan penilaian teman, merasa terganggu saat harus mengerjakan tugas, dan mengalami kesulitan dalam menangani tanggung jawab di sekolah. Aspek unidimensional memberikan pemahaman yang spesifik dan mendalam mengenai kecemasan akademik, tanpa terpengaruh oleh kompleksitas tambahan dari berbagai dimensi. Selain itu, dimensi-dimensi yang ditawarkan oleh peneliti lain dapat diringkas oleh Cassady, dkk (2019) melalui pendekatan undimensional yang mereka kembangkan. Aspek unidimensional yang dibuat oleh Cassady, dkk (2019) sudah mampu menjelaskan berbagai dimensi yang kompleks tersebut dengan efektif dan komprehensif.

Beberapa aspek yang telah dipaparkan di atas, disimpulkan bahwa kecemasan akademik memiliki beberapa aspek, diantaranya adalah kekhawatiran, emosionalitas, gangguan tugas dan belajar, prokrastinasi, fisik dan psikologis, dan lingkungan sekolah serta guru yang tidak mendukung. Pada penelitian ini, peneliti tertarik dengan aspek yang telah dipaparkan oleh Cassady dkk, (2019) yang menekankan pada satu aspek yaitu menekankan pada sebab terjadinya kecemasan akademik.

4. Gejala Kecemasan Akademik

Rincon (2021) menyatakan bahwa kecemasan akademik memiliki beberapa gejala yang dapat dikelompokkan menjadi empat, yaitu :

a. Gejala Fisiologis

Gejala Fisiologis kecemasan akademik adalah gejala fisik yang dirasakan di tubuh. Kecemasan akademik sering kali dapat menyebabkan bagian tubuh mengalami reaksi gugup atau takut. Gejala-gejala ini dapat meliputi: perut berdebar-debar, perasaan gugup ("kupu-kupu"), mual,

denyut jantung meningkat, gelisah, merasa gelisah, sakit kepala, pusing, berkeringat karena gugup, sesak napas, ketegangan otot, kesulitan rileks.

b. Gejala Kognitif

Gejala kognitif kecemasan akademis melibatkan pikiran-pikiran yang tidak membantu yang mengganggu kinerja. Gejala dalam aspek kecemasan ini tidak terwujud dalam tubuh, tetapi dalam cara berpikir siswa. Siswa yang mengalami hal ini memiliki kekhawatiran yang mencegah mereka untuk dapat fokus pada pekerjaan sekolah. Beberapa contohnya seperti pikiran menyimpang dari isi pelajaran menuju kekhawatiran atas kinerja (gangguan kognitif), ketidakmampuan untuk mempertahankan perhatian/tetap pada tugas (kontrol perhatian), pikiran yang mengganggu dapat memengaruhi kemampuan siswa untuk mengingat/memproses pembelajaran (kelebihan kognitif), kesulitan mengakses ingatan yang tepat atau menerapkan pengetahuan yang sesuai (kesalahan/hambatan mengingat), ingatan terhalang untuk diingat saat ujian atau belajar hanya terjadi dalam kondisi terbatas (hambatan kecemasan), pembicaraan internal yang negatif memengaruhi motivasi dan kinerja.

c. Gejala Perilaku

Gejala perilaku kecemasan terwujud dalam kebiasaan dan perilaku siswa. Orang yang cemas secara akademis dapat mengambil tindakan perilaku untuk menghindari situasi yang membangkitkan perasaan khawatir tersebut. Hal ini dapat terjadi dalam beberapa cara seperti penghindaran atau penundaan tugas yang memicu kecemasan, sengaja memberikan sedikit usaha dalam mengerjakan tugas karena takut gagal (penghindaran perfeksionis), mengerjakan tugas yang tidak terkait (tidak memicu kecemasan), menyerah daripada bertahan dalam mengerjakan tugas yang memicu kecemasan.

d. Gejala Sosial

Kecemasan sosial akademik melibatkan rasa takut akan reaksi negatif dari orang lain (teman sebaya, orang tua, guru, dll.) setelah kinerja akademik yang buruk. Siswa yang merasakan kecemasan akademik secara sosial mungkin dimotivasi oleh orang-orang penting dalam hidup mereka agar berprestasi baik di sekolah, dan ketakutan tidak memenuhi harapan ini dapat menyebabkan perilaku menghindar atau perasaan takut atau khawatir. Siswa-siswa ini mungkin sangat sensitif terhadap rasa malu di lingkungan sekolah.

B. *Fear of Negative Evaluation*

1. Definisi *Fear of Negative Evaluation*

Konsep *fear of negative evaluation* dicetuskan pertama kali oleh Watson (1969) sebagai kecemasan terhadap evaluasi orang lain, khawatir terhadap evaluasi negatif, menghindari situasi evaluative dan adanya harapan bahwa dirinya akan dievaluasi negatif oleh orang lain. *Fear of negative evaluation* identik dengan ketakutan akan hilangnya persetujuan sosial terhadap individu atau perasaan khawatir akan terungkapnya inferioritas individu.

Fear of negative evaluation juga didefinisikan sebagai ketakutan yang timbul karena seseorang menghadapi kemungkinan dievaluasi secara negatif oleh orang lain (Preston, 2023). Dalam hal ini, evaluasi menjadi faktor yang signifikan dalam memengaruhi emosi dan respon individu terhadap interaksi sosial. *Fear of negative evaluation* dapat memengaruhi perilaku individu termasuk upaya untuk menghindari situasi yang berpotensi memicu penilaian negatif.

Stephan dkk (2016) mengemukakan bahwa *fear of negative evaluation* merujuk pada kecemasan yang muncul akibat evaluasi yang dilakukan oleh orang lain, kekhawatiran akan evaluasi yang merugikan, serta prospek orang lain akan menilai individu dengan negatif. Kecemasan, kepatuhan, dan

pencegahan sosial semuanya terkait dengan ketakutan akan evaluasi negatif (Malini & Janakavalli, 2018).

Shabani (H. M. Putri, 2015) menjelaskan bahwa *fear of negative evaluation* merujuk pada perasaan takut terhadap penilaian negatif orang lain, menghindari suatu situasi yang dapat mengakibatkan orang lain memberikan penilaian negatif, dan harapan bahwa dirinya akan dievaluasi secara negatif oleh seseorang. *Fear of negative evaluation* dipengaruhi oleh berbagai faktor, misalnya genetika, kepribadian, jenis kelamin, dan pengalaman. Ketika seseorang mengalami pengalaman tak menyenangkan di depan publik, hal tersebut dapat memicu munculnya *fear of negative evaluation*, yang berpotensi menumbuhkan perasaan negatif secara perlahan.

Berdasarkan penjelasan dari beberapa tokoh di atas, disimpulkan bahwa *Fear of Negative Evaluation* adalah perasaan takut terhadap penilaian negatif yang datang dari orang lain yang ditandai dengan penghindaran pada keadaan evaluatif dan sering dikaitkan dengan hilangnya persetujuan sosial dan perasaan inferioritas.

2. Aspek-aspek *Fear of Negative Evaluation*

Watson, (1969) menyatakan bahwa *fear of negative evaluation* mempunyai aspek-aspek, diantaranya sebagai berikut:

a. Kecemasan Sosial

Sebagai bagian dari kecemasan sosial, *fear of negative evaluation* mengacu pada kecemasan atau rasa takut yang muncul dalam situasi sosial, khususnya ketakutan terhadap evaluasi negatif dari orang lain.

b. Perfeksionisme

Perfeksionisme terjadi ketika seseorang menetapkan standar yang sangat tinggi bagi dirinya sendiri yang sulit untuk dicapai dan memicu perasaan cemas terhadap evaluasi buruk dari orang lain.

c. Penghindaran Sosial

Penghindaran sosial mengacu pada perilaku seseorang yang cenderung menjauhi situasi sosial yang bisa memicu evaluasi negatif dari orang lain.

Leary (1983) menjelaskan bahwa *fear of negative evaluation* mencakup aspek-aspek yang disusun dengan menggunakan skala *Brief Fear of Negative Evaluation* (BFNE), antara lain:

a. Kekhawatiran

Fear of negative evaluation seringkali muncul ketika individu merasa khawatir tentang bagaimana orang lain memberikan penilaian terhadap individu.

b. Stres

Seseorang yang memiliki tingkat *fear of negative evaluation* yang tinggi lebih rentan mengalami stress dibandingkan dengan individu yang memiliki tingkat *fear of negative evaluation* yang rendah.

c. Penghindaran Sosial

Perasaan kecemasan terkait *fear of negative evaluation* yang dialami oleh individu akan mendorongnya untuk menghindari situasi yang memungkinkan untuk mendapatkan penilaian dari orang lain.

d. Harapan akan Dinilai Negatif

Fear of negative evaluation muncul saat individu mengharapkan bahwa dirinya akan mendapat penilaian negatif dari orang lain, yang sering kali disertai dengan perasaan cemas dan khawatir tentang bagaimana orang lain melihat dirinya.

Kesimpulan yang dapat diambil dari berbagai pendapat di atas adalah bahwa individu dengan kecenderungan *fear of negative evaluation* cenderung memiliki kekhawatiran tentang bagaimana dirinya akan dievaluasi oleh orang lain, merasa tertekan oleh evaluasi negatif orang lain, menghindari situasi yang memungkinkan untuk mendapatkan penilaian dari orang lain, harapan mengenai evaluasi negatif dari orang lain, merasa cemas untuk berhubungan sosial dan menarik serta memiliki perilaku perfeksionis yang tinggi. Adapun

aspek yang akan digunakan peneliti yaitu teori Leary (1983) yaitu aspek kekhawatiran, stress, penghindaran, dan harapan.

C. Harapan Orang Tua

1. Definisi Harapan Orang Tua

Harapan menurut *Expectancy Theory* yang dicetuskan oleh Victor H. Vroom (Munandar, 2006) merupakan kekuatan yang dapat memberikan motivasi pada individu untuk dapat giat dalam mengerjakan sesuatu tergantung dari hubungan timbal balik antara apa yang diinginkan dan dibutuhkan dari hasil pekerjaan itu. Dalam istilah yang lebih praktis, teori harapan menyatakan bahwa jika seseorang menginginkan sesuatu dan harapan untuk memperoleh sesuatu, yang bersangkutan akan sangat terdorong untuk memperoleh hal yang diinginkan itu. Sebaliknya, jika harapan memperoleh hal yang diinginkan itu rendah, maka kemauan untuk berupaya akan menjadi rendah.

Harapan orang tua merujuk pada ekspektasi dari orang tua terhadap beberapa aspek di masa depan anak-anak mereka, yang terbentuk setelah pengukuran komprehensif terhadap kemampuan individu, kinerja akademik masa lalu, cita-cita dan situasi keluarga dan memiliki dampak penting pada hasil akademik anak-anak. Tingginya ekspektasi orang tua akan menyebabkan keterlibatan orang tua yang berlebihan dalam kehidupan anak-anaknya dan kontrol yang berlebihan terhadap mereka. Harapan orang tua terhadap anak akan mendorong orang tua untuk membuat lebih banyak keputusan yang berpihak pada anak (Zheng dkk., 2023).

Yamamoto & Holloway (Setyaningrum dkk., 2024) memaknai harapan sebagai keyakinan atau penilaian terhadap prestasi anak di masa depan dari orang tuanya. Sedangkan bila melihat situasi dan kondisi pada masa Yamamoto & Holloway (Setyaningrum dkk., 2024) memaknai Harapan sebagai bentuk keyakinan atau penilaian yang dimiliki orang tua tentang kinerja anaknya di masa mendatang. Namun, jika dilihat dari situasi dan keadaan saat ini, banyak orang tua memiliki harapan yang tidak realistis terhadap anaknya atau membuat penilaian yang tidak realistis tentang anaknya,

terutama di bidang akademik dan profesional. Bentuk dari harapan orang tua yang tidak realistis termasuk orang tua yang mengharapkan lebih dari yang diperlukan untuk perkembangan anak-anaknya dan harus melakukan semua hal yang diminta orang tua. Anak-anak merasa tertekan ketika orang tua memiliki harapan yang tidak realistis tentang kinerja akademik sehingga memunculkan kecenderungan cemas, stress hingga depresi.

Chatterje & Shinta (Zahrani & Fakhriya, 2024) mengungkapkan bahwa harapan orang tua mencakup apa yang diinginkan dari anaknya, baik dalam hal prestasi akademik maupun karier. Ketika harapan tersebut terlalu tinggi dan tidak sesuai dengan kemampuan atau keinginan anak, hal itu dapat memberikan tekanan yang besar pada anak. Beberapa harapan orang tua ketika dipersepsikan oleh anak, dapat dirasakan secara positif atau negatif dan hal ini dapat menjadi suatu dorongan ataupun tekanan bagi anak.

Kesimpulan yang dapat diambil dari beberapa pendapat di atas adalah bahwa harapan orang tua ialah sebuah keinginan atau ekspektasi yang dimiliki orang tua terhadap anak, khususnya terkait dengan prestasi akademik. Harapan orang tua dapat memberikan anak dampak positif dan negatif. Hal ini akan memengaruhi anak tergantung pada persepsi anak dalam memaknai sebuah harapan. Namun, harapan yang tidak realistis pada anak juga dapat menimbulkan tekanan emosional dan mampu memunculkan kecenderungan cemas, stress, hingga depresi pada anak.

2. Aspek-aspek Harapan Orang Tua

Wang & Heppner (2018) mengemukakan bahwa harapan orang tua memiliki tiga aspek yaitu,

a. *Personal Maturity*

Personal maturity didefinisikan sebagai ekspektasi yang berhubungan dengan seberapa pantas tingkah laku dari seseorang, seperti cara pengendalian diri, tanggungjawab, kesopanan, kedewasaan, dan kepatuhan.

b. *Academic Achievement*

Academic Achievement diartikan sebagai bentuk harapan yang berkaitan dengan sebuah keberhasilan seseorang dalam mengejar karier dan prestasi akademik.

c. *Dating Concerns*

Dating Concerns didefinisikan sebagai harapan yang terkait dengan teman kencan dan calon pasangan atau pasangan hidup.

Sasikala & Karunanidhi, (2011) menyebutkan aspek dari harapan orang tua terdiri dari empat aspek penting yaitu,

a. Harapan Pribadi

Harapan Pribadi mengukur harapan orang tua terhadap keturunannya yang terkait dengan rasa hormat ke orang lain, kepatuhan, kedewasaan, disiplin secara keseluruhan, tanggung jawab, dan lain-lain.

b. Harapan Akademik

Harapan akademik mencakup aitem-aitem yang berkaitan dengan harapan dari orang tua terhadap aspirasi akademik, prestasi akademik, dan kinerja anak.

c. Harapan Karir

Harapan karir membahas aitem yang terkait dengan harapan orang tua tentang ambisi hidup dan karier masa depan anak.

d. Ambisi Orang Tua

Ambisi orang tua berhubungan dengan keinginan-keinginan yang tidak dapat tercapai oleh orang tua, serta nilai-nilai yang diharapkan dapat diterapkan dan tercermin dalam diri anak.

Leung & Shek, (2015) mengemukakan bahwa ada tiga aspek harapan orang tua, yaitu,

a. Harapan Berprestasi Akademik

Harapan berprestasi akademik terdiri dari harapan dari orang tua terkait dengan prestasi anak mencakup pencapaian akademik yang

berkelanjutan dan kesuksesan yang diperoleh melalui prestasi akademik anak.

b. Harapan Mandiri

Harapan mandiri merujuk pada harapan dari orang tua pada kemandirian anak, yaitu kemampuan anak untuk mencapai tujuan atau melakukan hal yang diinginkannya sendiri. Contohnya, seperti harapan orang tua agar anaknya dapat mempunyai pekerjaan yang baik di masa depan.

c. Harapan Berkelakuan Baik

Harapan berkelakuan baik mengacu pada keinginan orang tua agar anak dapat bersikap sopan dan menghormati siapa saja, serta memperlakukan orang lain dengan penuh hormat.

Dari aspek-aspek yang telah dipaparkan, kesimpulannya adalah harapan orang tua memiliki beberapa aspek antara lain yaitu, *personal maturity*, *academic achievement*, *dating concerns*, harapan berprestasi, harapan mandiri, dan harapan berkelakuan baik. Dari beberapa aspek tersebut, peneliti tertarik untuk menggunakan aspek yang dipaparkan Sasikala & Karunanidhi (2011) yaitu harapan pribadi, harapan akademik, harapan karir dan ambisi orang tua.

D. Hubungan Antara *Fear of Negative Evaluation* dan Harapan Orang Tua dengan Kecemasan Akademik

Masa remaja merupakan sebuah periode transisi dari kehidupan manusia, di mana masa ini menghubungkan manusia dari masa kanak-kanak menuju ke masa dewasa yang biasanya ditandai oleh perubahan secara fisik, emosi, dan psikis. Masa remaja adalah periode yang dipenuhi dengan konflik dan perubahan emosional yang fluktuatif (Santrock, 2012). Masa remaja umumnya memiliki rentang usia dari 12-21 tahun. Pada usia ini, remaja berada pada tahap *identity confusion* atau kebingungan identitas. Remaja memiliki tugas utama dalam mencari jati diri, yaitu bermakna bahwa remaja memiliki tugas untuk membangun identitas atau jati diri remaja sendiri, menciptakan hubungan yang bermakna dengan lingkungan sekitar

dan individu lain sehingga keberadaannya dapat diakui (Papalia, 2014). Remaja dapat memiliki berbagai masalah emosional dan perilaku.

Remaja pada rentang usia 13-15 tahun termasuk dalam usia sekolah menengah pertama (SMP). Dalam lingkungan akademik, remaja akan mengalami perubahan signifikan selama transisi dari sekolah dasar ke sekolah menengah, berinteraksi lebih banyak dengan teman sebaya dan guru, dan menghadapi tekanan akademik yang lebih besar. Remaja cenderung sensitif dengan keadaan sekitar (Hurlock, 1989). Pada situasi kompetitif, remaja merasa harus mencapai standar tinggi untuk dilihat sukses atau diakui oleh teman-temannya. Saat menjelang ujian remaja cenderung merasa cemas karena melihat bahaya yang mengancam. Kecemasan ini merupakan bentuk ketakutan karena sumbernya tampak jelas dalam pikirannya yaitu persaingan untuk mendapatkan nilai yang lebih baik diantara yang lain. (Istiantoro, 2018). Hal ini memengaruhi remaja mengenai bagaimana orang lain menilai dirinya karena remaja cenderung menganggap penting penilaian dari orang lain (Wulandari & Wijayanti, 2023).

Kondisi seseorang yang berkaitan dengan perasaan takut, khawatir, dan cemas akan penilaian orang lain ini biasa disebut dengan *fear of negative evaluation*. Dalam konteks pendidikan, seseorang yang cenderung memiliki ketakutan atau kekhawatiran akan penilaian orang lain dapat memengaruhi kecemasan akademik. Kecemasan akademik merupakan tanda kekhawatiran mengenai masalah akademik tertentu. Kecemasan akademik didefinisikan sebagai pikiran yang tegang, respons fisiologis, dan perilaku yang disebabkan oleh rasa takut akan kegagalan dalam mengerjakan tugas akademik (Nevid dkk., 2014). Attri & Neelam (2013) menjelaskan bahwa kecemasan akademik berhubungan dengan ancaman yang dirasakan dari lingkungan institusi akademik, termasuk guru dan pelajaran tertentu. Kecemasan akademik adalah respons terhadap situasi yang dianggap negatif dalam lingkungan akademik, yaitu perasaan takut atau tertekan. Kecemasan akademik terjadi selama pendidikan dan dalam situasi di mana siswa diharapkan untuk dapat berprestasi sebaik-baiknya dan dengan resiko yang tinggi, seperti selama ujian atau presentasi di depan banyak orang. Maka dari itu, seseorang

dengan tingkat kecenderungan *fear of negative evaluation* yang tinggi juga akan memiliki kecemasan akademik sebagai sinyal bahaya tersebut.

Fear of negative evaluation adalah perasaan takut terhadap terhadap evaluasi negatif dari orang lain yang ditandai dengan menghindari situasi evaluatif yang sering dikaitkan dengan dengan hilangnya persetujuan sosial dan perasaan inferioritas. Dalam hal ini, evaluasi menjadi faktor yang signifikan dalam memengaruhi emosi dan respon individu terhadap interaksi sosial. *Fear of negative evaluation* dapat memengaruhi perilaku individu termasuk upaya untuk menghindari situasi yang berpotensi memicu penilaian negatif (Preston, 2023).

Selain faktor *fear of negative evaluation* yang mampu memunculkan kecemasan akademik, harapan orang tua pada akademik anak juga memiliki korelasi dengan munculnya kecemasan akademik siswa (Istiantoro, 2018). Orang tua adalah sumber inspirasi yang sangat penting bagi anak. Perilaku orang tua secara langsung atau secara tidak langsung mampu memengaruhi anak. Banyak orang tua memberi tekanan kuat pada anak untuk mendapatkan nilai sempurna (Rani & Rawat, 2019). Tingginya ekspektasi orang tua akan menyebabkan keterlibatan orang tua yang berlebihan dalam kehidupan anak-anaknya dan juga kontrol yang berlebihan (Zheng dkk., 2023). Kontrol orang tua yang berlebihan, tekanan, dan harapan akademik mungkin memainkan peran yang sangat penting dalam gangguan kecemasan anak, baik sebagai penyebab kecemasan, sebagai respons orang tua terhadap kecemasan anak, atau sebagai ekspresi kecemasan orang tua sendiri (Peleg dkk., 2016). Harapan orang tua mampu memberikan dampak negatif dan positif pada kecemasan akademik. Hal ini tergantung bagaimana persepsi anak dalam menerima harapan orang tua. Para orang tua juga mengharapkan anak mampu untuk berprestasi dalam hal akademik, namun terkadang keinginan orang tua mampu mengganggu anak dan menimbulkan kecemasan pada anak. Dalam hal ini anak merasa bahwa kesuksesan pada prestasi akademik dianggap sebagai kewajiban moral yang akan menjadi masalah keluarga dan bukan lagi masalah pribadi jika hal ini tidak dipenuhi (Manzoor & Hassan, 2018). Kecemasan sangat umum terjadi pada masa remaja dan dapat berdampak

negatif pada kesejahteraan umum, kehidupan sosial, prestasi akademik, dan pengembangan keterampilan sosial (Rani & Rawat, 2019).

Berdasarkan penjelasan di atas, dapat disimpulkan bahwa *fear of negative evaluation* dan harapan orang tua mempunyai keterkaitan dengan kecemasan akademik yang dapat memberikan pengaruh pada psikologis siswa. Maka dari itu, hal inilah yang mendasari adanya hubungan antara *fear of negative evaluation* dan harapan orang tua dengan kecemasan akademik pada siswa di MTsN 1 Kota Semarang.

E. Hipotesis

Berdasarkan penjelasan yang telah dijabarkan, maka peneliti mengajukan hipotesis sebagai berikut:

1. Terdapat hubungan antara *fear of negative evaluation* dan harapan orang tua dengan kecemasan akademik pada siswa kelas 9 di MTsN 1 Kota Semarang.
2. Terdapat hubungan positif antara *fear of negative evaluation* dengan kecemasan akademik pada siswa kelas IX di MTsN 1 Kota Semarang. Artinya apabila *fear of negative evaluation* siswa tinggi maka kecemasan akademik yang dirasakan siswa juga tinggi, sebaliknya apabila *fear of negative evaluation* siswa rendah maka kecemasan akademik yang dirasakan siswa juga rendah.
3. Terdapat hubungan positif antara harapan orang tua dengan kecemasan akademik pada siswa kelas IX di MTsN 1 Kota Semarang. Artinya apabila harapan orang tua siswa tinggi maka kecemasan akademik yang dirasakan siswa juga tinggi, sebaliknya apabila harapan orang tua siswa rendah maka kecemasan akademik yang dirasakan siswa juga rendah.

BAB III

METODE PENELITIAN

A. Identifikasi Variabel

Variabel penelitian adalah, atribut, karakteristik, atau perspektif, objek atau kegiatan yang menunjukkan jenis variasi berdasarkan ketetapan dari peneliti dan mencapai suatu kesimpulan (Sugiyono, 2018). Variabel yang digunakan dalam penelitian ini adalah sebagai berikut :

1. Variabel Tergantung (Y) : Kecemasan Akademik
2. Variabel Bebas 1 (X1) : *Fear of Negative Evaluation*
3. Variabel Bebas 2 (X2) : Harapan Orang Tua

B. Definisi Operasional

1. Kecemasan Akademik

Kecemasan akademik adalah skor *Academic Anxiety Scale* yang diukur berdasarkan aspek yang dikemukakan oleh Cassady dkk (2019) yang bersifat unidimensional atau hanya memiliki satu aspek yang menekankan pada sebab terjadinya kecemasan akademik. Skor total yang diperoleh menunjukkan tingkat kecemasan akademik. Semakin tinggi skor yang diperoleh menunjukkan kecemasan akademiknya tinggi, dan sebaliknya semakin rendah skor yang diperoleh menunjukkan kecemasan akademiknya rendah.

2. *Fear of Negative Evaluation*

Fear of Negative Evaluation merupakan skor *The Brief Fear of Negative Evaluation* (BFNE) yang diukur berdasarkan aspek yang dikemukakan oleh Leary (1983) yang terdiri dari kekhawatiran, stress, penghindaran sosial, dan harapan akan dinilai negatif. Skor total yang diperoleh menunjukkan tingkat kecemasan akademik. Semakin tinggi skor yang diperoleh menunjukkan *fear of negative evaluation* tinggi, dan sebaliknya semakin rendah skor yang diperoleh menunjukkan *fear of negative evaluation* rendah.

3. Harapan Orang Tua

Harapan orang tua adalah skor Harapan Orang Tua diukur berdasarkan skala Julita (2023) yang didasarkan pada aspek-aspek yang dipaparkan oleh Sasikala & Karunanidhi (2011) yang terdiri dari harapan pribadi, harapan akademik, harapan karir, dan ambisi orang tua. Skor total yang diperoleh menunjukkan tingkat harapan orang tua. Semakin tinggi skor yang diperoleh menunjukkan harapan orang tuanya tinggi, dan sebaliknya semakin rendah skor yang diperoleh menunjukkan harapan orang tuanya rendah.

C. Populasi, Sampel, dan Teknik Sampling

1. Populasi

Populasi diterjemahkan sebagai sekelompok subjek yang menjadi sasaran generalisasi pada hasil studi penelitian (Azwar, 2017a). Populasi yang akan digunakan yaitu siswa kelas IX tahun pelajaran 2024/2025 di MTsN 1 Kota Semarang. Dengan jumlah keseluruhan yaitu 351 siswa.

Tabel 1. Populasi

No.	Kelas	Jumlah
1.	IX A	32
2.	IX B	32
3.	IX C	30
4.	IX D	34
5.	IX E	34
6.	IX F	31
7.	IX G	32
8.	IX H	32
9.	IX I	33
10.	IX J	28
11.	IX K	33
Total		351

2. Sampel

Sampel merupakan bagian dari populasi berkarakteristik sama dengan populasi. Suatu sampel dikatakan memiliki representasi yang baik bergantung pada kesamaan ciri atau karakteristik dengan populasi yang digunakan pada penelitian (Sugiyono, 2018). Sampel dalam penelitian ini merupakan sebagian dari jumlah populasi.

3. Teknik Sampling

Teknik sampling yang didefinisikan oleh Sugiyono (2018) adalah suatu bentuk metode pengambilan sebuah sampel dalam penelitian. Pada hal ini jumlah sampel ditentukan dengan menggunakan teknik *cluster random sampling*. Teknik *cluster random sampling* adalah sebuah teknik untuk pengambilan sampling dengan acak yang didasarkan pada jumlah dari populasi bukan individual (Azwar, 2017a).

D. Metode Pengambilan Data

Pengambilan data penelitian dilakukan dengan skala. Skala adalah sebuah alat ukur psikologi yang terdiri sekelompok pertanyaan yang telah dirangkai dan diajukan untuk menyusun suatu atribut tertentu dalam penelitian yang berfungsi sebagai alat pengumpulan sebuah data (Azwar, 2017b). Skala dalam penelitian ini adalah:

1. Skala Kecemasan Akademik

Kecemasan akademik adalah suatu pengalaman secara emosional yang dapat muncul akibat ada suatu ancaman yang tidak memiliki sebab-sebab yang khusus, baik dari luar ataupun dari dalam diri individu yang melibatkan perasaan takut akan bahaya dan hal ini dapat mengganggu pola pikir, respons fisik, serta perilaku individu dalam konteks akademik. Kecemasan ini sering kali timbul karena kekhawatiran tentang kegagalan ataupun hasil yang tidak sesuai dengan harapan, dan dapat memberikan dampak yang bersifat negatif terhadap prestasi akademik.

Kecemasan akademik dalam penelitian ini diukur menggunakan *Academic Anxiety Scale* (AAS) yang telah disusun berdasar pada aspek yang dipaparkan Cassady dkk (2019) yang bersifat undimensional atau hanya memiliki satu aspek yang menekankan pada sebab terjadinya kecemasan akademik. Aspek undimensional memberikan pemahaman yang spesifik dan mendalam mengenai kecemasan akademik, tanpa terpengaruh oleh kompleksitas tambahan dari berbagai dimensi.

Academic anxiety scale terdiri dari 11 pertanyaan yang mendukung (*favourable*). Setiap aitem dalam penelitian ini memiliki 4 pilihan jawaban yaitu, SS untuk pilihan jawaban Sangat Sesuai, S untuk pilihan jawaban Sesuai, TS untuk pilihan jawaban Tidak Sesuai dan STS untuk pilihan jawaban Sangat Tidak Sesuai. Setiap jawaban memiliki skor masing-masing dengan reliabilitas 0,900.

2. Skala *Fear of Negative Evaluation*

Fear of Negative Evaluation merupakan kecemasan berlebihan terhadap evaluasi negatif dari orang lain yang melibatkan kekhawatiran dan harapan bahwa evaluasi orang lain akan merugikan. *Fear of negative evaluation* berhubungan dengan kekhawatiran, stress, penghindaran, dan harapan.

Fear of negative evaluation diukur menggunakan beberapa aspek yang telah dipaparkan oleh Leary (1983) yang terdiri dari kekhawatiran, stress, penghindaran sosial, dan harapan akan dinilai negatif.

Skala terdiri dari 8 pertanyaan mendukung (*favourable*) dan 4 pertanyaan yang tidak mendukung (*unfavourable*). Skala dalam penelitian ini menggunakan format skala *Likert*. Setiap aitem dalam penelitian ini memiliki 5 pilihan jawaban yaitu, SS untuk pilihan jawaban Sangat Sesuai, S untuk pilihan jawaban Sesuai, RR untuk pilihan jawaban Ragu-Ragu, TS untuk pilihan jawaban Tidak Sesuai dan STS untuk pilihan jawaban Sangat Tidak Sesuai. Uji reliabilitas *Alpha Cronbach's* pada skala ini menunjukkan skor 0,91.

Tabel 2. Skala *Fear of Negative Evaluation*

Aspek	Jumlah Aitem	Jumlah
-------	--------------	--------

	<i>Favourable</i>	<i>Unfavourable</i>	
Kekhawatiran	3	1	4
Stress	2	-	2
Penghindaran Sosial	1	2	3
Harapan akan dinilai negatif	2	1	3
Total	8	4	12

3. Skala Harapan Orang Tua

Harapan orang tua ialah sebuah keinginan atau ekspektasi yang dimiliki orang tua terhadap anak, khususnya terkait dengan prestasi akademik. Harapan orang tua dapat memberikan anak dampak positif dan negatif. Hal ini akan memengaruhi anak tergantung pada persepsi anak dalam memaknai sebuah harapan. Namun, harapan yang tidak realistis pada anak juga dapat menimbulkan tekanan emosional dan mampu memunculkan kecenderungan cemas, stress, hingga depresi pada anak.

Harapan orang tua diukur dengan Skala Harapan Orang Tua yang telah disusun oleh Julita (2023) yang didasarkan pada aspek-aspek yang dipaparkan oleh Sasikala & Karunanidhi (2011) yang terdiri dari harapan pribadi, harapan akademik, harapan karir, dan ambisi orang tua.

Skala ini terdiri dari 21 pertanyaan mendukung (*favourable*) dan 11 pertanyaan yang tidak mendukung (*unfavourable*). Setiap aitem dalam penelitian ini memiliki 4 pilihan jawaban yaitu, SS untuk pilihan jawaban Sangat Sesuai, S untuk jawaban Sesuai, TS untuk pilihan jawaban Tidak Sesuai dan STS untuk jawaban Sangat Tidak Sesuai. Uji reliabilitas pada alat ukur ini menunjukkan skor 0,874.

Tabel 3. Skala Harapan Orang Tua

Aspek	Jumlah Aitem		Jumlah
	<i>Favourable</i>	<i>Unfavourable</i>	
Harapan Pribadi	8	2	10
Harapan Akademik	3	3	6
Harapan Karir	5	2	7
Ambisi Orang Tua	5	4	9
Total	21	11	32

E. Validitas, Uji Daya Beda Aitem, dan Reliabilitas

1. Validitas

Validitas atau *validity* merupakan ukuran untuk membuktikan bahwa suatu instrumen itu tepat dan cermat dalam menjalankan fungsi pengukurannya (Azwar, 2017b). Validitas isi atau *content validity* digunakan oleh peneliti untuk menguji keterkaitan aitem dengan indikator perilaku yang diukur dengan tujuan untuk mengetahui makna secara menyeluruh aitem skala yang sesuai (Azwar, 2012). Uji validitas diperoleh melalui analisis yang dilakukan oleh ahli dalam bidang tersebut atau *expert judgement* yaitu dosen pembimbing dari peneliti.

2. Uji Daya Beda Aitem

Untuk membedakan antara aitem yang memiliki atribut dan yang tidak, baik secara individu maupun kelompok, peneliti menggunakan uji daya beda aitem. Uji ini dilakukan dengan menghitung koefisien korelasi antara distribusi nilai aitem dan nilai skala.

Kriteria aitem didasarkan pada korelasi jumlah aitem dengan $r_{ix} > 0,30$. Seluruh aitem dengan korelasi minimum yaitu 0,30 dinilai memuaskan. Aitem dengan korelasi $r_{ix} \leq 0,30$ diartikan aitem mempunyai nilai daya beda aitem yang rendah. Jika jumlah aitem lolos kurang dari angka yang diharapkan dapat diturunkan dengan batasan 0,25. Skor uji daya beda aitem dihitung melalui program SPSS (*statistical Packages for Sosial Science*) versi 26.0 for windows.

3. Reliabilitas

Suatu alat pengukuran dapat dikatakan memiliki kualitas pengukuran yang baik jika alat tersebut reliabel atau menghasilkan nilai dengan cermat dan eror pengukuran kecil. Reliabilitas juga diartikan apabila suatu alat pengukuran dapat menunjukkan hasil relatif sama saat diujikan kembali di lain waktu yang (Sugiyono, 2018). Koefisien reliabilitas berada diantara angka 0,00-1,00, sehingga semakin mendekati nilai 1,00 menunjukkan alat ukur bersifat reliabel (Azwar, 2017b).

Pada penelitian ini, uji reliabilitas dilakukan dengan menggunakan metode Alpha Cronbach yang dibantu oleh program SPSS (*statistical Packages for Sosial Science*) versi 26.0 *for windows*.

F. Teknik Analisis Data

Analisis data didefinisikan oleh Sugiyono (2018) sebagai serangkaian aktivitas yang dilakukan setelah semua data dari responden berhasil dikumpulkan dengan melakukan pengelompokan data, menstabulasikan data, menyajikan data dan melakukan penghitungan sehingga menghasilkan kesimpulan. Analisis regresi berganda digunakan oleh peneliti untuk menguji hipotesis pertama. Analisis regresi berganda adalah suatu metode dalam analisis data untuk memprediksi pengaruh antara dua variabel independent atau lebih dari dua variabel independen terhadap variabel dependen. Hipotesis 2 dan 3 diuji menggunakan analisis korelasi parsial. Analisis korelasi parsial pada penelitian ini digunakan untuk menguji ada tidaknya hubungan pada dua variabel dengan melakukan pengendalian pada variabel lain yang dianggap memiliki pengaruh. Perhitungan analisis data menggunakan SPSS (*Statistical Packages for Sosial Science*) versi 26.0 *for windows*.

BAB IV

HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

A. Orientasi Kancan dan Pelaksanaan Penelitian

1. Orientasi Kancan Penelitian

Sebelum peneliti melaksanakan sebuah penelitian, orientasi kancan penelitian merupakan salah satu langkah utama yang wajib dilakukan. Hal ini bertujuan untuk mempersiapkan hal-hal penting yang dibutuhkan selama penelitian berlangsung. Langkah utama yang perlu dilakukan adalah menentukan lokasi penelitian yaitu di MTsN 1 Kota Semarang, Jalan Fatmawati, Kelurahan Sendangmulyo, Kecamatan Tembalang, Kota Semarang, Provinsi Jawa Tengah No. Telepon/Fax (024) 6716521.

MTsN 1 Kota Semarang adalah madrasah tsanawiyah negeri yang terletak di Kota Semarang, Jawa Tengah. Sekolah ini didirikan di atas tanah seluas 8.898 m² pada tahun 1978 dan mulai beroperasi di tahun 1978/1979 dengan status sekolah negeri. Di awal pendiriannya, madrasah ini memiliki nama PGAN 6 tahun dan didirikan di Jalan Sisingamangaraja Semarang. Pada tahun 1984, PGAN 6 tahun telah merubah Namanya menjadi MAN dan MTsN. Sekolah MTsN 1 Kota Semarang memiliki 11 rombel kelas dalam setiap angkataannya.

Tahap selanjutnya yang peneliti akan lakukan yaitu terdiri dari dua tahap. Pertama peneliti melakukan survey terhadap lingkungan sekolah dengan tujuan untuk mengetahui permasalahan dengan melakukan wawancara secara acak terhadap beberapa siswa mengenai kecemasan akademik terkait *fear of negative evaluation* dan harapan orang tua. Kemudian peneliti melakukan permintaan data jumlah siswa kelas IX kepada Wakil Kurikulum untuk menetapkan jumlah populasi dan sampel penelitian. Jumlah siswa kelas IX adalah 351 dengan total 11 kelas. Penelitian ini akan melibatkan seluruh siswa kelas IX.

Alasan peneliti memilih MTsN 1 Kota Semarang sebagai lokasi untuk melakukan penelitian didasari oleh beberapa pertimbangan berikut:

- a. Penelitian terkait hubungan antara *fear of negative evaluation* dan harapan orang tua dengan kecemasan akademik di MTsN 1 Kota Semarang belum pernah dilakukan.
- b. Peneliti secara langsung menemukan bahwa siswa MTsN 1 Kota Semarang mengalami kecemasan akademik dan peneliti juga sempat memberikan konseling pada siswa yang mengalami kecemasan akademik saat peneliti magang di MTsN 1 Kota Semarang.
- c. Peneliti telah mendapatkan izin dari pihak MTsN 1 Kota Semarang untuk melaksanakan penelitian.

Setelah mempertimbangkan hal-hal di atas, peneliti memutuskan untuk melakukan penelitian di MTsN 1 Kota Semarang.

2. **Persiapan Penelitian**

Persiapan dalam penelitian ini dilakukan untuk meminimalisir kesalahan yang mungkin saja terjadi sehingga dapat menghambat jalannya penelitian. Dalam penelitian ini peneliti mempersiapkan beberapa hal, yaitu:

a. **Persiapan Perizinan**

Sebelum melakukan penelitian, peneliti mengajukan surat izin terlebih dahulu untuk melakukan penyebaran skala pada siswa MTsN 1 Kota Semarang dengan nomor surat 170/C.1/Psi-SA/I/2025. Peneliti menyerahkan surat tersebut kepada petugas Tata Usaha MTsN 1 Kota Semarang untuk kemudian diserahkan kepada Kepala Madrasah MTsN 1 Kota Semarang. Setelah mendapatkan izin, peneliti diarahkan untuk menemui Wakil Kepala Madrasah Bidang Kurikulum MTsN 1 Kota Semarang. Selanjutnya, setelah mendapatkan izin dari Wakil Kepala Madrasah Bidang Kurikulum MTsN 1 Kota Semarang, peneliti langsung melakukan tahapan-tahapan penelitian.

b. **Penyusunan Alat Ukur**

Alat ukur memiliki tujuan dalam sebuah penelitian yaitu untuk pengumpulan data yang akan dibutuhkan. Penggunaan alat ukur pada penelitian ini yaitu aitem-aitem pernyataan yang menggunakan indikator-indikator yang diuraikan dan didasarkan pada aspek-aspek yang ada di tiap

variabel. Penelitian ini menggunakan skala *Academic Anxiety Scale*, *The Brief Fear of Negative Evaluation*, dan Skala Harapan Orang Tua.

Tiap skala pada penelitian ini meliputi aitem *favourable* dan aitem *unfavourable*. *The Brief Fear of Negative Evaluation* menggunakan 5 alternatif pilihan jawaban yaitu “Sangat Sesuai” (SS), “Sesuai” (S), “Cukup Sesuai” (CS), “Tidak Sesuai” (TS), “Sangat Tidak Sesuai” (STS). Skala Harapan Orang Tua dan *Academic Anxiety Scale* menggunakan 4 alternatif pilihan jawaban yaitu, “Sangat Sesuai” (SS), “Sesuai” (S), “Tidak Sesuai” (TS), “Sangat Tidak Sesuai” (STS).

Skor yang diberikan pada skala untuk aitem *favourable* yaitu skor 5 apabila memilih jawaban “Sangat Sesuai” (SS), skor 4 untuk pilihan jawaban “Sesuai” (S), skor 3 untuk pilihan jawaban “Cukup Sesuai” (CS), skor 2 untuk pilihan jawaban “Tidak Sesuai” (TS), dan skor 1 untuk pilihan jawaban “Sangat Tidak Sesuai” (STS). Sedangkan skor untuk aitem *unfavourable* yaitu skor 5 apabila memilih jawaban “Sangat Tidak Sesuai” (STS), skor 4 untuk pilihan jawaban “Tidak Sesuai” (TS), skor 3 untuk pilihan jawaban “Cukup Sesuai” (CS), skor 2 untuk pilihan jawaban “Sesuai” (S), dan skor 1 untuk pilihan jawaban “Sangat Sesuai” (SS).

1) *Academic Anxiety Scale*

Penyusunan *Academic Anxiety Scale* diadaptasi dari (Ghanantika, 2024) yang disesuaikan dengan populasi penelitian. Skala ini didasarkan pada aspek-aspek yang dikemukakan oleh Cassady dkk (2019) yang bersifat unidimensional atau hanya memiliki satu aspek yang menekankan pada sebab terjadinya kecemasan akademik. *Academic Anxiety Scale* terdiri dari 11 aitem *favourable*.

2) Skala *The Brief Fear of Negative Evaluation*

Pada skala *The Brief Fear of Negative Evaluation* diadopsi dari (Hanifanisa, 2023) yang digunakan secara langsung oleh peneliti. Skala ini disusun berdasarkan aspek yang dinyatakan oleh Leary

(1983) yang terdiri dari kekhawatiran, stress, penghindaran sosial, dan harapan akan dinilai negatif.

Tabel 4. Distribusi Sebaran Aitem Skala *Fear of Negative Evaluation*

Aspek	No. Aitem		Jumlah
	<i>Favourable</i>	<i>Unfavourable</i>	
Kekhawatiran	1,9, 12	4	4
Stress	3, 5	-	2
Penghindaran Sosial	11	2, 7	3
Harapan akan dinilai negatif	6,8	10	3
Total	8	4	12

3) Skala Harapan Orang Tua

Pada skala Harapan Orang Tua diadaptasi dari (Julita, 2023) yang disesuaikan dengan populasi penelitian. Skala ini didasarkan pada aspek yang dikemukakan oleh (Sasikala & Karunanidhi, 2011) yang terdiri dari harapan pribadi, harapan akademik, harapan karir, dan ambisi orang tua.

Tabel 5. Distribusi Sebaran Aitem Skala Harapan Orang Tua

Aspek	No. Aitem		Jumlah
	<i>Favourable</i>	<i>Unfavourable</i>	
Harapan Pribadi	1, 2, 3, 4, 5, 6, 7, 8	9, 10	10
Harapan Akademik	11, 13, 15	12, 14, 16	6
Harapan Karir	17, 18, 19, 20, 22	21, 23	7
Ambisi Orang Tua	24, 26, 28, 30, 31	25, 27, 29, 32	9
Total	21	11	32

c. Pelaksanaan Uji Coba

Uji coba alat ukur dilakukan untuk melihat kualitas dari alat ukur yang akan digunakan. Alat ukur yang digunakan pada penelitian ini terdiri dari skala kecemasan akademik, skala *fear of negative evaluation*, dan skala harapan orang tua. Peneliti melakukan uji coba alat ukur pada tanggal 24 – 26 Januari 2025. Pada tanggal 24 Januari 2025, peneliti mendatangi MTsN 1 Kota Semarang untuk meminta izin pada sekolah dan meminta nomor *Whatsapp* dari ketua kelas IX D, IX F, IX G, IX H, IX I, dan IX K. Proses penyebaran skala dilakukan dengan menggunakan *google form* dengan link <https://bit.ly/SkalaPenelitianChintya> yang dikirimkan ke grup kelas melalui ketua kelas. Dari jumlah keseluruhan kelas yaitu 199 orang, namun pengisian skala hanya dilakukan oleh 165 orang dan semuanya terkoreksi. Setelah itu skala diberi skor sesuai dengan ketentuan dan dianalisis menggunakan SPSS versi 26.

d. Uji Daya Beda dan Estimasi Reliabilitas Alat Ukur

Langkah selanjutnya yaitu menguji daya beda aitem dan estimasi koefisien reliabilitas terhadap skala *Academic Anxiety Scale*, *The Brief Fear of Negative Evaluation*, dan Harapan Orang Tua. Uji daya beda dilakukan guna mengetahui aitem yang mempunyai daya beda aitem yang rendah agar digugurkan terlebih dahulu sebelum dilakukan analisis data untuk menentukan reliabilitas alat ukur. Daya beda aitem yang dikatakan baik jika korelasi aitem memiliki koefisien $r_{ix} \geq 0,30$, akan tetapi jika aitem yang telah lolos belum memadai syarat, maka sebaiknya dapat diturunkan kriteria korelasi batasnya, sehingga didapatkan 0,25 (Azwar, 2017a). Hasil dari penghitungan daya beda aitem dan reliabilitas pada setiap skala, yaitu berikut:

1) *Academic Anxiety Scale*

Skala *Academic Anxiety Scale* (AAS) yang telah disusun berdasar pada aspek yang dipaparkan Cassady dkk (2019) yang bersifat undimensional atau hanya memiliki satu aspek yang menekankan pada sebab terjadinya kecemasan akademik. Aspek

undimensional memberikan pemahaman yang spesifik dan mendalam mengenai kecemasan akademik, tanpa terpengaruh oleh kompleksitas tambahan dari berbagai dimensi.

Hasil uji daya beda aitem yang telah dilakukan pada 11 aitem diperoleh 9 aitem dengan daya beda aitem yang tinggi dan 2 aitem yang memiliki daya beda aitem yang rendah. Koefisien daya beda aitem tinggi bila berada di rentang 0,311 hingga 0,523. Koefisien daya beda aitem yang rendah bila berada di rentang 0,239 hingga 0,240. Reliabilitas skala kecemasan akademik diperoleh dari koefisien reliabilitas *Alpha Cronbach* dengan nilai sebesar 0,737 dari 9 aitem sehingga dikatakan reliabel. Rincian aitem sebagai berikut:

Tabel 6. Sebaran Aitem Berdaya Beda Tinggi dan Rendah Skala Kecemasan Akademik

Aspek	No. Aitem Fav	DBT	DBR	Jumlah
Kecemasan Akademik	1,2,3,4,5,6,7,8, 9, 10,11	2,3,4,5,7, 8,9,11	1,6	11
Total	11	9	2	

DBT: Daya Beda Tinggi DBR: Daya Beda Rendah

2) Skala *The Brief Fear of Negative Evaluation*

Fear of negative evaluation diukur menggunakan beberapa aspek yang telah dipaparkan oleh Leary (1983) yang terdiri dari kekhawatiran, stress, penghindaran sosial, dan harapan akan dinilai negatif.

Berdasarkan uji daya beda aitem yang dilakukan pada 12 aitem diperoleh 10 aitem memiliki daya beda tinggi dan 2 aitem memiliki daya beda aitem yang rendah. Koefisien daya beda aitem tinggi bila berada di rentang 0,325 hingga 0,628. Koefisien daya beda aitem rendah bila berada di rentang 0,197 hingga 0,248. Reliabilitas skala *fear of negative evaluation* diperoleh menggunakan koefisien reliabilitas *Alpha Cronbach* dengan skor 0,806 dari 10 aitem sehingga dikatakan reliabel. Rincian aitem sebagai berikut:

Tabel 7. Sebaran Aitem Berdaya Beda Tinggi dan Rendah Skala *Fear of Negative Evaluation*

Aspek	No. Aitem		Koefisien		Jumlah
	<i>Fav</i>	<i>Unfav</i>	DBT	DBR	
Kekhawatiran	1,9, 12	4	1,9,12	4	4
Stress	3, 5	-	3,5	-	2
Penghindaran Sosial	11	2, 7	2,7,11	-	3
Harapan akan dinilai negatif	6,8	10	6,8	10	3
Total	8	4	10	2	12

DBT: Daya Beda Tinggi

DBR: Daya Beda Rendah

3) Skala Harapan Orang Tua

Harapan orang tua diukur berdasarkan aspek-aspek yang telah dipaparkan Sasikala & Karunanidhi (2011) yang terdiri dari harapan pribadi, harapan akademik, harapan karir, dan ambisi orang tua.

Berdasarkan uji daya beda aitem yang telah dilakukan pada 32 aitem diperoleh diperoleh 18 aitem berdaya beda aitem tinggi dan 14 aitem berdaya beda aitem rendah. Koefisien daya beda aitem tinggi bila berada di rentang 0,260 hingga 0,451. Koefisien daya beda aitem rendah bila berada di rentang -0,375 hingga 0,234. Reliabilitas skala harapan orang tua diperoleh menggunakan koefisien reliabilitas *Alpha Cronbach* dengan nilai sebesar 0,776 dari 18 aitem sehingga dikatakan reliabel. Rincian aitem sebagai berikut:

Tabel 8. Sebaran Aitem Berdaya Beda Tinggi dan Rendah Skala Harapan Orang Tua

Aspek	No. Aitem		Koefisien		Jumlah
	<i>Favo</i>	<i>Unfav</i>	DBT	DBR	
Harapan Pribadi	1, 2, 3, 4, 5, 6, 7, 8	9, 10	1, 2, 4, 5, 6, 7, 8, 9	3, 10	10
Harapan Akademik	11, 13, 15	12, 14, 16	14	11, 12, 13, 15, 16	6
Harapan Karir	17, 18, 19, 20, 22	21, 23	17, 18, 19, 20, 21	22, 23	7
Ambisi Orang Tua	24, 26, 28, 30, 31	25, 27, 29, 32	27, 30, 31, 32	24, 25, 26, 28, 29	9
Total	21	11	18	14	32

DBT: Daya Beda Tinggi DBR: Daya Beda Rendah

B. Pelaksanaan Penelitian

Penelitian dilakukan oleh peneliti pada tanggal 3 Februari 2025. Sebelum itu peneliti telah melakukan sampling dengan teknik *cluster random sampling* yang menggunakan alat bantu *Wheel of Names* dengan cara memasukkan semua rombel kelas ke dalam roda putar, lalu mengacak seluruh rombel kelas, dan memutar roda putar. Hal tersebut dilakukan terus-menerus sampai keluar 5 rombel kelas untuk dijadikan sampel penelitian. Setelah proses sampling selesai, peneliti melanjutkan penelitian menyebarkan skala di 5 rombel kelas terpilih yaitu kelas IX A, IX B, IX C, IX E, dan IX J. Berikut data subjek penelitian dalam penelitian ini.

Tabel 9. Data Subjek Penelitian

Kelas	Jumlah Keseluruhan	Jumlah yang Mengisi
IX A	32	32
IX B	32	30
IX C	30	29
IX E	34	33
IX J	28	28
Total	156	152

Sebelum memulai penelitian, peneliti terlebih dahulu meminta izin ke Wakil Kepala Madrasah Bidang Kurikulum untuk membantu perizinan pada guru

pengampu yang mengajar di setiap kelas melalui *Whatsapp Group*. Setelah itu, peneliti diminta oleh Kepala Madrasah Bidang Kurikulum untuk langsung masuk ke kelas-kelas dan melakukan penyebaran skala. Peneliti memulai penyebaran skala dari kelas IX E dan dilanjutkan ke kelas IX J, IX C, IX B, dan yang terakhir IX A. sebelum peneliti menjelaskan instruksi pengisian skala, peneliti memberikan perkenalan diri dahulu dan berbincang ringan agar suasana menjadi lebih cair dan tidak tegang. Setelah itu peneliti menjelaskan instruksi pengisian skala dan setelah siswa paham pada instruksi yang diberikan peneliti langsung membagikan skala kepada siswa. Penelitian ini selesai pada pukul 11.15 WIB dan peneliti langsung berpamitan dengan pihak sekolah

C. Analisis Data dan Hasil Penelitian

Proses analisis dilakukan pada saat sudah terkumpulnya data penelitian, kemudian melakukan uji asumsi yang meliputi uji normalitas dan uji linearitas agar dapat memenuhi syarat uji hipotesis.

1. Uji Asumsi

Setelah serangkaian penelitian yang telah dilakukan, peneliti telah mendapatkan data yang kemudian dilakukan uji asumsi dengan aplikasi SPSS *for windows* versi 26. Uji asumsi terdiri dari uji normalitas, uji linearitas, dan uji multikolinieritas.

a. Uji Normalitas

Uji normalitas dilaknakan dengan tujuan untuk mengetahui data penelitian yang dikumpulkan terdistribusi dengan normal atau tidak. Penentuan distribusi variabel dikatakan normal jika ($p > 0,05$), sedangkan jika ($< 0,05$) maka distribusi variabel dikatakan tidak normal. Penghitungan uji normalitas menunjukkan hasil sebagai berikut:

Tabel 10. Hasil Uji Normalitas

Variabel	Mean	SD	KS-Z	Sig.	P	Ket
<i>Fear of Negative Evaluation</i>	32,17	7,059	0,075	0,034	<0,05	Tidak Normal
Harapan Orang Tua	61,39	5,547	0,123	0,000	<0,05	Tidak Normal
Kecemasan Akademik	22,82	4,492	0,058	0,200	>0,05	Normal

Pengujian normalitas pada tabel di atas menunjukkan nilai *fear of negative evaluation* sebesar 0,075 dengan signifikansi 0,034 (<0,05) yang berarti data terdistribusi secara tidak normal, nilai harapan orang tua sebesar 0,123 dengan signifikansi 0,34 (<0,05) yang berarti data terdistribusi secara tidak normal, dan nilai kecemasan akademik sebesar 0,058 dengan signifikansi 0,200 (>0,05) yang berarti data terdistribusi secara normal.

b. Uji Linearitas

Uji linearitas dalam penelitian bertujuan untuk mengetahui apakah ada hubungan linier secara signifikan atau tidak antar variable yang diteliti. Variabel penelitian dapat dikatakan memiliki hubungan linier jika *sig deviation from linearity* > 0,05.

Hasil linear yang dilakukan antara variabel *fear of negative evaluation* dengan kecemasan akademik diperoleh F_{linear} sebesar 1.072 dengan taraf signifikansi 0,383 (*sig deviation from linearity* > 0,05). Hasil tersebut menunjukkan bahwa variabel *fear of negative evaluation* dengan kecemasan akademik memiliki hubungan yang linear. Sedangkan hasil dari uji linearitas antara variabel harapan orang tua dengan kecemasan akademik diperoleh F_{linear} sebesar 1,359 dengan taraf signifikansi 0,138 (*sig deviation from linearity* > 0,05). Hasil tersebut menunjukkan bahwa variabel harapan orang tua dan kecemasan akademik memiliki hubungan yang linear.

c. Uji Multikolinearitas

Pengujian multikolinearitas dilakukan untuk melihat adanya korelasi antar variabel bebas atau tidak dalam suatu penelitian model regresi. Model regresi yang dikatakan baik jika memiliki korelasi antar variabel bebasnya. Pedoman untuk melakukan uji multikolinearitas ini apabila didapatkan nilai hasil *Variance Inflation Factor* (VIF) < 10 dan nilai *Tolerance* $> 0,1$.

Hasil uji multikolinearitas dalam penelitian ini mengindikasikan bahwa nilai *tolerance* = 1,00 yang berarti $> 0,1$ dan nilai *Variance Inflation Factor* (VIF) = 1,00 yang berarti < 10 . Hasil ini menunjukkan bahwa tidak munculnya gejala multikolinearitas pada kedua variabel bebas.

2. Uji Hipotesis

a. Hipotesis 1

Untuk menguji hipotesis pertama pada penelitian ini, maka harus dilakukan pengujian hipotesis dengan teknik analisis regresi berganda. Hal tersebut dilakukan guna melihat adanya hubungan atau tidak antara *fear of negative evaluation* dan harapan orang tua dengan kecemasan akademik.

Berdasarkan uji regresi yang telah dilakukan, diperoleh skor $R = 0,621$ dan F hitung 46.872 dengan taraf signifikansi sebesar 0,000 ($p < 0,01$). Temuan ini menandakan adanya hubungan yang sangat signifikan antara *fear of negative evaluation* dan harapan orang tua dengan kecemasan akademik pada siswa di MTsN 1 Kota Semarang. Skor koefisien predictor *fear of negative evaluation* 0,390 dan skor koefisien harapan orang tua -0,087, serta skor konstan adalah 15,585, sehingga diperoleh persamaan garis regresi $Y = 0,390 X_1 - 0,087 X_2 + 15,586$. Persamaan ini menjelaskan rerata skor kecemasan akademik (Y) yang diperoleh siswa MTsN 1 Kota Semarang akan menghadapi perubahan senilai 0,390 pada tiap terjadinya perubahan *fear of negative evaluation* (X_1) dan akan menghadapi perubahan senilai -0,087 pada harapan orang tua (X_2). Hasil koefisien R Square diperoleh sebesar 0,378 yang memiliki arti bahwa penelitian ini memberikan sumbangan efektif sebesar 37,8%

terhadap kecemasan akademik di MTsN 1 Kota Semarang, sedangkan sebanyak 62,2% dipengaruhi oleh faktor di luar model penelitian.

b. Hipotesis 2

Pengujian hipotesis kedua dilakukan dengan melakukan pengujian korelasi parsial. Skor r_{x1y} yang diperoleh dari penghitungan SPSS adalah sebesar 0,616 pada taraf signifikansi 0,000 ($p < 0,01$), yang berarti adanya hubungan positif yang sangat signifikan antara *fear of negative evaluation* terhadap kecemasan akademik pada siswa di MTsN 1 Kota Semarang. Ini menunjukkan diterimanya hipotesis kedua penelitian ini.

c. Hipotesis 3

Hipotesis ketiga pada penelitian ini dibuktikan dengan melakukan pengujian korelasi parsial. Penghitungan pada SPSS menghasilkan nilai r_{x2y} sebesar -0,135 dengan signifikansi sebesar 0,097 ($p > 0,05$) yang berarti tidak adanya hubungan antara harapan orang tua terhadap kecemasan akademik siswa di MTsN 1 Kota Semarang. Pengujian ini mengartikan bahwa hipotesis ketiga pada penelitian ini ditolak.

D. Deskripsi Hasil Penelitian

Deskripsi variabel berfungsi untuk memberikan penjelasan mengenai subjek penelitian, yang didasarkan pada data yang diperoleh dari variabel yang dikumpulkan dari kelompok subjek yang diteliti (Azwar, 2017b). Pada penelitian ini, kategori normatif subjek menggunakan distribusi normal berdasarkan asumsi bahwa skor subjek dalam kelompok adalah perkiraan skor subjek dalam populasi hipotetik dan bahwa skor subjek dalam populasi berdistribusi normal. Standar dalam distribusi normal terbagi dari enam bagian atau enam satuan deviasi standar. Tiga bagian dengan tanda negatif ada di sebelah kiri, dan tiga bagian dengan tanda positif ada di sebelah kanan (Azwar, 2012). Penelitian ini menggunakan lima standar kategorisasi berikut:

Tabel 11. Norma Kategorisasi

Rentang Skor	Kategori
$\mu + 1,5 \sigma < X$	Sangat Tinggi
$\mu + 0,5 \sigma < X \leq \mu + 1,5 \sigma$	Tinggi

$\mu - 0,5 \sigma < X \leq \mu + 0,5 \sigma$	Sedang
$\mu - 1,5 \sigma < X \leq \mu - 0,5 \sigma$	Rendah
$X \leq \mu - 1,5 \sigma$	Sangat Rendah

μ = Mean Hipotetik; σ = SD Hipotetik

1. Deskripsi Data Skor Kecemasan Akademik

Terdapat 9 aitem dengan indeks diskriminasi tinggi dalam variabel kecemasan akademik dan di setiap aitem telah diberikan rentang nilai 1-4. Berdasarkan rentang nilai tersebut, telah diperoleh skor minimum 9 (9×1), kemudian skor tertinggi dengan perolehan nilai 36 (9×4). Rentang skor skala diperoleh hasil 27 dari ($36 - 9$), skor standar deviasi sejumlah 4,5 ($((36-9) : 6)$), dan *mean* hipotetik 22.5 ($((36+9) : 2)$).

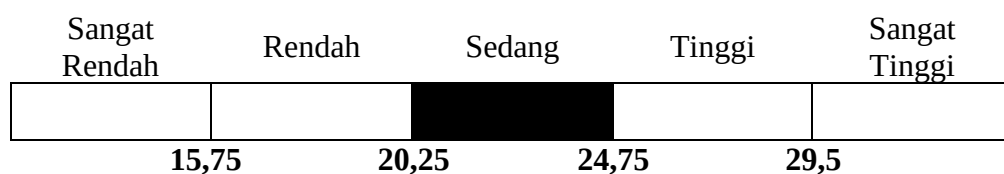
Deskripsi skor empirik variabel kecemasan akademik dari hasil penghitungan SPSS didapatkan data *mean* = 22.82, dan standar deviasi = 4.492, nilai minimum = 9, nilai maksimum = 33. Adapun deskripsi skor variabel penyesuaian diri adalah seperti di bawah ini.

Tabel 12. Deskripsi Statistik Skala Kecemasan Akademik

	Empirik	Hipotetik
Skor Minimum	9	9
Skor Maksimum	33	36
Mean (M)	22.82	22.5
Standar Deviasi (SD)	4.492	4,5

Tabel 13. Kategorisasi Skor Subjek pada Skala Kecemasan Akademik

Norma	Frekuensi	Presentase	Kategorisasi
$29,5 < X$	8	5,263%	Sangat Tinggi
$24,75 < x \leq 29,5$	36	23,684%	Tinggi
$20,25 < x \leq 24,75$	64	42,105%	Sedang
$15,75 < x \leq 20,25$	38	25%	Rendah
$X \leq 15,75$	6	3,947%	Sangat Rendah
Total	152	100%	



Gambar 1. Kategorisasi Kecemasan Akademik

Berdasarkan tabel norma kategorisasi skor skala kecemasan akademik tersebut diketahui bahwa 6 subjek dengan tingkat kecemasan akademik sangat rendah, 38 subjek penelitian dengan tingkat kecemasan akademik rendah, 64 subjek dengan tingkat kecemasan akademik sedang, 36 subjek dengan tingkat kecemasan akademik tinggi, dan 8 subjek dengan tingkat kecemasan akademik sangat tinggi. Berdasarkan data di atas, dapat ditarik kesimpulan bahwa kategori skor subjek pada variabel kecemasan akademik termasuk dalam kategori sedang.

2. Deskripsi Data Skor *Fear of Negative Evaluation*

Terdapat 10 aitem dengan indeks diskriminasi tinggi pada variabel *fear of negative evaluation* dan di tiap aitem memiliki rentang nilai 1-5. Berdasarkan rentang nilai tersebut, maka diperoleh skor minimum 10 (10×1), kemudian skor tertinggi dengan perolehan nilai 50 (10×5). Rentang skor skala diperoleh hasil 40 dari ($50 - 10$), skor standar deviasi sejumlah 6.667 ($((50-10) : 6)$), dan *mean* hipotetik 30 ($((50+10) : 2)$).

Deskripsi skor empiric variabel *fear of negative evaluation* dari hasil penghitungan SPSS didapatkan data *mean* = 32.17, dan standar deviasi = 7.059, nilai minimum = 15, nilai maksimum = 48. Adapun deskripsi skor variabel penyesuaian diri adalah seperti di bawah ini.

Tabel 14. Deskripsi Statistik Skala *Fear of Negative Evaluation*

	Empirik	Hipotetik
Skor Minimum	15	10
Skor Maksimum	48	50
<i>Mean</i> (M)	32.17	30
Standar Deviasi (SD)	7.059	6.667

Tabel 15. Kategorisasi Skor Subjek pada Skala *Fear of Negative Evaluation*

	Norma	Frekuensi	Presentase	Kategorisasi
44	< X	18	11,842%	Sangat Tinggi
33	< x ≤ 44	48	31,579%	Tinggi
26,667	< x ≤ 33,334	46	30,263%	Sedang
20	< x ≤ 26,667	32	21,053%	Rendah

X	≤ 20	8	5,263%	Sangat Rendah
Total		152	100%	

Sangat Rendah	Rendah	Sedang	Tinggi	Sangat Tinggi
20	26,667	33,334	44	

Gambar 2. Kategorisasi *Fear of Negative Evaluation*

Berdasarkan tabel norma kategorisasi skor skala *fear of negative evaluation* tersebut dapat dilihat bahwa 8 subjek penelitian dengan tingkat *fear of negative evaluation* sangat rendah, 32 subjek dengan tingkat *fear of negative evaluation* rendah, 46 subjek dengan tingkat *fear of negative evaluation* sedang, 48 subjek dengan tingkat *fear of negative evaluation* tinggi, dan 18 subjek dengan tingkat *fear of negative evaluation* sangat tinggi. Berdasarkan data di atas, dapat ditarik kesimpulan bahwa kategori skor subjek pada variabel *fear of negative evaluation* termasuk dalam kategori tinggi.

3. Deskripsi Data Skor Harapan Orang Tua

Terdapat 9 aitem dengan indeks diskriminasi tinggi di variabel harapan orang tua dan setiap aitem memiliki rentang nilai 1-4. Berdasarkan rentang nilai tersebut, maka diperoleh skor minimum 18 (18×1), kemudian skor tertinggi dengan perolehan nilai 72 (18×4). Rentang skor skala diperoleh hasil 54 dari ($72 - 18$), skor standar deviasi sejumlah 8.833 ($((71-18) : 6)$), dan *mean* hipotetik 45 ($((72+18) : 2)$).

Deskripsi skor empiric variabel harapan orang tua dari hasil penghitungan SPSS didapatkan data *mean* = 61.39, dan standar deviasi = 5.547, nilai minimum = 43, nilai maksimum = 72. Adapun deskripsi skor variabel penyesuaian diri adalah seperti di bawah ini.

Tabel 16. Deskripsi Statistik Skala Harapan Orang Tua

	Empirik	Hipotetik
Skor Minimum	43	18
Skor Maksimum	72	72
<i>Mean</i> (M)	61.39	45
Standar Deviasi (SD)	5.547	8.833

Tabel 17. Kategorisasi Skor Subjek pada Skala Harapan Orang Tua

Norma	Frekuensi	Presentase	Kategorisasi	
58,25 < X	112	73,684%	Sangat Tinggi	
49,417 < x ≤ 58,25	36	23,684%	Tinggi	
40,583 < x ≤ 49,417	4	2,631%	Sedang	
31,75 < x ≤ 40,583	0	0%	Rendah	
X ≤ 31,75	0	0%	Sangat Rendah	
Total	152	100%		
Sangat Rendah	Rendah	Sedang	Tinggi	Sangat Tinggi
31,75	40,583	49,417	58,25	

Gambar 3. Kategorisasi Harapan Orang Tua

Berdasarkan tabel norma kategorisasi skor skala harapan orang tua tersebut dapat diketahui bahwa 4 subjek dengan tingkat harapan orang tua sedang, 36 subjek dengan tingkat harapan orang tua tinggi, dan 112 subjek dengan tingkat harapan orang tua sangat tinggi. Berdasarkan data itu, dapat ditarik kesimpulan bahwa kategori skor pada subjek pada variabel harapan orang tua termasuk dalam kategori sangat tinggi.

E. Pembahasan

Penelitian ini bertujuan untuk mengungkap adanya hubungan antara *fear of negative evaluation* dan harapan orang tua dengan kecemasan akademik pada siswa di MTsN 1 Kota Semarang. Berdasarkan hasil pengujian hipotesis pertama, maka diperoleh hasil adanya hubungan yang signifikan antara *fear of negative evaluation* dan harapan orang tua dengan kecemasan akademik pada siswa di MTsN 1 Kota Semarang. Oleh karena itu, dapat diketahui bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara *fear of negative evaluation* dan harapan orang tua dengan kecemasan akademik pada siswa di MTsN 1 Kota Semarang. Hal ini menunjukkan bahwa *fear of negative evaluation* dan harapan orang tua secara bersama-sama dapat memengaruhi kecemasan akademik yang dialami oleh siswa di MTsN 1 Kota Semarang. Jika *fear of negative evaluation* dan harapan orang tua rendah, maka

kecemasan akademik yang dialami oleh siswa di MTsN 1 Kota Semarang juga rendah, begitu pula sebaliknya.

Koefisien determinasi untuk *fear of negative evaluation* dan harapan orang tua sebesar 0,378. Hasil tersebut menunjukkan *fear of negative evaluation* dan harapan orang tua memengaruhi kecemasan akademik sebesar 37,8%, sedangkan sebanyak 62,2% dipengaruhi oleh faktor di luar model penelitian.

Hipotesis kedua penelitian ini yaitu ada hubungan antara *fear of negative evaluation* dengan kecemasan akademik pada siswa di MTsN 1 Kota Semarang. Hasil pengujian korelasi parsial menunjukkan adanya hubungan positif yang signifikan antara *fear of negative evaluation* dengan kecemasan akademik pada siswa di MTsN 1 Kota Semarang. Hal ini diartikan dengan diterimanya hipotesis kedua dalam penelitian ini. Hal ini menunjukkan bahwa *fear of negative evaluation* berpengaruh signifikan pada kecemasan akademik yang dialami oleh siswa di MTsN 1 Kota Semarang. *Fear of negative evaluation* siswa MTsN 1 Kota Semarang menunjukkan kategori skor yang sedang, hal ini memengaruhi kecemasan akademik yang dialami oleh siswa MTsN 1 Kota Semarang yang juga berada pada kategori sedang. Hasil penelitian ini juga menguatkan penelitian sebelumnya yang telah dilakukan oleh Hanifanisa (2023) yang menyatakan bahwa *fear of negative evaluation* memiliki pengaruh yang signifikan terhadap kecemasan akademik. Hasil ini sejalan dengan penelitian yang telah dilakukan oleh (Ganesh Kumar J, dkk (2015) yang menyatakan bahwa *fear of negative evaluation* memiliki pengaruh yang signifikan terhadap kecemasan akademik.

Pada pengujian hipotesis ketiga menunjukkan hasil tidak adanya hubungan antara harapan orang tua terhadap kecemasan akademik siswa di MTsN 1 Kota Semarang. Pengujian ini mengartikan bahwa hipotesis ketiga pada penelitian ini ditolak. Hal ini sejalan dengan penelitian sebelumnya telah yang dilakukan oleh (Najwa, 2021) yang menemukan tidak adanya hubungan antara harapan orang tua dengan kecemasan akademik siswa dan penelitian yang dilakukan oleh Ghanantika (2024) yang menunjukkan tidak adanya hubungan antara ekspektasi orang tua dengan kecemasan akademik di Mahasiswa Muslim Indonesia.

Widhiarso (2012) berpendapat bahwa hipotesis penelitian yang tidak terbukti bisa terjadi karena teori yang dipakai kurang kuat dan belum banyak diuji dalam penelitian atau teori tersebut memang tidak berlaku pada sampel penelitian. Selain itu pengoperasian alat ukur yang dipakai penelitian kurang tepat juga dapat menyebabkan uji hipotesis tidak terbukti atau bisa juga karena kekurangakuratan peneliti dalam mengoperasionalkan konsep teoritis sehingga dapat menyebabkan ditolaknya suatu hipotesis. Pada penelitian ini, tertolaknya hipotesis disebabkan oleh teori yang dipakai tidak berlaku pada sampel penelitian dan kekurangakuratan peneliti dalam mengoperasionalkan konsep teoritis. Sehingga hal ini menyebabkan hipotesis ketiga ditolak.

F. Kelemahan Penelitian

Didasarkan pada penelitian yang telah peneliti lakukan, peneliti menemukan beberapa kelemahan dalam melakukan penelitian ini, yakni:

1. Penelitian ini tidak menggunakan uji keterbacaan sehingga tidak dapat diketahui sejauh mana subjek penelitian paham isi skala.
2. Pada penelitian ini, peneliti mengalami kesulitan dalam mencari referensi mengenai *fear of negative evaluation*.

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan Penelitian

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan oleh peneliti, maka dapat diambil kesimpulan bahwa:

1. Adanya hubungan positif yang signifikan antara *fear of negative evaluation* dan harapan orang tua dengan kecemasan akademik pada siswa kelas IX di MTsN 1 Kota Semarang.
2. Adanya hubungan positif yang signifikan antara *fear of negative evaluation* dengan kecemasan akademik pada siswa kelas IX di MTsN 1 Kota Semarang.
3. Tidak adanya hubungan antara harapan orang tua dengan kecemasan akademik pada siswa kelas IX di MTsN 1 Kota Semarang.

B. Saran

Saran yang diberikan peneliti sebagai berikut:

1. Untuk subjek, diharapkan dapat mengurangi *fear of negative evaluation* agar dapat mengurangi kecemasan akademik. Hal ini bisa dilakukan dengan cara meningkatkan kepercayaan diri dan fokus pada pencapaian pribadi.
2. Untuk peneliti selanjutnya, diharapkan mengadakan penelitian lebih lanjut terkait kecemasan akademik yang dipengaruhi oleh faktor lainnya dan dengan berbagai pendekatan penelitian seperti kualitatif atau gabungan (*mix method*).

DAFTAR PUSTAKA

- Attri, A. K., & Neelam. (2013). Academic Anxiety and Achievement of Secondary School Students – A Study on Gender Differences. *International Journal of Behavioral Social and Movement Sciences*, 2(1), 27–33. <https://ijobsms.org/index.php/ijobsms/article/view/84>
- Azwar, S. (2012). *Reliabilitas dan Validitas*. Pustaka Belajar.
- Azwar, S. (2017a). *Metode Penelitian Psikologi* (Edisi II). Pustaka Pelajar.
- Azwar, S. (2017b). *Metode Penelitian Psikologi* (II). Pustaka Belajar.
- Bozdağ, B. (2021). *Examination of university students ' fear of negative evaluation and academic dishonesty tendencies*. 8(August), 176–187.
- Cassady, J. C., Pierson, E. E., & Starling, J. M. (2019). Predicting Student Depression With Measures of General and Academic Anxieties. *Frontiers in Education*, 4(February), 1–9. <https://doi.org/10.3389/educ.2019.00011>
- Cooper, K. M., & Brownell, S. (2020). *Student Anxiety and Fear of Negative Evaluation in Active Learning Science Classrooms*. February. <https://doi.org/10.1007/978-3-030-33600-4>
- Downing, V. R., Cooper, K. M., Cala, J. M., Gin, L. E., & Brownell, S. E. (2020). Fear of negative evaluation and student anxiety in community college active-learning science courses. *CBE Life Sciences Education*, 19(2), 1–16. <https://doi.org/10.1187/cbe.19-09-0186>
- Farrasia, F., Safira, D., Hairul, S., Ramadhani, S. P., & Yulandari, Z. A. (2023). *Tingkat Kecemasan Akademik Pada Siswa Ditinjau Dari Perbedaan Gender*. 1(2), 49–57.
- Ganesh Kumar J, Athilakshmi R, Maharishi R, & Maya R. (2015). Relationship between Fear of Negative Evaluation and Anxiety. *International Journal of Indian Psychology*, 3(1). <https://doi.org/10.25215/0301.101>
- Gaol, M. M. L. (2022). Hubungan dukungan sosial dengan kecemasan akademik siswa sma yayasan pendidikan mulia medan. *Skripsi*, 29–35.
- Ghanantika, Z. (2024). *Kecemasan Akademik Pada Mahasiswa Muslim Di Indonesia*.
- Greenberger, & Padesky. (2016). *Mind Over Mood Second Edition Change How You Fell By Changing The Way You Think*. The Guilford Press.
- Hanifanisa, G. I. (2023). *Hubungan Antara Fear Of Negative Evaluation Dengan Kecemasan Akademik Pada Mahasiswa Fakultas Psikologi Universitas Medan Area*.

- Hao, S., Zhang, X., & Xu, H. (2024). Insecure Parental Attachment and Anxiety in Vocational College Students: The Mediating Role of Subjective Well-Being and the Moderating Role of Self-Esteem. *Psychology Research and Behavior Management*, 17(March), 1221–1230. <https://doi.org/10.2147/PRBM.S442839>
- Hooda, M., & Saini, A. (2018). *Academic Anxiety: An Overview Academic Anxiety: An Overview*. December 2017. <https://doi.org/10.5958/2230-7311.2017.00139.8>
- Huberty, T. J. (2009). Test and Performance Anxiety. *ERIC*, 5.
- Hurlock, E. B. (1989). *Psikologi Perkembangan*.
- Istiantoro, D. (2018). Identifikasi Faktor Penyebab Kecemasan Akademik pada Siswa Kelas XI di SMA Negeri 3 Bantul. *Jurnal Riset Mahasiswa Bimbingan Dan Konseling*, 4(10), 629–635.
- Jendra, A. F., Semarang, U. N., Semarang, U. N., & Diri, E. (2020). Pengaruh Efikasi Diri Terhadap Kecemasan Presentasi Siswa Kelas XI di SMA Negeri 1 Wuryantoro. 4(1), 138–159.
- Julita, D. (2023). Hubungan Persepsi Terhadap Harapan Orang Tua dengan Fear of Failure pada Fresh Graduated di Kota Banda Aceh.
- Khofifah, I., Amalia, I., & Hafnidar. (2024). Gambaran Kecemasan Dalam Menghadapi Syarat Kelulusan Pada Siswa SMA Swasta Iskandar Muda. 2(2), 245–254.
- Laely, N., Wicaksono, A. S., Suci, N., & Puspitaningrum, E. (2022). Pengaruh Kecemasan Akademik Terhadap Prestasi Belajar Siswa Kelas X Sma Negeri 8 Surabaya. *Psikosains*, 17, 64–72.
- Leary, M. R. (1983). A Brief Version of the Fear of Negative Evaluation Scale. In *Personality and Social Psychology Bulletin* (Vol. 9, Issue 3, pp. 371–375).
- Lestari, B. Y. A., Kurniawan, F., & Ardi, B. R. (2020). Penyebab tingginya anak putus sekolah jenjang Sekolah Dasar (SD). *Jurnal Ilmiah Sekolah Dasar*, 4(2), 299–308.
- Leung, J. T. Y., & Shek, D. T. L. (2015). Validation of the Chinese Parental Expectation on Child 's Future Scale Validation of the Chinese Parental Expectation on Child 's Future Scale. April. <https://doi.org/10.1515/ijdhhd.2011.039>
- Malini, K., & Janakavalli, C. (2018). *Research Papers A Study On Language Anxiety And Fear Of Negative Evaluation Among Secondary*. 8(3), 43–51.
- Manzoor, Z., & Hassan, M. (2018). “Parental Expectations And Its Relation To Academic Anxiety Among Senior Secondary School Students.” *International Journal of Creative Research Thoughts (IJCRT)*, 6(1), 436–445. www.ijcrt.org

- Maqsood, A., & Ijaz, T. (2013). *Development and Validation of Study Anxiety Scale for School Students*. 11(1), 29–35.
- Milawati, M., & Sutoyo, A. (2022). Hubungan Ketaatan Beragama dengan Kecemasan Akademik Santri Pondok Pesantren Al- Hadi Girikusumo. *KONSELING EDUKASI "Journal of Guidance and Counseling,"* 6(2), 272. <https://doi.org/10.21043/konseling.v6i2.16064>
- Munandar. (2006). *Psikologi Industri dan Organisasi*. UI-Press.
- Najwa, A. (2021). *Pengaruh Self-Efficacy, Harapan Orang Tua dan Dukungan Sosial Terhadap Kecemasan Akademik pada Siswa Selama Pembelajaran Jarak Jauh (PJJ)*.
- Nevid, J. S., Rathus, S. P., & Greene, B. (2014). *Psikologi Abnormal*. Erlangga.
- Papalia, D. E. (2014). *Menyelami Perkembangan Manusia*. Mc Graw Hill Education.
- Peleg, O., Deutch, C., & Dan, O. (2016). Test anxiety among female college students and its relation to perceived parental academic expectations and differentiation of self. *Learning and Individual Differences*, 49, 428–436. <https://doi.org/10.1016/j.lindif.2016.06.010>
- Prawitasari, J. (2012). *Psikologi Terapan*. Erlangga.
- Purwanti, I. Y., Wangid, M. N., & Aminah, S. (2020). *Self-Efficacy and Academic Anxiety of College Students*. 462(Isgc 2019), 276–279. <https://doi.org/10.2991/assehr.k.200814.060>
- Purwanto, K. A. (2019). *Hubungan Antara Kecemasan Akademik Dengan Perilaku Menyontek Pada Mahasiswa*. UNIKA Soegijapranata Semarang.
- Putri, H. M. (2015). *Analisis Faktor Risiko Fear of Negative Evaluation*. 978–979.
- Putri, M. R. (2016). *Kecemasan Belajar Siswa (Analisis Gejala , Penyebabdan Upaya Pemecahan Masalah Di Sd Inpres 12 / 79 Bulu Tempe Kecamatan Tanete Riattang Barat Kabupaten Bone)*.
- Rani, S., & Rawat, S. (2019). Effect of Parental Expectations on Academic Anxiety of High School Students. *International Journal of Multidisciplinary*, 3085(02), 740–743.
- Rincon, K. R. (2021). Types of Academic Anxiety. *Academic Anxiety Resource Center*. <https://sites.bsu.edu/aarc/2021/11/12/types-of-academic-anxiety/>
- Rosalinda, I., & Fricilla, N. (2015). *Fear Of Negative Appearance Evaluation Terhadap Citra Tubuh Wanita*. 4, 49–58.
- Santrock, J. W. (2012). *Life-Span Development*.

- Sasikala, S., & Karunanidhi, S. (2011). *Development and Validation of Perception of Parental Expectations Inventory*. 37(1), 114–124.
- Setyaningrum, A., Rahman, A. M., & Ngesti, M. (2024). Dampak Harapan Orang Tua yang Tidak Realistik terhadap Akademik Remaja: Kajian Sistematis. *Jurnal Psikologi*, 1(4), 16. <https://doi.org/10.47134/pjp.v1i4.2750>
- Solihah, F. I., & Liana, C. (2017). Pengaruh Tingkat Kecemasan Siswa Terhadap Prestasi Belajar Sejarah Siswa Kelas X IPS 2 SMAN 12 Surabaya. *Journal Pendidikan Sejarah*, 5(3), 1138–1150.
- Stephan, W., Stephan, A., & Palmer, R. (2016). The Relationship of Fear of Negative Evaluation and Perfectionism in College Students. *URJHS* 7. <https://files.eric.ed.gov/fulltext/EJ1198853.pdf>
- Sugiyono. (2018). *Metode Penelitian Kuantitatif* (Setiyawami (ed.)). ALFABETA.
- Suparman. (2019). Hubungan Self-Esteem terhadap Level Kecemasan pada Mahasiswa Pogram Studi Pendidikan Agama Kristen. *Diligentia: Journal of Theology and Christian Education*, 1(1), 87–97.
- Syaadah, R., Ary, M. H. A. A., Silitonga, N., & Rangkuty, S. F. (2022). *Pendidikan Formal, Pendidikan Non Formal Dan Pendidikan Informal*. 2(2), 125–131.
- Wang, L., & Heppner, P. P. (2018). *The Counseling Psychologist*. December. <https://doi.org/10.1177/00100002030004006>
- Watson, D. (1969). *Measurement Of Social-Evaluative Anxiety* 1. 33(4), 448–457.
- Widhiarso, W. (2012). *Hasil Uji Statistik dan Penulisan Butir yang Kurang Tepat*. 1–5.
- Wulandari, A., & Wijayanti, F. (2023). *Dukungan teman sebaya dengan harga diri pada remaja*. 7(1), 16–22.
- Zahrani, N., & Fakhriya, S. D. (2024). Hubungan Antara Persepsi Harapan Orangtua Dengan Kematangan Karir Pada Siswa Kelas XII SMA Negeri 3 Unggulan Kayuagung. *Jurnal Penelitian Pendidikan, Psikologi Dan Kesehatan (J-P3K)*, 5(1), 86–93. <http://jurnalp3k.com/index.php/J-P3K/index>
- Zheng, G., Zhang, Q., & Ran, G. (2023). The association between academic stress and test anxiety in college students: The mediating role of regulatory emotional self-efficacy and the moderating role of parental expectations. *Frontiers in Psychology*, 14(February), 1–9. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2023.1008679>