

**PENGARUH MOTIVASI BERPRESTASI DAN KECERDASAN
EMOSIONAL TERHADAP KECEMASAN AKADEMIK PADA
PESERTA DIDIK MAN 1 JEPARA**

SKRIPSI

**Sebagai bagian dari persyaratan dalam menyelesaikan
Program Strata (S-1) Psikologi**



**Muhammad Akmal Raffli
(2007016098)**

**PROGRAM STUDI PSIKOLOGI
FAKULTAS PSIKOLOGI DAN KESEHATAN
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI WALISONGO
SEMARANG**

2024

LEMBAR PENGESAHAN



KEMENTERIAN AGAMA REPUBLIK INDONESIA
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI WALISONGO
FAKULTAS PSIKOLOGI DAN KESEHATAN
JURUSAN PSIKOLOGI

Jl. Prof. Hamka (Kampus III) Ngaliyan, Semarang 50185, Telp. 76433370

PENGESAHAN

Judul : PENGARUH MOTIVASI BERPRESTASI DAN KECERDASAN EMOSIONAL TERHADAP KECEMASAN AKADEMIK PADA PESERTA DIDIK MAN 1 JEPARA
Nama : Muhammad Akmal Rafli
NIM : 2007016098
Jurusan : Psikologi

Telah diujikan dalam sidang munaqosah oleh Dewan Penguji Fakultas Psikologi dan Kesehatan UIN Walisongo Semarang dan dapat diterima sebagai salah satu syarat untuk memperoleh gelar sarjana dalam Ilmu Psikologi.

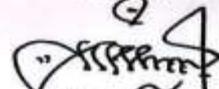
Semarang, 30 September 2024

DEWAN PENGUJI

Penguji I


Lucky Ade Sessiani, M.Psi., Psikolog
NIP. 198512022019042010

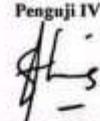
Penguji II


Dewi Khurun Aini, M.A.
NIP. 198605232018012002

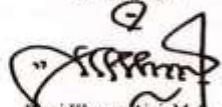
Penguji III


Dra. Hj. Maria Ulfah, M.Si
NIP. 196008071986122001

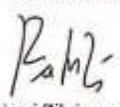
Penguji IV


Siti Hikmah, S.Pd., M.Si
NIP. 197502052006042003

Pembimbing I


Dewi Khurun Aini, M.A.
NIP. 198605232018012002

Pembimbing II


Khairani Zikrinawati, M.A.
NIP. 199201012019032036

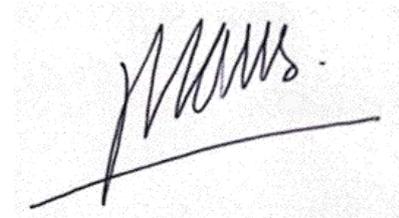
PERNYATAAN KEASLIAN

Yang bertandatangan di bawah ini:

Nama : Muhammad Akmal Rafli
NIM : 2007016098
Jurusan : Psikologi

Dengan ini saya menyatakan bahwa skripsi berjudul **“PENGARUH MOTIVASI BERPRESTASI DAN KECERDASAN EMOSIONAL TERHADAP KECEMASAN AKADEMIK PADA PESERTA DIDIK MAN 1 JEPARA”** adalah karya asli saya yang disusun untuk memenuhi persyaratan memperoleh gelar Sarjana Psikologi di Universitas Islam Negeri Walisongo Semarang. Seluruh isi skripsi ini adalah hasil karya saya pribadi, kecuali bagian tertentu yang merujuk pada sumber-sumber yang telah dicantumkan dalam daftar pustaka.

Semarang, 16 September 2024



Muhammad Akmal Rafli
NIM. 2007016098

LEMBAR PERSETUJUAN PEMBIMBING I



KEMENTERIAN AGAMA REPUBLIK INDONESIA
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI WALISONGO
FAKULTAS PSIKOLOGI DAN KESEHATAN
JURUSAN PSIKOLOGI

Jl. Prof. Hamka (Kampus III) Ngaliyan, Semarang 50185, Telp. 76433370

PERSETUJUAN PEMBIMBING

Yth.
Dekan Fakultas Psikologi dan Kesehatan
UIN Walisongo Semarang
Di Semarang

Assalamu 'alaikum. wr. wb.

Dengan ini diberitahukan bahwa saya telah melakukan bimbingan, arahan dan koreksi naskah skripsi dengan judul sebagai berikut.

Judul : Pengaruh Motivasi Berprestasi dan Kecerdasan Emosional terhadap
Kecemasan Akademik pada Peserta Didik MAN 1 Jepara

Nama : Muhammad Akmal Rafli

NIM : 2007016098

Jurusan : Psikologi

Saya memandang bahwa naskah skripsi tersebut sudah dapat diajukan kepada Fakultas Psikologi dan Kesehatan UIN Walisongo untuk diujikan dalam Ujian Munaqosah.

Wassalamu 'alaikum. wr. wb.

Mengetahui
Pembimbing I,

Dewi Khurun Aini, S. Pd.L. M.A
NIP. 198605232018012002

Semarang, 10 September 2024

Yang bersangkutan

Muhammad Akmal Rafli
2007016098

LEMBAR PERSETUJUAN PEMBIMBING II



KEMENTERIAN AGAMA REPUBLIK INDONESIA
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI WALISONGO
FAKULTAS PSIKOLOGI DAN KESEHATAN
JURUSAN PSIKOLOGI

Jl. Prof. Hamka (Kampus III) Ngaliyan, Semarang 50185, Telp. 76433370

PERSETUJUAN PEMBIMBING

Yth.
Dekan Fakultas Psikologi dan Kesehatan
UIN Walisongo Semarang
Di Semarang

Assalamu'alaikum. wr. wb.

Dengan ini diberitahukan bahwa saya telah melakukan bimbingan, arahan dan koreksi naskah skripsi dengan judul sebagai berikut.

Judul : Pengaruh Motivasi Berprestasi dan Kecerdasan Emosional terhadap
Kecemasan Akademik pada Peserta Didik MAN 1 Jepara

Nama : Muhammad Akmal Rafli

NIM : 2007016098

Jurusan : Psikologi

Saya memandang bahwa naskah skripsi tersebut sudah dapat diajukan kepada Fakultas Psikologi dan Kesehatan UIN Walisongo untuk diujikan dalam Ujian Munaqosah.

Wassalamu'alaikum. wr. wb.

Mengetahui
Pembimbing II,

Khairani Zikrinawati M.A
NIP. 199201012019032036

Semarang, 10 September 2024
Yang bersangkutan

Muhammad Akmal Rafli
2007016098

KATA PENGANTAR

Puji syukur atas kehadiran Allah SWT karena atas berkah dan limpahan rahmat-Nya penulis dapat menyelesaikan skripsi yang berjudul **“PENGARUH MOTIVASI BERPRESTASI DAN KECERDASAN EMOSIONAL TERHADAP KECEMASAN AKADEMIK PADA PESETA DIDIK MAN 1 JEPARA”** ini dengan baik. Skripsi ini disusun guna memenuhi syarat dalam menyelesaikan pendidikan program strata satu (S1) pada program studi Psikologi, Fakultas Psikologi dan Kesehatan Universitas Islam Negeri Walisongo Semarang.

Selama proses pengerjaan skripsi selalu diberikan kemudahan, kelancaran dan dukungan dari berbagai pihak, oleh karena itu skripsi ini dapat terselesaikan dengan baik. Sebagai bentuk apresiasi, penulis menyampaikan rasa hormat dan ucapan terima kasih yang sebesar-besarnya kepada:

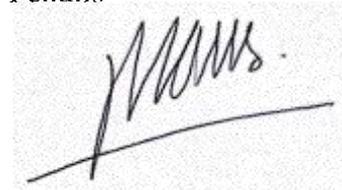
1. Allah SWT yang Maha Kuasa atas segala rahmat, berkah, rezeki dan kemudahan yang telah diberikan kepada peneliti untuk menyelesaikan penelitian ini.
2. Bapak Prof. Dr. Nizar Ali, M.Ag., selaku rektor Universitas Islam Negeri Walisongo Semarang.
3. Bapak Prof. Dr. Baidi Bukhori, M.Si., selaku dekan Fakultas Psikologi dan Kesehatan Universitas Islam Negeri Walisongo Semarang.
4. Ibu Dewi Khurun Aini, S.Pd.I., M.A., selaku Ketua Jurusan Psikologi sekaligus pembimbing I dan dosen wali yang telah memberikan dukungan, bimbingan dan waktu dalam penelitian ini.
5. Ibu Khairani Zikrinawati M.A., selaku pembimbing II yang telah memberikan dukungan, pengarahan dan waktu dalam proses penyusunan skripsi maupun selama perkuliahan.
6. Seluruh Dosen Fakultas Psikologi dan Kesehatan Universitas Islam Negeri Walisongo Semarang yang telah memberikan ilmu, senantiasa membimbing dan memberikan teladan kepada penulis selama menempuh perkuliahan.
7. Keluarga besar civitas akademika Fakultas Psikologi dan Kesehatan Universitas Islam Negeri Walisongo Semarang.

8. Keluarga besar civitas akademika Madrasah Aliyyah Negeri 1 Jepara yang telah memberikan dukungan dan bantuan selama proses penelitian.
9. Kepada Peserta Didik MAN 1 Jepara yang telah berkenan berpartisipasi dalam penelitian ini.
10. Kepada semua pihak yang telah memberikan dukungan selama proses penyusunan skripsi yang tidak dapat disebutkan satu persatu.

Penulis menyadari masih terdapat kekurangan dalam penyusunan skripsi ini. Semoga skripsi ini dapat memberikan manfaat bagi para pembaca dan semua pihak yang berkepentingan.

Semarang, 16 September 2024

Penulis

A handwritten signature in black ink, appearing to read 'M. Akmal Rafli', written over a horizontal line.

Muhammad Akmal Rafli

HALAMAN PERSEMBAHAN

Puji syukur kepada Allah SWT atas segala rahmat dan karunia-Nya, sehingga penulis masih diberikan kesempatan untuk menyelesaikan skripsi dengan baik. Skripsi ini penulis persembahkan kepada:

1. Kedua orang tua penulis, Bapak Nur Khamid dan Ibu Susilaningsih serta Kakak Akhmad Fajri Niam dan Adik Muhammad Abiyyu Hannan yang senantiasa memberikan dukungan berupa moril maupun materi serta doa yang tiada henti untuk keberhasilan penulis.
2. Adina Novi Nugraheni yang senantiasa memberikan semangat, dukungan, saran dan masukan baik selama perkuliahan maupun proses penelitian.
3. Beberapa teman terdekat penulis yang telah memberikan semangat dan dukungan baik secara moril ataupun materi.
4. Seluruh teman penulis yang senantiasa memberikan dukungan dan semangat sehingga skripsi ini dapat terselesaikan dengan baik.
5. Seluruh pihak yang tidak dapat disebutkan satu persatu yang telah memberikan dukungan dan bantuan selama pengerjaan skripsi.
6. Diri penulis pribadi, terima kasih atas perjuangannya, perjalanan masih panjang.

Terima kasih atas segala bentuk dukungan dan kebaikan Bapak/ibu, Saudara/i dalam penelitian maupun selama perkuliahan. Penulis berharap segala bentuk dukungan dan kebaikan yang diberikan akan dibalas oleh Allah SWT.

Semarang, 16 September 2024

Penulis



Muhammad Akmal Rafli

MOTTO

“Berani dan Percaya”

DAFTAR ISI

LEMBAR PENGESAHAN	ii
PERNYATAAN KEASLIAN	iii
LEMBAR PERSETUJUAN PEMBIMBING I	iv
LEMBAR PERSETUJUAN PEMBIMBING II	v
KATA PENGANTAR	vi
HALAMAN PERSEMBAHAN	viii
MOTTO	ix
DAFTAR ISI	x
DAFTAR TABEL	xiii
DAFTAR GAMBAR	xiv
DAFTAR LAMPIRAN	xv
ABSTRAK	xvi
ABSTRACT	xvii
المخلص	xviii
BAB I PENDAHULUAN	1
A. Latar Belakang	1
B. Rumusan Masalah	6
C. Tujuan Penelitian	6
D. Manfaat Penelitian	7
E. Keaslian Penelitian	8
BAB II LANDASAN TEORI	17
A. Kecemasan Akademik	17
1. Definisi Kecemasan Akademik	17
2. Aspek-aspek Kecemasan Akademik	18
3. Faktor-faktor Kecemasan Akademik	20
4. Kecemasan Akademik dalam Perspektif Islam	22
B. Motivasi Berprestasi	24
1. Definisi Motivasi Berprestasi	24
2. Aspek-aspek Motivasi Berprestasi	26
3. Motivasi Berprestasi dalam Perspektif Islam	27
C. Kecerdasan Emosional	30

1.	Definisi Kecerdasan Emosional	30
2.	Aspek-aspek Kecerdasan Emosional.....	31
3.	Kecerdasan Emosional dalam Perspektif Islam	33
D.	Dampak Motivasi Berprestasi dan Kecerdasan Emosional terhadap Kecemasan Akademik.....	34
E.	Kerangka Pikir	37
F.	Hipotesis.....	38
BAB III METODE PENELITIAN		39
A.	Jenis dan Pendekatan Penelitian.....	39
B.	Variabel Penelitian dan Definisi Operasional	39
1.	Variabel Penelitian	39
2.	Definisi Operasional.....	40
C.	Tempat dan Waktu Penelitian	41
1.	Tempat.....	41
2.	Waktu	42
D.	Populasi, Sampel, dan Teknik Sampling.....	42
1.	Populasi	42
2.	Sampel	42
3.	Teknik Sampling	42
E.	Teknik Pengumpulan Data.....	43
1.	Skala Kecemasan Akademik	44
2.	Skala Motivasi Berprestasi	45
3.	Skala Kecerdasan Emosional	47
F.	Alat Ukur.....	48
1.	Validitas.....	48
2.	Daya Diskriminasi	49
3.	Reliabilitas.....	49
G.	Hasil Uji Coba Alat Ukur.....	50
H.	Teknik Analisis Data.....	56
1.	Uji Asumsi Klasik	56
2.	Uji Hipotesis.....	57
BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN		59
A.	Hasil Penelitian.....	59
B.	Hasil Analisis Data	65

C. Pembahasan	71
BAB V PENUTUP	81
A. Kesimpulan.....	81
B. Saran.....	81
DAFTAR PUSTAKA	83
LAMPIRAN.....	89

DAFTAR TABEL

Tabel 3. 1 Kaidah Penilaian Skala	44
Tabel 3. 2 BluePrint Skala Kecemasan Akademik	44
Tabel 3. 3 BluePrint Skala Motivasi Berprestasi	45
Tabel 3. 4 BluePrint Skala Kecerdasan Emosional.....	47
Tabel 3. 5 BluePrint Skala Kecemasan Akademik setelah Uji Coba.....	50
Tabel 3. 6 BluePrint Skala Motivasi Berprestasi setelah Uji Coba.....	51
Tabel 3. 7 BluePrint Skala Kecerdasan Emosional setelah Uji Coba.....	53
Tabel 3. 8 Hasil Reliabilitas Skala Kecemasan Akademik	55
Tabel 3. 9 Hasil Reliabilitas Skala Motivasi Berprestasi	55
Tabel 3. 10 Hasil Reliabilitas Skala Kecerdasan Emosional	55
Tabel 4. 1 Kategorisasi Variabel.....	61
Tabel 4. 2 Kategorisasi Skor Variabel Kecemasan Akademik	62
Tabel 4. 3 Distribusi Data Kecemasan Akademik	62
Tabel 4. 4 Kategorisasi Skor Variabel Motivasi Berprestasi	63
Tabel 4. 5 Distribusi Data Motivasi Berprestasi	63
Tabel 4. 6 Kategorisasi Skor Variabel Kecerdasan Emosional.....	64
Tabel 4. 7 Distribusi Data Kecerdasan Emosional	64
Tabel 4. 8 Hasil Uji Normalitas Motivasi Berprestasi, Kecerdasan Emosional dan Kecemasan Akademik.....	65
Tabel 4. 9 Hasil Uji Linieritas Motivasi Berprestasi terhadap Kecemasan Akademik	66
Tabel 4. 10 Hasil Uji Linieritas Variabel Kecerdasan Emosional terhadap Kecemasan Akademik.....	66
Tabel 4. 11 Hasil Uji Multikolinearitas.....	67
Tabel 4. 12 Hasil Uji Hipotesis secara Parsial	68
Tabel 4. 13 Uji Hipotesis secara Simultan	69
Tabel 4. 14 Hasil Uji Koefisien Determinasi	69

DAFTAR GAMBAR

Gambar 4. 1 Persentase Responden Berdasarkan Jenis Kelamin	59
Gambar 4. 2 Persentase Responden Berdasarkan Usia	60
Gambar 4. 3 Persentase Responden Berdasarkan Kelas	60

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1 Blueprint Skala Penelitian sebelum TryOut.....	90
Lampiran 2 Bukti TryOut Skala Penelitian di Google Form	100
Lampiran 3 Bukti Pengisian Skala Penelitian di Google Form	100
Lampiran 4 Aitem Skala Penelitian Setelah TryOut.....	101
Lampiran 5 Hasil Uji Validitas	108
Lampiran 6 Hasil Uji Reliabilitas	112
Lampiran 7 Hasil Uji Asumsi Klasik	113
Lampiran 8 Hasil Uji Regresi Berganda	115
Lampiran 9 Hasil Skor Total Responden	117
Lampiran 10 Permohonan Izin Penelitian.....	120
Lampiran 11 Dokumentasi Penelitian.....	120
Lampiran 12 Daftar Riwayat Hidup.....	121

ABSTRAK

Motivasi berprestasi dan kecerdasan emosional termasuk dalam faktor pribadi yang dapat memengaruhi kecemasan akademik. Kecemasan akademik merupakan perasaan khawatir, tegang, takut dan tidak tenang yang disebabkan karena ketidakpercayaan terhadap kemampuan diri individu dalam melaksanakan atau menyelesaikan tugas akademik yang mengakibatkan kesulitan dalam berkonsentrasi, terganggunya pola pemikiran, terganggunya respon fisik dan perilaku individu. Penelitian ini bertujuan untuk menguji secara empiris pengaruh motivasi berprestasi dan kecerdasan emosional terhadap kecemasan akademik pada peserta didik MAN 1 Jepara. Sampel penelitian ini terdiri dari 224 peserta didik MAN 1 Jepara. Metode dalam penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan teknik *simple random sampling*. Alat ukur yang digunakan mencakup tiga skala yaitu skala motivasi berprestasi, skala kecerdasan emosional dan skala kecemasan akademik. Analisis data dilakukan menggunakan analisis regresi linier berganda. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa terdapat pengaruh motivasi berprestasi terhadap kecemasan akademik dengan pengaruh sebesar -0,271 dan nilai signifikansi $0.000 < 0,05$. Kecerdasan emosional berpengaruh signifikan terhadap kecemasan akademik dengan pengaruh -0,175 dan nilai signifikansi $0,000 < 0,05$. Sedangkan motivasi berprestasi dan kecerdasan emosional secara simultan berpengaruh signifikan terhadap kecemasan akademik dengan presentase pengaruh 70,2% dan nilai signifikansi $0.000 < 0,05$. Kesimpulan dari penelitian ini adalah terdapat pengaruh signifikan motivasi berprestasi dan kecerdasan emosional terhadap kecemasan akademik pada peserta didik MAN 1 Jepara. Hasil penelitian ini ditujukan utamanya untuk peserta didik agar dapat membantu permasalahan yang dialami mengenai kecemasan akademik dengan menambah wawasan mengenai motivasi berprestasi dan kecerdasan emosional.

Kata Kunci : Motivasi Berprestasi; Kecerdasan Emosional; Kecemasan Akademik

ABSTRACT

Academic anxiety is a feeling of worry, tension, fear and uneasiness caused by uncertainty about the individual's ability to carry out or complete academic tasks which results in difficulty in concentrating, disruption of thought patterns, disruption of physical responses and individual behavior. This study aims to empirically examine the effect of achievement motivation and emotional intelligence on academic anxiety in MAN 1 Jepara students. The sample of this study consisted of 224 MAN 1 Jepara students. The method in this study uses a quantitative approach with simple random sampling technique. The measuring instrument used includes three scales, namely the achievement motivation scale, emotional intelligence scale and academic anxiety scale. Data analysis was performed using multiple linear regression analysis. The results of this study indicate that there is an effect of achievement motivation on academic anxiety with an effect of -0.271 and a significance value of $0.000 < 0.05$. Emotional intelligence has a significant effect on academic anxiety with an effect of -0.175 and a significance value of $0.000 < 0.05$. Meanwhile, achievement motivation and emotional intelligence simultaneously have a significant effect on academic anxiety with a percentage effect of 70.2% and a significance value of $0.000 < 0.05$. The conclusion of this study is that there is a significant effect of achievement motivation and emotional intelligence on academic anxiety in MAN 1 Jepara students.

Keywords : *Achievement Motivation; Emotional Intelligence; Academic Anxiety*

المخلص

يندرج دافع الإنجاز والذكاء العاطفي ضمن العوامل الشخصية التي يمكن أن تؤثر على القلق الأكاديمي. والقلق الأكاديمي هو الشعور بالقلق والتوتر والخوف وعدم الارتياح الناجم عن عدم اليقين بشأن قدرة الفرد على تنفيذ أو إكمال المهام الأكاديمية مما يؤدي إلى صعوبة في التركيز واضطراب أنماط التفكير واضطراب الاستجابات الجسدية والسلوك الفردي. تهدف هذه الدراسة إلى الفحص التجريبي لتأثير الدافعية التحصيلية والذكاء العاطفي على القلق الأكاديمي لدى طلبة مان 1 جيبارا. تألفت عينة هذه الدراسة من 224 طالبًا من طلاب مان 1 جيبارا. يستخدم المنهج في هذه الدراسة منهجًا كميًا باستخدام تقنية أخذ العينات العشوائية البسيطة. وتتضمن أداة القياس المستخدمة ثلاثة مقاييس، وهي مقياس دافع الإنجاز، ومقياس الذكاء العاطفي، ومقياس الذكاء العاطفي، ومقياس القلق الأكاديمي. تم تحليل البيانات باستخدام تحليل الانحدار الخطي المتعدد. تشير نتائج هذه الدراسة إلى أن هناك تأثير لدافعية الإنجاز على القلق الأكاديمي بتأثير قدره -0.271 وقيمة دلالة 0.000 >0.05. كما أن الذكاء العاطفي له تأثير معنوي على القلق الأكاديمي بتأثير قدره -0.175 وقيمة دلالة 0.000 >0.05. وفي الوقت نفسه، فإن الدافعية التحصيلية والذكاء العاطفي في آن واحد لهما تأثير معنوي على القلق الأكاديمي بتأثير نسبته 70.2% وقيمة دلالة 0.000 >0.05. استنتج هذه الدراسة هو أن هناك تأثير كبير لدافعية الإنجاز والذكاء العاطفي على القلق الأكاديمي لدى طلبة مان 1 جيبارا. تهدف نتائج هذه الدراسة في المقام الأول إلى مساعدة الطلاب في حل المشكلات التي يعانون منها فيما يتعلق بالقلق الأكاديمي من خلال إضافة نظرة ثاقبة لدوافع الإنجاز والذكاء العاطفي.

الكلمات المفتاحية: دافع الإنجاز؛ الذكاء العاطفي؛ القلق الأكاديمي؛ الذكاء العاطفي؛ القلق الأكاديمي

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Pendidikan memiliki peran penting untuk memenuhi kebutuhan dasar sebagai upaya meningkatkan kualitas sumber daya manusia yang ada didalamnya. Salah satu tempat untuk menempuh pendidikan yaitu Sekolah Menengah Atas (SMA). SMA merupakan tingkatan sekolah menengah atas yang memiliki taraf kesulitan yang berbeda dengan jenjang sekolah lainnya seperti Sekolah Dasar (SD) dan Sekolah Menengah Pertama (SMP). Pada dasarnya tingkatan SMA sejajar dengan Madrasah Aliyyah (MA), namun terdapat perbedaan kurikulum antara SMA dan MA yang mana MA merupakan penyatuan antara sistem sekolah umum dengan pesantren. MA memiliki beban dan tekanan yang berlebih dibandingkan dengan kurikulum Sekolah Negeri pada umumnya dikarenakan terdapat mata pelajaran tambahan pada bidang Agama Islam dan mata pelajaran tersebut menambah materi dan jam belajar bagi peserta didik (Nurrisqi, 2021: 138).

Peserta didik MA diharuskan untuk lebih memahami akan tingginya beban materi yang diterima, adanya kriteria ketuntasan minimal yang harus dicapai dan lamanya waktu pembelajaran yang dilaksanakan sehingga beban tersebut dapat memengaruhi kondisi fisik dan psikologisnya yang nantinya dapat menimbulkan kecemasan akademik pada diri peserta didik. Kecemasan akademik merupakan perasaan khawatir yang membuat peserta didik kesulitan dalam berkonsentrasi pada berbagai tugas akademik seperti menulis, membaca, berbicara dan mendengar (Pekrun, 2006). Menurut Ottens (1991: 1), kecemasan akademik merupakan kekhawatiran mengenai tugas-tugas akademik yang menimbulkan terganggunya pola pemikiran dan respon fisik individu. Sejalan dengan penelitian Pratiwi (2009: 47), menyatakan bahwa kecemasan akademis merupakan terganggunya pola pemikiran, perilaku dan respon fisik individu akibat ketakutan akan beragam tugas dan aktivitas di lingkungan akademik.

Menurut Emiliza (2019: 7), perkembangan psikososial merupakan perkembangan yang memiliki kaitan dengan motivasi, emosional, kepribadian individu dan perubahan dalam berinteraksi dengan orang lain. Kemudian terdapat tahapan perkembangan psikososial menurut Erikson (1995: 5) yang menjelaskan bahwa remaja dengan usia 12-18 tahun termasuk dalam tahapan *identity (identitas) versus identity confusion* (kebingungan identitas). Tahapan tersebut merupakan tahap transisi yang cenderung membuat remaja mengalami krisis identitas diri yang dapat memengaruhi psikologis, emosional, perilaku dan perkembangan psikososial. Menurut Kitchens dan Abell (2020: 17), dalam mengembangkan identitas diri penting untuk memiliki lingkungan eksternal yang mendukung serta individu yang berhasil dalam tahapan ini maka akan mampu menentukan identitas dirinya dan konsisten dengan tujuan yang dimilikinya dengan baik. Namun, individu yang gagal dalam tahapan tersebut maka akan mengalami krisis identitas yang dapat mengakibatkan kebingungan peran, keraguan dalam diri dan identitas negatif.

Kecemasan akademik sering dirasakan oleh para remaja yang sedang menempuh pendidikan di sekolah menengah atas, dikarenakan remaja pada usia 16-18 tahun umumnya mengalami perubahan secara signifikan dalam aspek fisik, emosional, sosial dan intelektual serta perubahan tersebut penting dalam menetapkan identitas diri dan sebagai persiapan sebelum memasuki masa dewasa. Selain itu, remaja pada kategori tersebut cenderung kesulitan menghadapi perasaan gelisah, kecemasan dan kesepian (Hurlock, 2008). Menurut Saputro (2018: 26-30), menyatakan bahwa remaja memiliki tugas perkembangan yang harus terpenuhi yaitu remaja harus memiliki kepercayaan terhadap kemampuan diri sendiri, meningkatkan kemampuan kontrol diri, mencapai kemandirian emosional dan mengembangkan keterampilan komunikasi interpersonal.

Faktanya, masih banyak remaja yang kurang dapat memenuhi tugas perkembangannya dengan baik seperti kurang percaya diri terhadap kemampuan diri sendiri, memiliki kontrol diri yang rendah dan memiliki emosi yang kurang stabil. Hal tersebut dapat berdampak pada peserta didik saat melaksanakan

proses pembelajaran di lembaga pendidikan. Peserta didik yang kurang dapat memenuhi tugas perkembangannya dengan baik, maka cenderung mengalami kecemasan akademik dan kesulitan dalam mengatasinya.

Peserta didik cenderung mudah mengalami kecemasan akademik dikarenakan banyaknya tugas dan kewajiban yang harus dipenuhinya. Kecemasan akademik yang dialami peserta didik seperti takut dan khawatir saat menjelang ujian serta gugup dan panik saat melakukan presentasi yang nantinya berdampak pada diri peserta didik dan proses belajarnya (Ormrod, 2008). Menurut Dacey dan Kenny (1997), dampak yang muncul akibat kecemasan akademik yaitu menyebabkan gejala psikologis seperti khawatir, takut, gugup, sulit berkonsentrasi, merasa kesulitan dalam mengerjakan tugas dan rendahnya minat terhadap mata pelajaran tertentu serta muncul gejala fisik seperti jantung berdetak cepat, mudah berkeringat, pusing dan sakit perut. Selain itu, kecemasan akademik juga berdampak pada kegiatan akademik seperti muncul prokastinasi akademik yaitu sering menunda-nunda dalam mengerjakan tugas dan penurunan prestasi bagi peserta didik (Alvin et al., 2022: 19).

Pada umumnya kecemasan akademik merupakan masalah yang meluas bagi peserta didik (Asghari et al., 2012: 7). Peserta didik seringkali mengalami kecemasan dalam menghadapi ujian yang akibatnya menghambat individu tersebut mencapai potensi akademiknya (Rana & Mahmood, 2010: 71-71). Pada penelitian Ukhtia et al., (2016: 154), menunjukkan bahwa peserta didik MA mengalami kecemasan akademik pada tingkatan sedang dengan presentase 73%. Selain itu, penelitian yang dilakukan oleh Safitri (2011), menunjukkan bahwa peserta didik SMA unggul mengalami kecemasan akademik pada kategori sedang dengan presentase 68%. Studi yang dilakukan oleh Widyartini dan Diniari (2016: 1) pada peserta didik SMA N 3 Denpasar menunjukkan bahwa 52 dari 72 responden mengalami kecemasan.

Penelitian-penelitian tersebut menjelaskan bahwa peserta didik memiliki kecenderungan mengalami kecemasan akademik. Berdasarkan survei awal yang dilaksanakan pada tanggal 30 September 2023 dengan menggunakan metode observasi dan wawancara terhadap 13 peserta didik MAN 1 Jepara, mendapatkan hasil bahwa terdapat kecemasan akademik yang dialami oleh peserta didik. Indikasi kecemasan akademik yang muncul pada peserta didik seperti yang di kemukakan pada aspek kecemasan akademik menurut Pekrun (2006) yaitu terlalu memikirkan dan khawatir mengenai mata pelajaran atau kegiatan akademik tertentu, mengalami pusing atau sakit kepala, sakit perut, mual dan detak jantung meningkat dalam kegiatan akademik, serta merasa gugup, mual, gelisah dan cemas saat menjelang ujian dikarenakan khawatir mengenai tingkat kesulitan soal dalam ujian yang akan dilaksanakan.

Munculnya kecemasan akademik yang terjadi pada peserta didik tidak terlepas dari faktor yang memengaruhinya. Menurut Istiantoro (2018: 630-634), terdapat beberapa faktor yang memengaruhi kecemasan akademik yaitu faktor pribadi, faktor keluarga, faktor sosial dan faktor kelembagaan. Faktor pribadi meliputi kecerdasan emosional, kontrol diri dan motivasi berprestasi. Faktor keluarga meliputi gaya pengasuhan orang tua yang otoriter dan bimbingan dari orang tua yang kurang maksimal. Faktor sosial meliputi diskriminasi dan lingkungan yang tidak mendukung. Sedangkan faktor kelembagaan meliputi kompetisi antar peserta didik yang cukup berat dan hubungan antara peserta didik dengan tenaga pendidik yang kurang baik.

Menurut Ottens (1991) motivasi berprestasi merupakan salah satu faktor yang menyebabkan terjadinya kecemasan akademik. Motivasi berprestasi merupakan dorongan dalam diri peserta didik untuk berusaha semaksimal mungkin guna mencapai tujuan tertentu di bidang akademik (Susanto, 2018: 35). Studi yang dilakukan oleh Zahidah dan Naqiyah, (2020) mengungkapkan bahwa motivasi berprestasi yang rendah dapat memengaruhi kecemasan akademik pada peserta didik. Hal tersebut disebabkan karena kurangnya dorongan dan keyakinan dalam diri peserta didik untuk melaksanakan tindakan atau perilaku yang sesuai dalam menyelesaikan tugas-tugasnya, sehingga

sumber motivator tidak cukup kuat untuk mendorong pencapaian prestasi yang pada akhirnya menyebabkan kecemasan akademik pada diri peserta didik (Yanti et al., 2013).

Penelitian yang dilakukan oleh Jan et al. (2020) menyatakan bahwa faktor dari kecemasan akademik lainnya adalah kecerdasan emosional. Menurut Agus dan Wilani (2018: 156), kecerdasan emosional adalah kemampuan individu untuk mengendalikan diri, menjaga ketahanan diri dari berbagai masalah, menjaga suasana hati dan mengendalikan kecemasan dengan kapabilitas emosi yang baik agar kemampuan berpikir, rasa empati dan harapan-harapan yang diterapkan tidak mengalami gangguan yang signifikan. Studi yang dilakukan Madoni dan Mardiyah (2021: 5) menunjukkan bahwa kecerdasan emosional memiliki korelasi negatif yang signifikan terhadap kecemasan akademik pada peserta didik. Hal tersebut memiliki arti bahwa peserta didik dengan tingkat kecerdasan emosional yang tinggi cenderung memiliki tingkat kecemasan akademik yang rendah. Dalam hal ini kemampuan mengelola emosi penting diterapkan ketika individu menghadapi masalah yang dapat menyebabkan perasaan tertekan atau cemas. Peserta didik dengan kecerdasan emosional yang optimal mampu mengatur emosinya dengan baik sehingga dapat mengurangi dan menghadapi rasa cemas saat menyelesaikan tugas-tugas akademiknya. Semakin tinggi tingkat kecerdasan emosional peserta didik, maka semakin berkurang kecemasan akademik dalam dirinya.

Pada dasarnya tugas-tugas akademik tersebut merupakan hal yang umum dan sebagai bagian dari proses belajar bagi peserta didik yang sedang menempuh pendidikan di sekolah. Namun bagi sebagian peserta didik menganggap bahwa tugas akademik memberikan ancaman yang dapat membuat mereka mengalami kecemasan (Prawitasari, 2012). Peserta didik yang mengalami kecemasan akademik akan merasa tidak tenang, gugup dan menunjukkan kegiatan motorik yang tidak ada artinya, seperti jari-jari tangan ataupun kaki-kaki mengetuk sesuatu di sekitarnya (Santi, 2015: 94).

Berdasarkan pemaparan permasalahan penelitian tersebut, kecemasan akademik memiliki dampak buruk yang menyebabkan menurunnya konsentrasi, perhatian, kemampuan memahami dan mengingat bagi peserta didik sehingga penting dilakukan penelitian mengenai kecemasan akademik pada peserta didik MAN 1 Jepara dengan judul **“Pengaruh Motivasi Berprestasi dan Kecerdasan Emosional terhadap Kecemasan Akademik pada Peserta Didik MAN 1 Jepara”**.

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan pemaparan latar belakang diatas, maka rumusan masalah dalam penelitian ini adalah sebagai berikut :

1. Apakah motivasi berprestasi berpengaruh terhadap kecemasan akademik pada peserta didik MAN 1 Jepara?
2. Apakah kecerdasan emosional berpengaruh terhadap kecemasan akademik pada peserta didik MAN 1 Jepara?
3. Apakah motivasi berprestasi dan kecerdasan emosional berpengaruh terhadap kecemasan akademik pada peserta didik MAN 1 Jepara?

C. Tujuan Penelitian

Berdasarkan pemaparan latar belakang dan perumusan masalah, maka tujuan penelitian yang ingin dicapai adalah sebagai berikut :

1. Untuk menguji secara empiris pengaruh motivasi berprestasi terhadap kecemasan akademik pada peserta didik MAN 1 Jepara
2. Untuk menguji secara empiris pengaruh kecerdasan emosional terhadap kecemasan akademik pada peserta didik MAN 1 Jepara
3. Untuk menguji secara empiris pengaruh motivasi berprestasi dan kecerdasan emosional terhadap kecemasan akademik pada peserta didik MAN 1 Jepara

D. Manfaat Penelitian

Berdasarkan acuan dari tujuan yang telah dipaparkan, diharapkan penelitian ini dapat memberikan sejumlah kontribusi dan manfaat, baik secara teoritis maupun praktis. Adapun manfaat-manfaat tersebut yaitu sebagai berikut:

1. Manfaat Teoritis

Penelitian ini diharapkan mampu memberikan manfaat dan kontribusi yang signifikan pada perkembangan pengetahuan dalam disiplin ilmu psikologi, khususnya di bidang psikologi pendidikan yang terkait dengan tema motivasi berprestasi, kecerdasan emosional dan kecemasan akademik. Selain itu, diharapkan hasil penelitian ini juga dapat memberikan pengetahuan serta pemahaman yang nantinya dapat menjadi sumber referensi penting untuk penelitian selanjutnya.

2. Manfaat Praktis

a. Bagi Peserta Didik

Penelitian ini diharapkan dapat membantu mengatasi permasalahan terkait kecemasan akademik pada peserta didik dan dapat dijadikan sebagai dasar pertimbangan dalam menerapkan motivasi berprestasi dan kecerdasan emosional dengan harapan dapat mengatasi kecemasan akademik yang dialami oleh peserta didik tersebut.

b. Bagi Sekolah

Penelitian ini diharapkan dapat membantu mengatasi permasalahan terkait kecemasan akademik dengan memberikan edukasi dan pembelajaran mengenai pentingnya penerapan motivasi berprestasi dan kecerdasan emosional sebagai upaya mengurangi tingkat kecemasan akademik pada peserta didik.

c. Bagi Orang Tua

Penelitian ini diharapkan dapat menjadi pedoman bagi orang tua untuk senantiasa memahami akan pentingnya mengatasi kecemasan akademik dengan menerapkan motivasi berprestasi dan kecerdasan emosional dalam diri anak selama menempuh pendidikan formal ataupun non formal.

d. Bagi Peneliti Selanjutnya

Penelitian ini diharapkan dapat dijadikan sebagai salah satu sarana pengaplikasian teori yang valid dan sesuai dengan penelitian yang akan dikembangkan terkait motivasi berprestasi, kecerdasan emosional dan kecemasan akademik.

E. Keaslian Penelitian

Berkaitan dengan upaya untuk mengurangi risiko adanya kesamaan hasil penelitian, maka peneliti melakukan telaah terhadap penelitian-penelitian terdahulu yang memiliki relevansi dengan konteks penelitian yang dilakukan oleh peneliti, berikut penelitian terdahulu yang menjadi fokus tinjauan :

Pertama, penelitian yang dilakukan oleh Rahadianto (2013), dengan judul “*Hubungan Antara Self-Efficacy dan Motivasi Berprestasi dengan Kecemasan Akademik pada Siswa Program Sekolah RSBI di Surabaya*”. Tujuan penelitian tersebut yaitu untuk mengetahui hubungan antara *self – efficacy*, motivasi berprestasi dengan kecemasan akademik pada siswa. Penelitian ini bertujuan untuk mengidentifikasi hubungan antara *self-eficacy* dengan kecemasan akademik serta hubungan antara motivasi berprestasi dengan kecemasan akademik. Dari hasil analisis data, didapatkan nilai signifikansi sebesar 0,000 untuk hubungan antara *self-eficacy* dan motivasi berprestasi terhadap kecemasan akademik siswa. Hasil ini mengindikasikan adanya hubungan antara *self-eficacy*, motivasi berprestasi, dan kecemasan akademik pada siswa. Terdapat beberapa persamaan dengan penelitian terdahulu yaitu mengambil subjek yang sama yaitu siswa atau peserta didik, menggunakan teknik sampling yang sama yaitu *simple random sampling*, serta meneliti mengenai kecemasan akademik pada siswa. Namun terdapat perbedaan yaitu skala motivasi berprestasi penelitian terdahulu menggunakan indikator motivasi berprestasi rancangan peneliti yang meliputi pemilihan tingkat kesulitan tugas, *persistence* dalam mengerjakan tugas, harapan terhadap *feedback*, tanggung jawab dan *innovativeness*. Sedangkan penelitian terbaru menggunakan aspek motivasi berprestasi oleh McClelland (1987) yaitu

tanggung jawab, memiliki keberanian dalam mengambil risiko, memiliki tujuan yang realistik, memiliki perencanaan yang matang, memperhatikan umpan balik dan memiliki perhitungan waktu yang baik.

Kedua, penelitian yang dilakukan oleh Zahidah dan Naqiyah (2020), dengan judul “*Hubungan antara Efikasi Diri dan Motivasi Berprestasi dengan Kecemasan Akademik Peserta Didik Kelas VIII SMP Negeri 20 Surabaya*”. Penelitian ini bertujuan untuk mengkaji hubungan antara efikasi diri dan motivasi berprestasi dengan kecemasan akademik pada siswa kelas VIII di SMP Negeri 20 Surabaya. Berdasarkan hasil analisis data, disimpulkan bahwa semakin tinggi efikasi diri dan motivasi berprestasi siswa, semakin rendah tingkat kecemasan akademik dalam diri siswa tersebut. Selain itu, penelitian ini menunjukkan bahwa efikasi diri dan motivasi berprestasi secara bersama-sama menyumbang 30% terhadap kecemasan akademik siswa, sementara 70% sisanya dipengaruhi oleh faktor lain. Terdapat beberapa persamaan dengan penelitian terdahulu yaitu menggunakan subjek yang sama yaitu peserta didik dan metode penelitian menggunakan kuantitatif. Namun terdapat perbedaan yaitu analisis data pada penelitian sebelumnya menggunakan korelasi *product moment*, sedangkan pada penelitian terbaru menggunakan uji regresi linier berganda.

Ketiga, penelitian yang dilakukan oleh Lathifa dan Pratisti (2021), dengan judul “*Hubungan antara Motivasi Berprestasi dan Penyesuaian Diri dengan Kecemasan Akademik Siswa Selama Pembelajaran Daring*”. Penelitian ini bertujuan untuk mengungkap hubungan antara motivasi berprestasi dan penyesuaian diri siswa dengan kecemasan akademik. Dapat disimpulkan dari hasil analisis regresi berganda pada hipotesis mayor, ditemukan adanya hubungan signifikan antara motivasi berprestasi dan penyesuaian diri dengan kecemasan akademik. Penelitian ini juga mendukung hipotesis minor yang menunjukkan hubungan negatif antara motivasi berprestasi dan kecemasan akademik, serta hubungan negatif antara penyesuaian diri dan kecemasan akademik. Kontribusi efektif dari motivasi berprestasi dan penyesuaian diri terhadap kecemasan akademik tercatat sebesar 7,64%, dengan penyesuaian diri

menyumbang 3,21% dan motivasi berprestasi menyumbang 4,43%. Terdapat beberapa persamaan dengan penelitian terdahulu yaitu menggunakan subjek yang sama yaitu siswa atau peserta didik dan menggunakan pendekatan yang sama yaitu kuantitatif. Namun terdapat beberapa perbedaan yaitu tujuan pada penelitian sebelumnya adalah untuk mengetahui hubungan antara motivasi berprestasi dan penyesuaian diri siswa dengan kecemasan akademik sedangkan pada penelitian terbaru yaitu untuk mengetahui pengaruh motivasi berprestasi dan kecerdasan emosional terhadap kecemasan akademik pada peserta didik MAN 1 Jepara dan penentuan sampel yang diterapkan peneliti yaitu *probability sampling*, sedangkan penelitian terdahulu menggunakan *purposive sampling*.

Keempat, penelitian yang dilakukan oleh Variansyah dan Listiara (2017), dengan judul “*Hubungan Orientasi Tujuan Performa dengan Kecemasan Akademik pada Siswa Kelas X di SMA Negeri “A” Semarang*”. Penelitian ini memiliki tujuan untuk mengetahui hubungan antara orientasi tujuan performa dengan kecemasan akademik pada siswa kelas X di SMA Negeri "A" Semarang. Hasil penelitian menunjukkan adanya hubungan positif antara kedua variabel tersebut, yaitu semakin tinggi orientasi tujuan performa siswa, semakin tinggi pula tingkat kecemasan akademik yang dirasakan, dan sebaliknya, semakin rendah orientasi tujuan performa, semakin rendah kecemasan akademiknya. Orientasi tujuan performa memberikan kontribusi efektif sebesar 35% terhadap kecemasan akademik siswa. Terdapat persamaan dengan penelitian terdahulu yaitu menggunakan subjek yang sama yaitu siswa atau peserta didik. Namun terdapat perbedaan yaitu pada teknik pengambilan sampel penelitian terdahulu menggunakan *cluster random sampling* sedangkan pada penelitian terbaru menggunakan *probability sampling*.

Kelima, penelitian yang dilakukan oleh Rahman dan Rahmandani (2019), dengan judul “*Hubungan antara Kecanduan Game Online dengan Kecemasan Akademik pada Mahasiswa Pemain Game Online di Game Center Kecamatan Banyumanik, Kota Semarang*”. Penelitian ini memiliki tujuan untuk mengkaji hubungan antara kecanduan *game online* dan kecemasan akademik pada mahasiswa yang bermain *game online* di *game center* di wilayah Kecamatan

Banyumanik, Kota Semarang. Data dikumpulkan menggunakan dua instrumen, yaitu Skala Kecanduan Game Online (38 item valid, $\alpha = 0,941$) dan Skala Kecemasan Akademik (30 item valid, $\alpha = 0,906$). Analisis statistik dilakukan dengan metode *Spearman Rank*, dan hasil penelitian menunjukkan adanya hubungan signifikan antara kecanduan game online dan kecemasan akademik pada mahasiswa. Terdapat persamaan dengan penelitian sebelumnya yaitu model skala yang digunakan adalah skala Likert. Namun terdapat beberapa perbedaan yaitu pada penelitian sebelumnya menggunakan subjek mahasiswa sedangkan pada penelitian terbaru menggunakan subjek peserta didik dan teknik pengambilan sampel pada penelitian sebelumnya menggunakan teknik *accidental sampling* sedangkan pada penelitian terbaru menggunakan *probability sampling*.

Keenam, penelitian yang dilakukan oleh Ukhtia et al. (2016), dengan judul “*Hubungan antara Religiusitas dengan Kecemasan Akademik pada Siswa Madrasah Aliyah Negeri*”. Metode analisis data yang digunakan dalam penelitian ini adalah analisis regresi sederhana, yang mengungkap adanya hubungan negatif antara religiusitas dan kecemasan akademik pada siswa. Hasil penelitian menunjukkan bahwa religiusitas memberikan kontribusi sebesar 16,8% terhadap penurunan kecemasan akademik, sedangkan sisanya dipengaruhi oleh faktor-faktor lain yang tidak dibahas dalam penelitian ini. Terdapat beberapa persamaan dengan penelitian terdahulu yaitu menggunakan subjek yang sama yaitu siswa atau peserta didik dan menggunakan pendekatan yang sama yaitu kuantitatif. Namun terdapat perbedaan yaitu teknik pengambilan sampel pada penelitian sebelumnya menggunakan teknik *cluster random sampling* sedangkan pada penelitian terbaru menggunakan *probability sampling*.

Ketujuh, penelitian yang dilakukan oleh Sutja dan Yaksa (2021), dengan judul “*Pengaruh Relaxation Music Therapy (RMT) pada Kecemasan Akademik*”. Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui pengaruh *Relaxation Music Therapy (RMT)* pada Kecemasan Akademik. Temuan penelitian menunjukkan bahwa RMT efektif dalam mengurangi kecemasan

akademik di kalangan mahasiswa Universitas Jambi. Sebelum perlakuan RMT, hasil pre-test menunjukkan bahwa mahasiswa masih dalam kondisi cemas, dengan rata-rata skor 0,04 logit, yang menandakan tingkat kecemasan akademik berada pada level sedang. Namun, setelah penerapan RMT, skor post-test mahasiswa menurun menjadi -0,49 logit, menunjukkan bahwa tingkat kecemasan akademik telah berkurang menjadi ringan. Hasil ini menunjukkan bahwa konselor di universitas di Indonesia dapat menggunakan RMT untuk membantu mengurangi kecemasan akademik mahasiswa. Terdapat persamaan dengan penelitian sebelumnya yaitu menggunakan model skala yang sama yaitu skala Likert. Namun terdapat beberapa perbedaan yaitu subjek penelitian sebelumnya menggunakan mahasiswa sedangkan penelitian terbaru menggunakan subjek peserta didik dan penelitian sebelumnya menggunakan penelitian kuantitatif experimental yaitu pre-experimen dengan *desainone group pretest-posttest design* sedangkan penelitian terbaru menggunakan penelitian kuantitatif korelasional.

Kedelapan, penelitian yang dilakukan oleh Anggoro (2018), dengan judul “*Hubungan antara Dukungan Sosial Teman Sebaya dengan Kecemasan Akademik pada Mahasiswa Program Studi Akuntansi Universitas Islam Indonesia Menghadapi Ujian Komprehensif*”. Penelitian yang dilakukan memiliki tujuan untuk mengungkap hubungan antara dukungan sosial teman sebaya dengan kecemasan akademik pada mahasiswa program studi akuntansi Universitas Islam Indonesia menghadapi ujian komprehensif. Dapat disimpulkan dari hasil analisis data yang menunjukkan bahwa terdapat hubungan negatif antara dukungan sosial teman sebaya dengan kecemasan akademik pada program studi akuntansi Universitas Islam Indonesia menghadapi ujian komprehensif di Yogyakarta. Terdapat beberapa persamaan dengan penelitian terdahulu yaitu model skala yang sama yaitu skala Likert dan metode penelitian yang sama yaitu kuantitatif. Namun terdapat perbedaan yaitu subjek penelitian sebelumnya menggunakan mahasiswa sedangkan penelitian terbaru menggunakan subjek peserta didik. Penelitian terdahulu menggunakan aspek kecemasan akademik yang dikemukakan oleh Holmes (1991) yaitu *mood*

(psikologis), kognitif, somatik dan motorik. Sedangkan penelitian terbaru menggunakan aspek kecemasan akademik yang dikemukakan oleh Pekrun (2006) yaitu *Class Related Anxiety, Learning Related Anxiety dan Test Anxiety*.

Kesembilan, penelitian yang dilakukan oleh Fakhria dan Setiowati (2017), dengan judul “*Motivasi Berprestasi Siswa Ditinjau dari Fasilitasi Sosial dan Ketakutan akan Kegagalan*”. Penelitian yang dilakukan memiliki tujuan untuk mengungkap hubungan antara fasilitasi sosial dan ketakutan akan kegagalan dengan motivasi berprestasi. Hipotesis dari penelitian ini menyatakan adanya korelasi antara fasilitasi sosial dan ketakutan akan kegagalan terhadap prestasi. Sampel penelitian terdiri dari 200 siswa kelas X dari SMAN 2 Semarang, MAN 1 Semarang, dan SMA Gita Bahari. Instrumen yang digunakan mencakup tiga skala, yaitu skala motivasi berprestasi, skala fasilitasi sosial, dan skala ketakutan. Analisis data dilakukan dengan regresi linier berganda dan korelasi parsial. Hasil penelitian menunjukkan adanya hubungan signifikan antara fasilitasi sosial dan ketakutan akan kegagalan dengan motivasi berprestasi. Uji korelasi parsial mengungkapkan bahwa fasilitasi sosial memiliki korelasi positif dengan motivasi berprestasi, sementara ketakutan akan kegagalan memiliki korelasi negatif dengan motivasi berprestasi. Terdapat beberapa persamaan dengan penelitian sebelumnya yaitu menggunakan subjek yang sama yaitu siswa atau peserta didik dan menggunakan desain penelitian yang sama yaitu kuantitatif. Namun terdapat perbedaan yaitu teknik pengambilan sampel pada penelitian sebelumnya menggunakan teknik *cluster random sampling* sedangkan pada penelitian terbaru menggunakan *probability sampling*.

Kesepuluh, penelitian yang dilakukan oleh Firmantyo dan Alsa (2016), dengan judul “*Integritas Akademik dan Kecemasan Akademik dalam Menghadapi Ujian Nasional pada Siswa*”. Penelitian yang dilakukan memiliki tujuan untuk mengidentifikasi apakah terdapat hubungan antara kecemasan akademik dan integritas akademik dalam konteks ujian nasional pada siswa kelas XII. Penelitian dilakukan di SMAN Y mencakup 114 siswa dari jurusan Matematika dan Ilmu Alam (MIA). Data dikumpulkan menggunakan

kuesioner yang mengukur kecemasan akademik dan integritas akademik. Teknik analisis data yang digunakan adalah korelasi Spearman Rank, mengingat salah satu variabel memiliki distribusi data yang tidak normal. Hasil penelitian mendukung hipotesis yang ada, menunjukkan adanya hubungan negatif antara kecemasan akademik dan integritas akademik dalam menghadapi ujian nasional pada siswa di SMAN Y. Kecemasan akademik berkontribusi efektif sebesar 20,8% terhadap integritas akademik siswa dalam menghadapi ujian tersebut. Terdapat beberapa persamaan dengan penelitian sebelumnya yaitu menggunakan subjek yang sama yaitu siswa atau peserta didik dan menggunakan desain penelitian yang sama yaitu kuantitatif. Namun terdapat perbedaan yaitu tujuan penelitian sebelumnya adalah untuk mengetahui apakah terdapat hubungan antara kecemasan akademik dan integritas akademik dalam menghadapi ujian nasional sedangkan pada penelitian terbaru untuk mengetahui pengaruh motivasi berprestasi dan kecerdasan emosional terhadap kecemasan akademik pada peserta didik MAN 1 Jepara.

Kesebelas, penelitian yang dilakukan oleh Suhendro dan Agustina (2022), dengan judul "*Pengaruh Kecerdasan Emosional terhadap Kecemasan Akademik: Studi pada Mahasiswa Universitas X di Jakarta*". Metode analisis data yang digunakan dalam penelitian ini adalah regresi linier, yang mengungkap bahwa kecerdasan emosional memengaruhi kecemasan akademik mahasiswa angkatan 2020/2021 yang mengikuti pembelajaran jarak jauh sebesar 22%. Sementara itu, sisa 78% kecemasan akademik dipengaruhi oleh faktor-faktor lain di luar kecerdasan emosional. Terdapat beberapa persamaan dengan penelitian terdahulu yaitu menggunakan pendekatan yang sama yaitu kuantitatif dan menggunakan *google form* sebagai alat bantu penyebaran kuesioner. Namun terdapat beberapa perbedaan yaitu skala Likert yang digunakan pada penelitian terdahulu menggunakan lima pilihan jawaban yang meliputi STS (Sangat Tidak Setuju), TS (Tidak Setuju), R (Ragu-Ragu), S (Setuju), SS (Sangat Setuju), sedangkan penelitian terbaru menggunakan empat pilihan jawaban yang meliputi STS (Sangat Tidak Sesuai), TS (Tidak

Sesuai), S (Sesuai), SS (Sangat Sesuai). Penelitian terdahulu juga menggunakan uji regresi linear, sedangkan penelitian terbaru menggunakan uji regresi linear berganda.

Keduabelas, penelitian yang dilakukan oleh Fikry (2017), dengan judul “*Kecerdasan Emosional dan Kecemasan Mahasiswa Bimbingan Skripsi di Universitas Syiah Kuala*”. Metode analisis data yang digunakan untuk menguji hipotesis penelitian ini adalah teknik *spearman* yang menunjukkan bahwa terdapat hubungan negatif antara kecerdasan emosional dengan kecemasan pada mahasiswa yang melakukan bimbingan skripsi di Universitas Syiah Kuala. Terdapat persamaan dengan penelitian terdahulu yaitu menggunakan pendekatan yang sama yaitu kuantitatif jenis korelasi. Namun terdapat beberapa perbedaan yaitu pengambilan sampel pada penelitian terdahulu menggunakan *purposive sampling*, sedangkan penelitian terbaru menggunakan *simple random sampling*. Penelitian terdahulu juga menggunakan subjek mahasiswa, sedangkan penelitian terbaru menggunakan peserta didik. Penelitian terdahulu menggunakan aspek kecerdasan emosional oleh Schutte, dkk (1998) yang dikenal dengan *Schutte Emotional Intelligence Scale (SEIS)* yaitu *perception of emotion, managing own emotions, managing other's emotions, dan utilization of emotion*. Sedangkan penelitian terbaru menggunakan aspek kecerdasan emosional oleh Goleman (2007) yaitu mengenali emosi diri, mengelola emosi, memotivasi diri sendiri, mengenali emosi orang lain dan membina hubungan.

Mengacu pada perbandingan persamaan dan perbedaan dari penelitian sebelumnya dengan penelitian yang akan dilakukan oleh peneliti, dapat disimpulkan bahwa terdapat persamaan metode penelitian yaitu kuantitatif, memiliki persamaan subjek yaitu peserta didik dan menggunakan model skala yang sama yaitu skala Likert. Sedangkan perbedaan penelitian terdahulu dengan penelitian yang dilakukan oleh peneliti yaitu peneliti melakukan pengujian secara empiris pengaruh motivasi berprestasi dan kecerdasan emosional terhadap kecemasan akademik pada peserta didik, teknik pengambilan sampel menggunakan *probability sampling*, teknik analisis data

menggunakan uji regresi linear berganda dan tempat penelitian pengambilan data dilakukan di MAN 1 Jepara. Selain itu, terdapat juga perbedaan dengan penelitian terdahulu yaitu pada aspek kecemasan akademik penelitian terbaru mengacu pada teori Pekrun (2006) yaitu *Class Related Anxiety*, *Learning Related Anxiety* dan *Test Anxiety*, kemudian pada aspek motivasi berprestasi penelitian terbaru mengacu pada teori motivasi berprestasi McClelland (1987) yaitu tanggung jawab, memiliki keberanian dalam mengambil risiko, memiliki tujuan yang realistik, memiliki perencanaan yang matang, memperhatikan umpan balik dan memiliki perhitungan waktu yang baik, serta pada aspek kecerdasan emosional mengacu pada teori kecerdasan emosional Goleman (2007) yaitu mengenali emosi diri, mengelola emosi, memotivasi diri sendiri, mengenali emosi orang lain dan membina hubungan.

Berdasarkan penjelasan tersebut maka peneliti melakukan penelitian dengan judul “Pengaruh Motivasi Berprestasi dan Kecerdasan Emosional terhadap Kecemasan Akademik pada Peserta Didik MAN 1 Jepara”. Demikian yang akan dilakukan oleh peneliti bahwa penelitian ini benar-benar dilakukan dengan asli.

BAB II

LANDASAN TEORI

A. Kecemasan Akademik

1. Definisi Kecemasan Akademik

Kecemasan akademik merupakan perasaan khawatir yang membuat peserta didik kesulitan dalam melakukan konsentrasi pada tugas-tugas akademik yang meliputi kepenulisan, bacaan, penyampaian dan pendengaran (Pekrun, 2006). Kecemasan pada bidang akademik disebut sebagai kecemasan akademik yang mengacu pada respon peserta didik yang negatif terhadap tugas-tugas akademik yang diberikan sehingga berdampak pada kinerja dan hasil peserta didik tersebut (Ottens, 1991). Peserta didik yang mengalami kecemasan akademik diakibatkan karena adanya pikiran-pikiran yang mengganggu dan mencegah untuk berpikir secara logis dan jelas (Rehman, 2016).

Menurut Prawitasari (2012), menjelaskan bahwa kecemasan akademik merupakan dorongan yang muncul dari pikiran dan perasaan yang terdiri dari rasa khawatir, takut dan prihatin yang menyebabkan terjadinya gangguan pada pola pemikiran, respon fisik serta perilaku sebagai hasil dari adanya berbagai tekanan terkait tugas-tugas akademik atau kegiatan akademik. Sejalan dengan pengertian menurut Bandura et al. (1999), menyatakan bahwa *academic anxiety* merupakan perasaan cemas yang muncul dikarenakan adanya ketidakpercayaan terhadap potensi diri sendiri untuk menyelesaikan berbagai tugas yang diberikan. Sedangkan menurut Firmantyo dan Alsa (2016), kecemasan akademik merupakan perasaan cemas yang memiliki kemungkinan dapat dialami oleh setiap peserta didik selama menempuh pendidikan formal ataupun non formal.

Kecemasan akademik merupakan munculnya rasa takut dan tegang terhadap sesuatu yang akan terjadi yang menyebabkan gangguan dalam menyelesaikan tugas dan kegiatan di lingkungan akademik (Valiante &

Pajares, 1999). Penyebab terjadinya kecemasan akademik adalah pola pemikiran yang mengalami gangguan dan menimbulkan respon fisik yang berlainan serta menyebabkan penurunan kinerja dalam menyelesaikan tugas atau kegiatan akademik (Ottens, 1991). Kecemasan akademik menimbulkan beberapa gejala seperti peserta didik mengalami tekanan tertentu terhadap perasaan, seringkali merasa takut, stress, khawatir, dan tidak tenang (Novitria & Khoirunnisa, 2020: 1). Sejalan dengan pendapat tersebut kecemasan akademik dikaitkan dengan berbagai dampak negatif seperti terganggunya produktivitas peserta didik, kesulitan dalam berkonsentrasi dan kesulitan dalam mencapai tujuan keberhasilan (Flett et al., 2020). Selain itu, dampak negatif lainnya meliputi menurunnya daya ingat individu apabila kecemasan akademik tersebut dialami secara berkepanjangan, menyebabkan stress yang berakibat pada kegiatan sehari-hari, serta mengalami gangguan tidur dan menimbulkan kekhawatiran terhadap kinerja akademik (Hasanah et al., 2020).

Berdasarkan pemaparan pengertian tersebut dapat disimpulkan bahwa kecemasan akademik merupakan perasaan khawatir, tegang, takut dan tidak tenang yang disebabkan karena ketidakyakinan terhadap kemampuan diri individu dalam melaksanakan atau menyelesaikan tugas akademik yang mengakibatkan kesulitan dalam berkonsentrasi, terganggunya pola pemikiran, terganggunya respon fisik dan perilaku individu.

2. Aspek-aspek Kecemasan Akademik

Menurut Pekrun (2006) menjelaskan bahwa terdapat beberapa aspek yang menyebabkan kecemasan akademik pada peserta didik yaitu :

- a. *Class-related anxiety*, yaitu adanya rasa khawatir dalam diri peserta didik yang muncul saat proses pembelajaran di kelas, seperti terlalu memikirkan mengenai mata pelajaran tertentu saat menjelang pembelajaran di kelas, muncul rasa khawatir dalam memahami mata pelajaran di kelas dan membandingkan kemampuan memahami peserta

didik tersebut dengan peserta didik lainnya (Milawati & Sutoyo, 2022: 280).

- b. *Learning-related anxiety*, yaitu perasaan cemas yang muncul saat sedang belajar yang memiliki dampak pada fisiologis peserta didik tersebut, seperti pusing atau sakit kepala, sakit perut, mual dan detak jantung meningkat (Milawati & Sutoyo, 2022: 280).
- c. *Test anxiety*, yaitu kecemasan yang dirasakan peserta didik menjelang ujian atau ulangan, seperti gugup saat menjelang ujian, terlalu khawatir sehingga merasa mual, gelisah saat menjelang ujian dilaksanakan dan merasa khawatir mengenai tingkat kesulitan soal dalam ujian atau ulangan yang akan dilaksanakan (Milawati & Sutoyo, 2022: 280).

Menurut Rehman (2016), menjelaskan mengenai aspek kecemasan akademik yang meliputi :

- a. *Academic anxiety symptoms*, yaitu perasaan cemas yang muncul dalam diri peserta didik sehingga menyebabkan perilaku abnormal yang ditunjukkan pada awal tugas akademik yang baru, seperti menunda-nunda dalam menyelesaikan tugas, mengkhawatirkan sebagian besar waktu, merasa dirinya gagal didalam kelas dan menarik diri dari interaksi sosial, serta sering menyendiri dan kurang bersosialisasi dengan teman sebaya (Cahyaningtyas, 2020: 17).
- b. *Anxiety from poor study habits*, yaitu kecemasan akademik yang disebabkan oleh kegiatan atau kebiasaan belajar dalam proses belajar peserta didik sehari-hari (Cahyaningtyas, 2020: 17).
- c. *Anxiety from subject*, yaitu kecemasan yang muncul pada peserta didik memiliki sikap negatif terhadap topik pelajaran tertentu atau mata pelajaran yang berbeda karena sesuatu atau alasan lain (Cahyaningtyas, 2020: 17).
- d. *Anxiety from school environment*, yaitu kecemasan yang dirasakan peserta didik yang disebabkan oleh lingkungan sekolah seperti adanya kompetisi yang berat antar peserta didik dalam meraih prestasi dan

peran fasilitator sekolah, seperti tenaga pendidik dan program sekolah (Cahyaningtyas, 2020: 17).

- e. *Anxiety from teacher*, yaitu kecemasan yang muncul pada peserta didik dikarenakan metode mengajar tenaga pendidik yang tidak sesuai kompetensi dan sikap parsial tenaga pendidik saat mengajar di kelas (Cahyaningtyas, 2020: 17).
- f. *Anxiety from examination*, yaitu perasaan cemas yang muncul pada diri peserta didik disebabkan oleh kategori ujian tertentu (formatif & sumatif). Adanya pemeriksaan secara berkala, terus menerus dan secara menyeluruh dapat menyebabkan peserta didik mengalami kecemasan dan akan meningkat apabila dibiarkan secara berkelanjutan (Cahyaningtyas, 2020: 17-18).

Berdasarkan penjelasan aspek-aspek kecemasan akademik tersebut, maka peneliti menggunakan aspek kecemasan akademik menurut Pekrun (2006). Aspek-aspek kecemasan akademik tersebut yakni *class-related anxiety*, *learning-related anxiety* dan *test anxiety*.

3. Faktor-faktor Kecemasan Akademik

Adapun faktor yang menyebabkan kecemasan akademik muncul menurut Istiantoro (2018: 630-634), menyatakan bahwa terdapat beberapa faktor yang membuat kecemasan peserta didik meningkat, yaitu sebagai berikut :

a. Faktor Pribadi

Faktor pribadi merupakan faktor dari dalam diri individu yang meliputi kecerdasan emosional, motivasi beprestasi dan kontrol diri.

b. Faktor Keluarga

Faktor keluarga merupakan faktor dari keluarga yang mencakup keseluruhan anggota keluarga yang meliputi gaya pengasuhan orang tua yang otoriter dan bimbingan dari orang tua yang kurang maksimal.

c. Faktor Sosial

Faktor sosial merupakan faktor dari lingkungan sosial yang dapat memberikan pengaruh terhadap perilaku individu yang meliputi diskriminasi dan lingkungan yang tidak mendukung.

d. Faktor Kelembagaan

Faktor kelembagaan merupakan faktor dari lembaga-lembaga yang diikuti oleh individu yaitu lembaga pendidikan, lembaga pelatihan atau lembaga lainnya. Hal tersebut dapat memberikan pengaruh terhadap individu seperti kompetisi antar peserta didik yang cukup berat dan hubungan antara peserta didik dengan tenaga pendidik yang kurang baik.

Sedangkan menurut Zahidah dan Naqiyah (2020: 22) terdapat beberapa faktor yang mempengaruhi kecemasan akademik yaitu sebagai berikut:

a. Faktor Internal

Faktor internal merupakan faktor dari dalam diri peserta didik yang disebabkan oleh diri sendiri, dimana peserta didik cenderung memiliki pikiran dan perasaan yang mengarah pada kecemasan akademik, ditandai dengan keadaan fisik peserta didik yang merasa gugup dan gemetar saat harus melakukan presentasi atau berbicara di depan kelas dihadapan teman-temannya, sedangkan kondisi psikis seperti efikasi diri, kontrol diri dan motivasi berprestasi.

b. Faktor Eksternal

Faktor eksternal merupakan faktor dari luar diri peserta didik yang dapat memengaruhi kecemasan akademik yang meliputi adanya kesalahan terhadap pola asuh orang tua yang cenderung otoriter yang dapat memberikan rangsangan dan munculnya respon kecemasan akademik dalam diri peserta didik. Selain itu, adanya rasa tidak harmonis antara peserta didik dengan tenaga pendidik juga dapat menyebabkan kecemasan akademik, dikarenakan peserta didik cenderung takut untuk bertanya, berdiskusi dan menyampaikan

pendapat mengenai materi pelajaran yang belum dikuasai sehingga muncul kecemasan atas ketidakpahaman atas materi tersebut.

Berdasarkan uraian di atas maka dapat disimpulkan terkait faktor yang mempengaruhi kecemasan akademik yakni faktor pribadi meliputi kecerdasan emosional, motivasi beprestasi dan kontrol diri. Faktor keluarga meliputi gaya pengasuhan orang tua yang otoriter dan bimbingan dari orang tua yang kurang maksimal. Faktor sosial meliputi diskriminasi dan lingkungan yang tidak mendukung. Faktor kelembagaan meliputi kompetisi antar peserta didik yang cukup berat dan hubungan antara peserta didik dengan tenaga pendidik yang kurang baik.

4. Kecemasan Akademik dalam Perspektif Islam

Dalam perspektif Islam kecemasan disebut juga sebagai gelisah. Individu yang merasa gelisah harus segera mengatasinya dengan baik agar nantinya tidak menimbulkan dampak negatif ataupun masalah-masalah lainnya. Beberapa dampak negatif tersebut seperti individu menjadi malas dalam belajar, seringkali mengalami kesedihan, bahkan memiliki potensi untuk meminum *khamr* (minuman keras) ataupun mengkonsumsi narkoba (Mustaqim, 2015: 23).

Seorang cendekiawan psikologi Islam Bastaman (2005: 156), mengungkapkan bahwa kecemasan merupakan adanya rasa takut terhadap sesuatu yang akan menimpa individu di masa depan. Kecemasan muncul ketika individu berada pada situasi yang dianggap berpotensi merugikan dan dapat memberikan ancaman, serta individu tersebut tidak mampu mengatasi situasi tersebut. Oleh karena itu, kecemasan disebut juga sebagai ketakutan yang datang dari perwujudan diri sendiri yang diidentifikasi dengan selalu memiliki perasaan takut dan khawatir terhadap sesuatu yang belum terjadi. Kecemasan akademik merupakan kecemasan yang dapat memberikan pengaruh terhadap kondisi fisik dan psikologis individu di bidang akademik (Permata & Widiasavitri, 2019: 1).

Ditinjau dari perspektif Islam, kecemasan akademik timbul dikarenakan adanya rasa takut terhadap ujian ataupun masalah yang akan diberikan oleh Allah. Dalam Al-Qur'an diterangkan bahwa sebagai manusia diharuskan untuk senantiasa tidak merasa takut dan khawatir terhadap suatu hal, sebagaimana yang tertera dalam (QS. Al-Fussilat: 30) :

إِنَّ الَّذِينَ قَالُوا رَبُّنَا اللَّهُ ثُمَّ اسْتَقَامُوا تَتَنَزَّلُ عَلَيْهِمُ الْمَلَائِكَةُ أَلَّا تَخَافُوا وَلَا تَحْزَنُوا وَأَبْشِرُوا
بِالْجَنَّةِ الَّتِي كُنتُمْ تُوعَدُونَ (30)

“Sesungguhnya orang-orang yang berkata, "Tuhan kami adalah Allah" kemudian mereka meneguhkan pendirian mereka, maka malaikat-malaikat akan turun kepada mereka (dengan berkata), "Janganlah kamu merasa takut dan janganlah kamu bersedih hati; dan bergembiralah kamu dengan (memperoleh) surga yang telah dijanjikan kepadamu” (Kementrian Agama, 2023).

Dalam tafsir Shihab (2017: 511-514), manusia diharuskan untuk senantiasa mampu menghadapi perasaan-perasaan negatif seperti cemas, takut dan tidak tenang. Manusia dituntut untuk selalu bertakwa kepada Allah SWT yang selama ini telah membimbing dan memeliharanya. Hal tersebut dimaksudkan agar manusia mampu mencapai ketenangan didalam jiwanya, memiliki pemikiran positif dan tidak merasa terbebani dikarenakan percaya bahwa dirinya akan mendapatkan bimbingan dari Allah SWT. Manusia yang menegakkan shalat maka sama halnya dirinya menegakkan agama Islam dikarenakan shalat membuat manusia menjadi terhindar dari dosa dan kejahatan. Selain itu, manusia tidak diperbolehkan takut terhadap sesuatu kecuali kepada Allah SWT serta sanksi dan ganjaran-Nya. Manusia juga diharuskan tetap menimba ilmu serta memberikan ilmu yang bermanfaat kepada sesamanya dan tidak takut maupun khawatir terhadap masalah internal ataupun eksternal yang sedang dialaminya, dengan begitu menjadikan manusia tersebut memiliki ketenangan dan terhindar dari keresahan ataupun kecemasan didalam kehidupannya termasuk kecemasan akademik.

Individu yang senantiasa berdzikir mengingat Allah, memperbanyak beribadah, serta selalu beriman dan bertakwa kepada Allah swt maka akan mendapatkan ketentraman didalam dirinya sehingga individu tersebut mampu menghadapi segala masalah seperti kesusahan, ketakutan, kecemasan dan terhindar dari berbagai penyakit. Sedangkan individu yang jarang berdzikir mengingat Allah, jarang beribadah dan jauh dari agama maka individu tersebut tidak akan dapat memenuhi kebutuhan spiritualnya sehingga menyebabkan dirinya mudah merasa gundah, cemas dan depresi dalam menghadapi berbagai permasalahan kehidupannya (Muslimahayati & Rahmy, 2021: 42).

Berdasarkan penjelasan tersebut, dapat disimpulkan bahwa manusia tidak diperbolehkan merasa takut kecuali hanya kepada Allah SWT, serta manusia diharuskan untuk senantiasa bertakwa dan menjauhi larangan-Nya. Dengan mendekatkan diri kepada Allah SWT maka akan terhindar dari rasa cemas, gundah dan takut akan masalah-masalah yang sedang dihadapinya. Begitu pula masalah yang terkait dengan akademik, peserta didik harus senantiasa percaya bahwa Allah SWT akan senantiasa membimbing dan memberikan kemudahan kepada dirinya. Kecemasan, ketakutan dan kekhawatiran akan menjauhi setiap peserta didik yang senantiasa bertakwa dan menjauhi setiap larangan dari Allah SWT.

B. Motivasi Berprestasi

1. Definisi Motivasi Berprestasi

Motivasi berprestasi adalah motivasi yang memberikan dorongan kepada individu untuk meraih kesuksesan serta memiliki rasa kompetitif dengan tujuan untuk mencapai keberhasilan dalam setiap persaingan dengan adanya beberapa ukuran keunggulan (*standard of excellence*) (McClelland, 1987). Motivasi berprestasi yaitu adanya upaya dan rasa yakin pada individu untuk mencapai setiap tujuan belajar yang telah ditetapkan dengan standar keberhasilan tertentu serta memiliki kemampuan dalam menghadapi berbagai tantangan yang menjadi penghambat dalam pencapaian tujuan

tersebut (Hidayah & Atmoko, 2014). Sejalan dengan Santrock (2003) yang menjelaskan bahwa motivasi berprestasi (*achievement motivation*) merupakan keinginan menyelesaikan sesuatu dengan usaha dan dorongan untuk mencapai standar kesuksesan. Motivasi berprestasi juga dapat diartikan sebagai dorongan yang ada dalam diri individu berkaitan dengan tujuan dalam meraih prestasi dan memaksimalkan setiap potensi yang dimiliki (Purwanto, 2014).

Individu yang menerapkan motivasi berprestasi cenderung berani bertanggung jawab secara pribadi atas setiap tindakannya, mencari *feedback* atas setiap tindakannya, menentukan risiko atas setiap tindakannya dan senantiasa bertindak secara kreatif dan inovatif (Asnawi, 2002). Peserta didik yang menerapkan motivasi berprestasi juga cenderung pantang menyerah terhadap tugas-tugas yang diberikan bahkan ketika peserta didik tersebut mengalami kegagalan. Berbanding terbalik dengan peserta didik yang kurang memiliki motivasi berprestasi dalam dirinya yang cenderung mudah menyerah terhadap tugas-tugas akademik yang diberikan (Syarifah, 2017: 65-66). Motivasi berprestasi yang tinggi ditandai dengan keinginan individu untuk mencapai kesuksesan lebih besar daripada ketakutan pada kegagalan. Individu dengan motivasi berprestasi yang tinggi cenderung bertanggung jawab pada setiap tugas yang diberikan, memiliki tujuan yang tinggi, memiliki harapan dalam mencapai kesuksesan, tidak takut akan kegagalan dan selalu berusaha memberikan yang terbaik (Atkinson, 1982).

Berdasarkan beberapa pengertian tersebut dapat disimpulkan bahwa motivasi berprestasi merupakan dorongan, usaha dan keyakinan individu untuk mengembangkan kemampuan diri dengan beberapa ukuran keunggulan (*standard of excellence*) dalam meraih prestasi dan mengatasi segala hambatan dalam mencapai tujuan atau kesuksesan.

2. Aspek-aspek Motivasi Berprestasi

Menurut McClelland (1987), menjelaskan mengenai aspek-aspek motivasi berprestasi yang membedakan antara tinggi atau rendahnya motivasi berprestasi tersebut. Aspek-aspek tersebut yaitu sebagai berikut:

a. Tanggung jawab

Individu dengan motivasi berprestasi tinggi selalu memiliki tanggung jawab yang baik terhadap tugas-tugas yang dikerjakan dikarenakan pada saat individu berada pada kondisi tersebut maka individu dapat merasakan kepuasan dari mengerjakan sesuatu yang lebih baik (Harmaini, 2015: 14).

b. Memiliki keberanian dalam mengambil risiko

Individu yang memiliki motivasi berprestasi tinggi cenderung lebih berani dalam mengambil suatu risiko atas tugas-tugas yang dihadapinya, serta cenderung tidak menyesali atas keputusan-keputusan yang diambilnya (Harmaini, 2015: 14).

c. Memiliki tujuan yang realistis

Individu selalu mempertimbangkan setiap keputusannya dengan baik sesuai dengan kemampuan dirinya, serta individu tersebut akan berusaha dengan maksimal dalam mencapai suatu tujuan (Harmaini, 2015: 15).

d. Memiliki perencanaan yang matang

Individu yang memiliki motivasi berprestasi yang tinggi akan selalu melakukan perencanaan dengan baik dan memiliki semangat pantang menyerah guna mencapai suatu tujuan maupun menyelesaikan tugasnya (Harmaini, 2015: 15).

e. Memperhatikan umpan balik

Secara teoritis individu yang memiliki kebutuhan berprestasi yang tinggi cenderung menyukai bekerja dengan memperhatikan *feedback* yang membangun bagi dirinya (Harmaini, 2015: 15).

f. Memiliki perhitungan waktu yang baik

Individu dengan motivasi berprestasi yang tinggi mampu menyelesaikan setiap tugasnya dengan memperhatikan tingkat efisiensi waktu dan tidak memiliki sikap menunda-nunda pekerjaan, serta akan menetapkan waktu dan memanfaatkan kesempatan sebaik mungkin guna merealisasikan rencana yang telah ditetapkannya (Harmaini, 2015: 15).

Menurut Sumarno (2005: 10), aspek-aspek motivasi berprestasi adalah sebagai berikut:

- a. Keadaan yang mendorong dalam diri individu yaitu kesiapan bergerak dikarenakan adanya kebutuhan-kebutuhan, tuntutan lingkungan dan tuntutan mental
- b. Perilaku yang muncul dan teratur dikarenakan adanya tuntutan keadaan
- c. Tujuan yang ingin dicapai oleh individu

Berdasarkan penjelasan aspek-aspek motivasi berprestasi tersebut, maka peneliti menggunakan aspek motivasi berprestasi menurut McClelland (1987). Aspek-aspek motivasi berprestasi tersebut yakni tanggung jawab, memiliki keberanian dalam mengambil risiko, memiliki tujuan yang realistis, memiliki perencanaan yang matang, memperhatikan umpan balik dan memiliki perhitungan waktu yang baik.

3. Motivasi Berprestasi dalam Perspektif Islam

Motivasi merupakan dorongan dalam diri individu yang menimbulkan reaksi positif sebagai usaha dalam mencapai tujuan dan memenuhi kebutuhannya (Muhammad, 2017: 91). Motivasi berprestasi merupakan motif yang memberikan dorongan kepada individu untuk meningkatkan kemampuan diri dan berkompetisi dengan orang lain ataupun diri sendiri (Firmansyah, 2011: 32). Menurut penelitian Lenggono (2020: 1), semakin tinggi keimanan peserta didik, maka akan semakin tinggi pula motivasi berprestasi dalam dirinya. Individu yang menerapkan motivasi dalam

dirinya, maka akan menjadikan dirinya menjadi pribadi yang memiliki semangat yang tinggi dalam mencapai suatu tujuan, memiliki kemampuan yang lebih besar dan memiliki pengetahuan yang lebih baik. Sedangkan individu yang kurang menerapkan motivasi dalam dirinya, maka akan menjadikan individu tersebut kurang bersemangat dalam menjalani suatu hal, merasa takut dan cemas, serta memiliki konsentrasi yang hanya tertuju pada hal-hal negatif (El-Fiky, 10 C.E.). Motivasi berprestasi telah diterangkan dalam (QS. Al-Mujadilah: 11):

يَا أَيُّهَا الَّذِينَ آمَنُوا إِذَا قِيلَ لَكُمْ تَفَسَّحُوا فِي الْمَجَالِسِ فَافْسَحُوا يَفْسَحِ اللَّهُ لَكُمْ وَإِذَا قِيلَ انشُرُوا فَاَنْشُرُوا يَرْفَعِ اللَّهُ الَّذِينَ آمَنُوا مِنْكُمْ وَالَّذِينَ أُوتُوا الْعِلْمَ دَرَجَاتٍ وَاللَّهُ بِمَا تَعْمَلُونَ خَبِيرٌ
(١١)

“Wahai orang-orang yang beriman, apabila dikatakan kepadamu “Berilah kelapangan di dalam majelis-majelis,” lapangkanlah, niscaya Allah akan memberi kelapangan untukmu. Apabila dikatakan, “Berdirilah,” (kamu) berdirilah. Allah niscaya akan mengangkat orang-orang yang beriman di antaramu dan orang-orang yang diberi ilmu beberapa derajat. Allah Maha Teliti terhadap apa yang kamu kerjakan” (Kementrian Agama, 2023).

Dalam tafsir Ash-Shabuni (2011: 269-270), menjelaskan bahwa Allah SWT akan meninggikan derajat manusia yang senantiasa menunaikan perintah-Nya dan perintah Rasul-Nya serta manusia yang senantiasa menimba ilmu yang dapat memberikan manfaat terhadap dirinya ataupun orang lain. Ayat tersebut juga mengingatkan kepada manusia untuk selalu menerapkan dorongan atau motivasi dalam dirinya selama mempelajari ilmu-ilmu yang bermanfaat.

Motivasi berprestasi dalam prespektif Islam disebut sebagai upaya untuk menyelesaikan setiap pekerjaan dengan ketulusan hati dan niat yang bersungguh-sungguh. Individu yang menerapkan motivasi berprestasi dalam dirinya, maka akan dapat menyelesaikan tugas-tugasnya dengan baik dan mendapatkan hasil yang maksimal. Selain itu, individu tersebut juga

akan mendapatkan pahala dan keberkahan dari Allah SWT. Motivasi berprestasi pada peserta didik akan berkembang seiring dengan meningkatnya keimanan dan ketakwaan kepada Allah SWT (Lenggono, 2020: 36-38). Diriwayatkan dari Anas bin Malik RA, Rasulullah bersabda :

طَلَبُ الْعِلْمِ فَرِيضَةٌ عَلَى كُلِّ مُسْلِمٍ

“Menuntut ilmu adalah kewajiban bagi setiap individu muslim”(Kementrian Agama, 2023).

Hadis tersebut memperkuat bahwasannya setiap manusia harus meningkatkan ilmu pengetahuan, kemampuan, dan keimanan sebagaimana yang dianjurkan atau diperintahkan oleh Rasulullah Muhammad SAW. Oleh karena itu, motivasi berprestasi harus diterapkan dalam diri individu selama proses menimba ilmu dan meningkatkan pengetahuannya. Individu yang berilmu menjadikan dirinya memiliki martabat yang mulia baik di dunia maupun akhirat (Ridwan, 2022: 41).

Berdasarkan penjelasan tersebut, dapat disimpulkan bahwa motivasi berprestasi penting untuk diterapkan dalam diri peserta didik sejalan dengan perintah agama yang menuntut manusia untuk senantiasa menimba ilmu, meningkatkan pengetahuan dan keimanan. Peserta didik yang mempunyai dorongan untuk berilmu derajatnya akan ditinggikan oleh Allah SWT. Maka dari itu manusia seharusnya mempunyai dorongan untuk berilmu dengan cara belajar, mengejar prestasi, mengamalkan ilmunya dan hal positif lainnya. Selain itu, peserta didik yang memiliki motivasi berprestasi yang tinggi akan dapat menyelesaikan tugas-tugasnya dengan baik dan mendapatkan hasil yang maksimal, serta mendapatkan keberkahan pada setiap perjalanannya.

C. Kecerdasan Emosional

1. Definisi Kecerdasan Emosional

Menurut Goleman (2007: 58-59), kecerdasan emosional adalah kemampuan yang dimiliki individu untuk mengelola emosi serta menjaga keseimbangan antara emosi dengan respon individu yang ditunjukkan melalui pemahaman diri, memiliki kendali yang baik terhadap diri sendiri, mampu memberikan dorongan terhadap diri sendiri, memiliki rasa empati dan pemahaman sosial yang baik. Kecerdasan emosional adalah kemampuan individu dalam mengendalikan diri atau kemampuan individu dalam menunjukkan emosi yang tepat pada setiap kondisi yang sedang dihadapi oleh individu tersebut (Muslich, 2022). Sedangkan menurut Salovey dan Mayer (1990), kecerdasan emosional adalah bagian integral dari kecerdasan sosial yang mencakup kemampuan untuk memahami perasaan orang lain, mengendalikan emosi dengan baik dan menggunakan segala informasi untuk mengarahkan tindakan dan pikiran. Sejalan dengan Wibowo (2002), kecerdasan emosional merupakan kemampuan mengendalikan emosi dengan baik dan menggunakan emosi sesuai dengan tujuan yang positif agar dapat memberikan efek positif bagi diri sendiri maupun orang lain.

Individu yang menerapkan kecerdasan emosional yang tinggi cenderung memiliki kemampuan untuk memotivasi diri sendiri, mampu bertahan dan bangkit dari kegagalan, mampu mengelola dorongan hati dan tidak mudah merasa puas akan sesuatu, mampu mengendalikan suasana hati dan mengatasi stress agar kemampuan berpikir tetap stabil, serta mampu menerapkan empati dan percaya akan harapan-harapan yang ada (Goleman, 2007: 45). Sedangkan menurut Stein et al. (2000), individu dengan kecerdasan emosional yang tinggi dapat mengelola emosi dengan baik, selalu menjaga perasaan-perasaan positif, memiliki kepekaan terhadap diri sendiri ataupun lingkungan sekitar, memiliki rasa tanggung jawab, memiliki motivasi yang jelas, memiliki pengelolaan emosi yang bersifat fleksibel dan positif serta peduli terhadap perasaan orang lain. Sebaliknya,

individu yang memiliki tingkat kecerdasan emosional yang rendah cenderung tidak memiliki rasa tanggung jawab terhadap diri sendiri ataupun orang lain, tidak mengetahui dan memahami perasaan diri sendiri serta seringkali memberikan perintah dan kritik kepada orang lain yang bersifat menyalahkan ataupun menyakiti orang tersebut.

Berdasarkan beberapa penjelasan tersebut dapat disimpulkan bahwa kecerdasan emosional adalah kemampuan individu dalam mengendalikan serta mengatur keselarasan emosi di berbagai situasi yang sedang dihadapi yang pengungkapannya melalui keterampilan kesadaran diri, pengendalian diri, motivasi diri, empati dan keterampilan sosial yang kaitannya untuk mencapai tujuan positif atau untuk memberikan efek positif bagi diri sendiri ataupun orang lain.

2. Aspek-aspek Kecerdasan Emosional

Penelitian yang dilakukan oleh Goleman (2007: 58-59), menjelaskan bahwa terdapat beberapa aspek kecerdasan emosional yaitu sebagai berikut:

a. Mengenal Emosi Diri

Mengenal emosi diri adalah kemampuan untuk mengetahui perasaan diri sendiri dalam situasi tertentu. Mengenal emosi diri juga sebagai dasar dari kecerdasan emosional yang menekankan individu untuk senantiasa mengetahui emosi diri sendiri. Kesadaran terhadap emosi diri penting untuk diterapkan guna membangun kewaspadaan akan kondisi hati dan kondisi pikiran sehingga individu tidak mudah dikuasai oleh emosi yang berlebihan. Mengenal emosi diri juga menjadi prasyarat penting dalam mengelola emosi diri (Imanuel et al., 2019: 139).

b. Mengelola Emosi

Mengelola emosi adalah kemampuan dalam menangani dan mengendalikan perasaan yang nantinya dilakukan identifikasi yang sesuai guna menjaga emosi yang merisaukan sehingga tercapai keseimbangan dalam diri individu. Mengelola emosi mencakup

kemampuan dalam menghadapi perasaan yang menekan, kecemasan, ketersinggungan dan efek negatif dari hal tersebut. Selain itu, mengelola emosi juga bisa dilakukan dengan menyenangkan diri sendiri menggunakan metode yang sesuai (Imanuel et al., 2019: 139).

c. Memotivasi Diri Sendiri

Memotivasi diri sendiri adalah kemampuan mengendalikan dorongan hati, menahan diri dari berbagai kepuasan dan senantiasa menerapkan perasaan motivasi yang positif seperti keyakinan diri, gairah, optimisme dan antusiasme (Imanuel et al., 2019: 139).

d. Mengenali Emosi Orang Lain

Kemampuan mengenali emosi orang lain disebut juga sebagai empati, karena kemampuan tersebut menekankan individu untuk mengenali dan peduli terhadap kondisi orang lain. Mengenali emosi orang lain mencakup kemampuan kepekaan terhadap perasaan orang lain, menjadi pendengar yang baik, menerima setiap perspektif yang ada dan memahami situasi di sekitarnya dengan baik (Imanuel et al., 2019: 139).

e. Membina Hubungan

Membina hubungan adalah kemampuan yang berkaitan dengan orang lain seperti keterampilan mengenai kepemimpinan, keberhasilan dalam mencapai tujuan bersama dan keterampilan dalam melakukan komunikasi yang baik antar sesama. Individu dengan kemampuan tersebut mampu memahami keinginan orang lain dengan baik dan mampu mencapai tujuan-tujuan yang ditetapkan (Imanuel et al., 2019: 140).

Berdasarkan penjelasan aspek-aspek kecerdasan emosional tersebut, maka peneliti menggunakan aspek kecerdasan emosional menurut Goleman (2007). Aspek-aspek kecerdasan emosional tersebut yakni mengenali emosi diri, mengelola emosi, memotivasi diri sendiri, mengenali emosi orang lain dan membina hubungan.

3. Kecerdasan Emosional dalam Perspektif Islam

Menurut sudut pandang Islam dijelaskan bahwa manusia memiliki potensi yang menjadi pembeda dengan seluruh makhluk hidup lainnya. Potensi tersebut yaitu kecerdasan emosional. Kecerdasan emosional menurut perspektif Islam ialah keterkaitan antara hati (*qalbu*) dengan perilaku (*nafs*). *Qalbu* dapat diartikan sebagai inti dari pendidikan akhlak bagi manusia. Selain itu, *qalbu* juga sebagai wadah untuk menyimpan hasil pembelajaran ataupun pengetahuan seperti kasih sayang, keimanan dan ketakwaan bagi manusia. Sedangkan *nafs* dapat diartikan sebagai potensi yang ada dalam diri manusia yang nantinya akan membentuk perilaku selama perkembangan diri manusia tersebut. Kecerdasan emosional memiliki keterkaitan dengan pendidikan akhlak. Dalam Islam pendidikan akhlak disebut juga sebagai kognitif qalbiyah, yaitu kemampuan *qalbu* dalam mengendalikan *nafs* pada diri manusia. Kognitif qalbiyah yang ada dalam diri manusia harus senantiasa dilatih, diperbaiki dan diberikan teguran yang bersifat positif dan membangun (Setiawati, 2021).

Perspektif Islam mengenai kecerdasan emosional dapat disimpulkan sebagai kemampuan dalam mengendalikan emosi yang ada dalam diri individu. Kecerdasan emosional dijelaskan dalam Al-Qur'an bahwa Allah telah memberikan perintah kepada manusia untuk senantiasa mengelola emosi agar tidak merugikan diri sendiri maupun orang lain. Salah satu ayat yang menjelaskan mengenai kecerdasan emosional terdapat dalam surat Al-Luqman:17 :

يٰۤاَيُّهَا اَقِمِ الصَّلٰوةَ وَاْمُرْ بِالْمَعْرُوفِ وَاَنْهَ عَنِ الْمُنْكَرِ وَاصْبِرْ عَلٰى مَا اَصَابَكَ اِنَّ ذٰلِكَ
مِنْ عَزْمِ الْاُمُوْر (17)

Artinya : “Hai anakku, dirikanlah shalat dan suruhlah (manusia) mengerjakan yang baik dan cegahlah (mereka) dari perbuatan yang mungkar dan bersabarlah terhadap apa yang menimpa kamu. Sesungguhnya yang demikian itu termasuk hal-hal yang diwajibkan (oleh Allah)” (QS.Al-Luqman:17).

Penafsiran yang terdapat dalam al-Misbah menjelaskan bahwa terdapat kesinambungan tauhid serta kehadiran Ilahi dalam *qalbu* manusia. Hal tersebut juga berkaitan dengan amal saleh yang paling utama yaitu melaksanakan salat, amal kebajikan yang tampak dalam amar ma'ruf nahi mungkar serta keutamaan sabar dan tabah yang dapat memberikan perlindungan dari kegagalan. Penafsiran tersebut juga menjelaskan bahwa manusia dituntut untuk senantiasa mengerjakan yang makruf. Makruf dapat diartikan sebagai perbuatan yang baik yang mengharuskan manusia untuk selalu mengerjakan dan mengingat amalan tersebut. Manusia harus selalu menjaga diri dan menjauhi perbuatan yang bersifat kemungkaran (Shihab, 2017). Selain itu, manusia harus senantiasa mengenal dan memahami diri sendiri serta mengetahui setiap kelebihan dan kekurangannya. Manusia yang mengenal dan memahami diri sendiri dengan baik maka akan memiliki kesadaran bahwa segala sesuatu yang dimilikinya merupakan karunia Allah SWT (Tiaranita et al., 2018: 191).

Pada ayat tersebut dijelaskan mengenai ciri-ciri kecerdasan emosional dalam diri manusia yaitu kemampuan manusia untuk mengendalikan emosi dengan baik ketika berada di berbagai situasi seperti situasi yang menyenangkan, menyedihkan dan menakutkan. Selain itu, kemampuan manusia dalam mengendalikan emosi dengan baik ketika sedang mendirikan salat, mengerjakan makruf dan berbuat amar ma'ruf nahi mungkar (Bakar, 2022).

D. Dampak Motivasi Berprestasi dan Kecerdasan Emosional terhadap Kecemasan Akademik

Kecemasan akademik merupakan adanya perasaan takut dan khawatir akan kegagalan dalam diri individu selama proses belajar di bidang akademik (Banga, 2014). Kecemasan akademik juga dapat diartikan sebagai ketakutan, ketegangan dan kewaspadaan dalam diri individu dikarenakan adanya tekanan-tekanan di lingkungan akademik (O'Connor, 2007).

Kecemasan akademik dipengaruhi oleh berbagai faktor yang meliputi faktor pribadi, keluarga, sosial dan kelembagaan. Faktor pribadi meliputi kecerdasan emosional, motivasi berprestasi dan kontrol diri. Faktor keluarga meliputi gaya pengasuhan orang tua yang otoriter dan bimbingan dari orang tua yang kurang maksimal. Faktor sosial meliputi diskriminasi dan lingkungan yang tidak mendukung. Sedangkan faktor kelembagaan meliputi kompetisi antar peserta didik yang cukup berat dan hubungan antara peserta didik dengan tenaga pendidik yang kurang baik (Istiantoro, 2018: 630-634).

Kecemasan akademik memiliki dampak negatif terhadap kondisi kognitif, emosi, fisiologis dan performa peserta didik. Kecemasan akademik juga dipengaruhi oleh salah satu faktor yaitu motivasi berprestasi. Motivasi berprestasi adalah dorongan dalam diri individu untuk mencapai tujuan tertentu, melaksanakan tugas maupun aktivitas tertentu dan menyelesaikan segala permasalahan dengan efektif untuk meningkatkan prestasi yang telah ditetapkan (Amseke, 2018: 70-71). Peserta didik seringkali mengalami kecemasan akademik dikarenakan rendahnya motivasi berprestasi dalam diri peserta didik tersebut yang ditandai dengan rendahnya dorongan untuk menyelesaikan setiap tugas dan kegiatan akademik yang sedang dihadapi. Rendahnya motivasi berprestasi peserta didik dapat meningkatkan kecemasan akademik dalam diri peserta didik tersebut. Sebaliknya, semakin tinggi motivasi berprestasi peserta didik maka semakin rendah tingkat kecemasan akademiknya (Zahidah & Naqiyah, 2020: 21). Selain itu, rendahnya motivasi berprestasi juga menyebabkan peserta didik kurang memiliki semangat untuk belajar dan meraih prestasi serta tidak memiliki tujuan dan pencapaian yang terstruktur (Fakhria & Setiowati, 2017: 31).

Penelitian yang dilakukan oleh Selviana dan Dwi (2022: 6), menyatakan bahwa terdapat korelasi negatif antara motivasi berprestasi dengan kecemasan. Penelitian tersebut juga menjelaskan bahwa semakin tinggi tingkat motivasi berprestasi maka semakin rendah tingkat kecemasan dalam diri individu. Sebaliknya, semakin rendah tingkat motivasi berprestasi maka semakin tinggi tingkat kecemasan dalam diri individu. Sejalan dengan penelitian Rahadianto

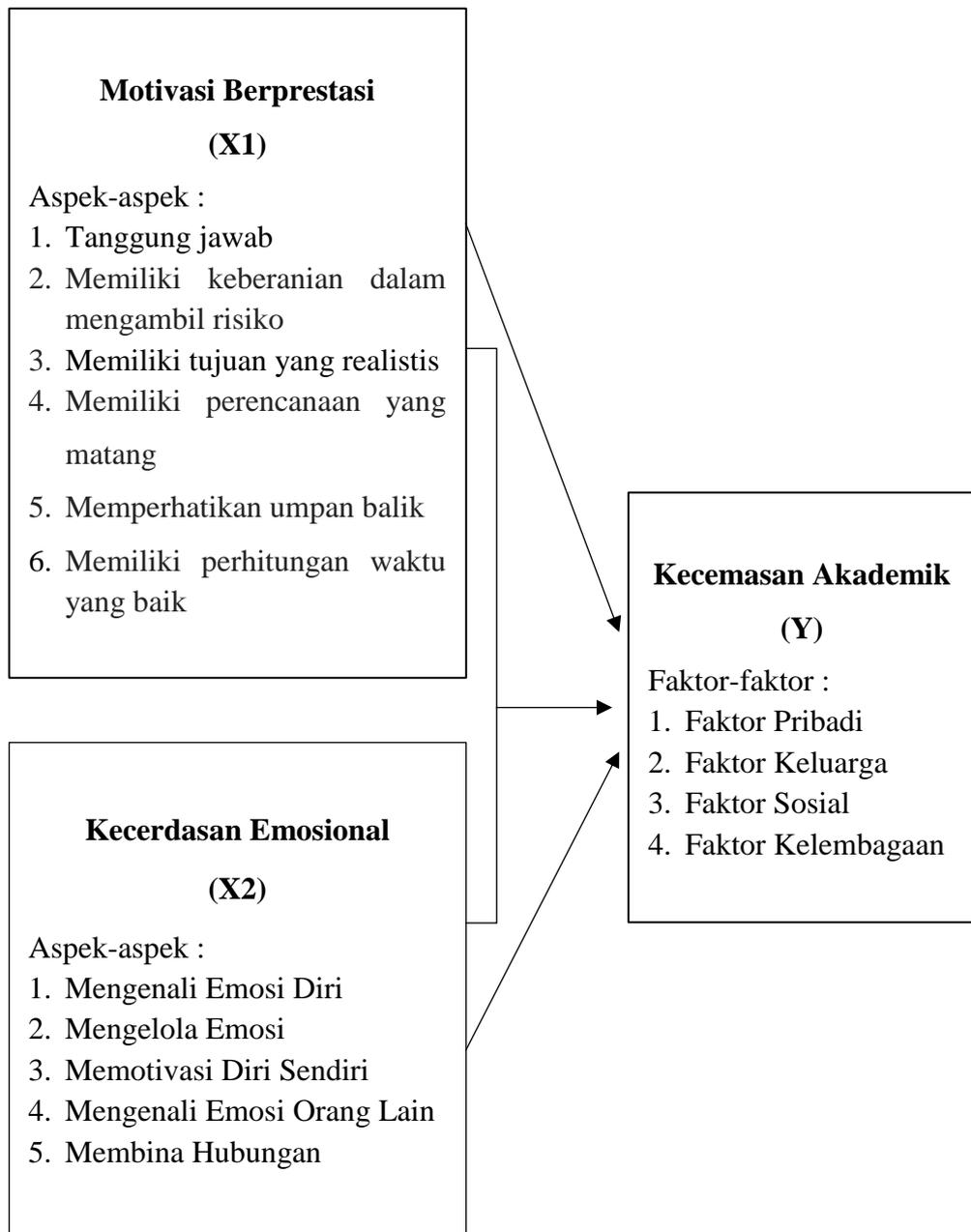
(2013: 1), menyatakan bahwa terdapat hubungan motivasi berprestasi dengan kecemasan akademik pada peserta didik. Penelitian tersebut juga menjelaskan bahwa siswa dengan motivasi berprestasi yang rendah akan memberikan dampak kecemasan yang tinggi dalam diri siswa tersebut. Penelitian yang dilakukan oleh Lathifa dan Pratisti (2021: 1), juga menyatakan bahwa terdapat hubungan negatif antara motivasi berprestasi dengan kecemasan akademik pada peserta didik.

Kecemasan akademik tidak hanya dipengaruhi oleh faktor motivasi berprestasi, akan tetapi juga dipengaruhi oleh faktor kecerdasan emosional peserta didik. Kecerdasan emosional merupakan kemampuan individu untuk mengelola dan mengendalikan emosi dengan kehendak diri sendiri agar dapat berdampak positif bagi diri sendiri ataupun orang lain (Seran & Herwiyanti, 2019: 57). Menurut Agus dan Wilani (2018: 161), siswa dengan kecerdasan emosional yang baik akan dapat menangani kecemasan, dikarenakan siswa tersebut mampu mengetahui, memahami dan mengendalikan berbagai situasi yang sedang dihadapi dengan baik. Namun, siswa dengan kecerdasan emosional yang kurang baik akan kesulitan dalam menghadapi kecemasan dalam diri siswa tersebut.

Penelitian yang dilakukan oleh Suhendro dan Agustina (2022: 84), menyatakan bahwa terdapat pengaruh kecerdasan emosional terhadap kecemasan akademik yang memiliki korelasi negatif. Penelitian tersebut juga menjelaskan bahwa semakin tinggi tingkat kecerdasan emosional, maka semakin rendah tingkat kecemasan akademik yang dialami siswa. Sebaliknya, semakin rendah tingkat kecerdasan emosional, maka semakin tinggi tingkat kecemasan akademik yang dialami siswa. Sejalan dengan penelitian Akbar dan Masykur (2020: 158), menyatakan bahwa terdapat hubungan negatif antara kecerdasan emosional dengan kecemasan menghadapi ujian nasional pada siswa.

Berdasarkan penjelasan tersebut dapat disimpulkan bahwa kecemasan akademik pada peserta didik dipengaruhi oleh dua faktor yaitu faktor motivasi berprestasi dan kecerdasan emosional.

E. Kerangka Pikir



F. Hipotesis

Berdasarkan kerangka berpikir yang telah diuraikan maka dapat dirumuskan hipotesis penelitian sebagai berikut:

H₁ : Ada pengaruh motivasi berprestasi terhadap kecemasan akademik pada peserta didik MAN 1 Jepara

H₂ : Ada pengaruh kecerdasan emosional terhadap kecemasan akademik pada peserta didik MAN 1 Jepara

H₃ : Ada pengaruh motivasi berprestasi dan kecerdasan emosional terhadap kecemasan akademik pada peserta didik MAN 1 Jepara

BAB III

METODE PENELITIAN

A. Jenis dan Pendekatan Penelitian

Penelitian ini menggunakan jenis penelitian kausalitas yaitu jenis penelitian yang bertujuan untuk mengidentifikasi hubungan sebab-akibat antara variabel bebas dan variabel terikat (Sugiyono, 2013: 56). Sedangkan pendekatan dalam penelitian ini menggunakan metode kuantitatif yang artinya penelitian dilakukan berdasarkan empiris (data konkret) dan berbentuk numerik yang diukur menggunakan statistik sebagai alat pengujian, serta penelitian ini terkait dengan masalah yang akan diteliti dan diberikan kesimpulan (Sugiyono, 2013: 13). Penelitian kuantitatif disebut juga sebagai penelitian yang berfokus pada data numerik (angka) yang diolah menggunakan metode statistik (Azwar, 2019: 5).

B. Variabel Penelitian dan Definisi Operasional

1. Variabel Penelitian

Menurut Sugiyono (2018: 60) Variabel penelitian merupakan segala bentuk yang ditetapkan oleh peneliti untuk mendapatkan informasi dalam mengumpulkan data dan membuat kesimpulan. Terdapat dua variabel dalam penelitian ini yakni satu variabel *dependen* (Y) dan satu variabel *independen* (X):

a. Variabel *Dependen*/Terikat (Y)

Menurut Sugiyono (2018: 174) variabel *dependen* adalah variabel yang dapat dipengaruhi oleh variasi variabel *independen*. Pada penelitian ini yang menjadi variabel terikat adalah kecemasan akademik.

b. Variabel *Independen/Bebas* (X)

Menurut Azwar (2019: 91) variabel independen merupakan variabel yang dapat memberikan pengaruh variabel dependen. Pada penelitian ini yang menjadi variabel bebas adalah motivasi berprestasi dan kecerdasan emosional.

2. Definisi Operasional

Definisi operasional berisi gambaran petunjuk mengenai pengamatan dan pengukuran pada suatu variabel, serta penemuan item dalam instrument penelitian. Definisi operasional pada penelitian ini yaitu sebagai berikut:

a. Kecemasan Akademik

Kecemasan akademik merupakan perasaan khawatir, tegang, takut dan tidak tenang yang disebabkan karena ketidakpercayaan terhadap kemampuan diri individu dalam melaksanakan atau menyelesaikan tugas akademik yang mengakibatkan kesulitan dalam berkonsentrasi, terganggunya pola pemikiran, terganggunya respon fisik dan perilaku individu. Variabel kecemasan akademik diukur menggunakan skala yang terdiri dari tiga aspek yang sesuai dengan teori Pekrun (2006) yaitu *class-related anxiety*, *learning-related anxiety* dan *test anxiety*. Apabila skor yang diperoleh tinggi, maka semakin tinggi juga tingkat kecemasan akademik pada peserta didik MAN 1 Jepara, kemudian apabila skor yang diperoleh rendah pada skala kecemasan akademik maka semakin rendah pula tingkat kecemasan akademik pada peserta didik MAN 1 Jepara.

b. Motivasi Berprestasi

Motivasi berprestasi merupakan dorongan, usaha dan keyakinan individu untuk mengembangkan kemampuan diri dengan beberapa ukuran keunggulan (*standard of excellence*) dalam meraih prestasi dan mengatasi segala hambatan dalam mencapai tujuan atau kesuksesan. Variabel motivasi berprestasi diukur menggunakan skala yang terdiri dari enam aspek yang sesuai dengan teori McClelland (1987) yaitu tanggung jawab, memiliki keberanian dalam mengambil risiko,

memiliki tujuan yang realistis, memiliki perencanaan yang matang, memperhatikan umpan balik dan memiliki perhitungan waktu yang baik. Apabila semakin tinggi skor yang diperoleh maka semakin tinggi pula tingkat motivasi berprestasi pada peserta didik MAN 1 Jepara, kemudian apabila semakin rendah skor pada skala motivasi berprestasi maka semakin rendah pula tingkat motivasi berprestasi pada peserta didik MAN 1 Jepara.

c. Kecerdasan Emosional

Kecerdasan emosional adalah kemampuan individu dalam mengendalikan serta mengatur keselarasan emosi di berbagai situasi yang sedang dihadapi yang pengungkapannya melalui keterampilan kesadaran diri, pengendalian diri, motivasi diri, empati dan keterampilan sosial yang kaitannya untuk mencapai tujuan positif atau untuk memberikan efek positif bagi diri sendiri ataupun orang lain. Variabel kecerdasan emosional diukur menggunakan skala yang terdiri dari lima aspek yang sesuai dengan teori Goleman (2007: 58-59) yaitu mengenali emosi diri, mengelola emosi, memotivasi diri sendiri, mengenali emosi orang lain dan membina hubungan. Apabila semakin tinggi skor yang diperoleh maka semakin tinggi pula tingkat kecerdasan emosional pada peserta didik MAN 1 Jepara, kemudian apabila semakin rendah skor pada skala kecerdasan emosional maka semakin rendah pula tingkat kecerdasan emosional pada peserta didik MAN 1 Jepara.

C. Tempat dan Waktu Penelitian

Penelitian ini merupakan jenis penelitian *field research* yaitu pengumpulan data yang dilakukan secara langsung di lapangan, seperti di lingkungan masyarakat, lembaga-lembaga, dan organisasi kemasyarakatan (Sugiyono, 2013: 27). Adapun tempat dan waktu penelitian yaitu sebagai berikut:

1. Tempat

Lokasi penelitian yang akan dilakukan adalah MAN 1 Jepara

2. Waktu

Penelitian dilaksanakan pada tanggal 12-28 Agustus dengan cara menyebarkan skala secara online melalui media *google form* dengan adanya *informed consent* sebelum responden mengisi. Penyebaran link penelitian di sebarakan melalui *whatsapp grup* pada masing-masing kelas.

D. Populasi, Sampel, dan Teknik Sampling

1. Populasi

Menurut Sugiyono (2019: 130) populasi merupakan wilayah generalisasi yang terdiri dari obyek atau subyek yang memiliki kualitas maupun karakteristik tertentu yang ditetapkan oleh peneliti untuk dipelajari dan kemudian diambil kesimpulannya. Peserta didik MAN 1 Jepara menjadi populasi pada penelitian ini. Jumlah populasi dalam penelitian ini memiliki jumlah yang tetap yaitu 1.309 siswa.

2. Sampel

Menurut Sugiyono (2010: 128) sampel merupakan sebagian kecil dari jumlah populasi penelitian. Sedangkan ukuran sampel adalah suatu langkah dalam menentukan jumlah sampel yang akan diambil pada proses penelitian. Dalam menyatukan sampel kedalam populasi, langkah pengambilan sampel harus mengikuti pendekatan metodologi yang didasarkan pada pertimbangan yang sesuai. Penentuan jumlah sampel pada penelitian ini menggunakan tabel penentuan jumlah sampel Isaac dan Michael dengan mengambil taraf kesalahan 10%. Maka dari itu merujuk pada jumlah populasi yang terdiri dari $N = 1.309$ siswa maka jumlah sampel pada penelitian ini yaitu 224 sampel.

3. Teknik Sampling

Metode pengambilan sampel yang diterapkan dalam penelitian ini adalah *probalility sampling* dengan pendekatan *simple random sampling*. Menurut Sugiyono (2018: 82), *probalility sampling* merupakan teknik pengambilan sampel yang menggunakan teori probabilitas dan teori statistika dengan memberikan peluang yang sama kepada setiap unsur atau

anggota populasi untuk menjadi sampel. Sedangkan menurut Sugiyono (2018: 138), *simple random sampling* merupakan suatu teknik dalam menentukan sampel dengan cara mengambil sampel dari populasi secara acak tanpa memperhatikan strata yang terdapat dalam populasi. Kriteria umum yang ditetapkan peneliti yaitu peserta didik aktif MAN 1 Jepara tahun 2024.

E. Teknik Pengumpulan Data

Teknik pengumpulan data yang digunakan dalam penelitian ini adalah kuesioner. Teknik pengumpulan data melalui kuesioner dilakukan dengan memberikan beberapa pernyataan ataupun pertanyaan tertulis yang telah dirancang guna menemukan jawaban dari responden. Dalam penelitian ini kuesioner yang dibagikan merujuk pada skala psikologis. Menurut Azwar (2019: 13), skala psikologis merupakan suatu bentuk rancangan yang terdiri dari pernyataan atau pertanyaan yang memiliki tujuan untuk mengidentifikasi atribut psikologis melalui jawaban yang diberikan oleh responden. Skala psikologis dalam penelitian ini yaitu skala kecemasan akademik, skala motivasi berprestasi dan skala kecerdasan emosional.

Skala pengukuran dibutuhkan untuk menetapkan rentang interval dalam alat ukur psikologis pada suatu penelitian. Skala ini berfungsi sebagai acuan untuk menentukan jarak interval dalam alat ukur yang menghasilkan data kuantitatif. (Sugiyono, 2018: 151).

Pada penelitian ini menerapkan jenis skala Likert. Skala likert merupakan jenis skala yang penggunaannya untuk mengukur perilaku, persepsi dan pendapat individu atau kelompok mengenai fenomena sosial (Sugiyono, 2018: 152). Skala penelitian ini menggunakan empat kategori jawaban yaitu sangat sesuai, sesuai, tidak sesuai, dan sangat tidak sesuai. Skala Likert mengacu pada aitem-aitem pernyataan *favorable* (mendukung) dan *unfavorable* (tidak mendukung). Penilaian skala ini dibuat secara berurutan yaitu dari 1 sampai 4. Penggunaan nilai skala 1 sampai 4 didasarkan pada pendapat Tawa et al. (2024: 168) yang menyatakan bahwa kategori skala Likert dengan 4 skor jawaban

digunakan untuk mencegah atau menghindari adanya *Central Tendency Bias* yang umumnya terjadi pada skala Likert yang menggunakan skor jawaban ganjil. *Central Tendency Bias* merupakan kecenderungan responden untuk memberikan jawaban yang bersifat netral atau pilihan tengah pada skala Likert yang berjumlah ganjil, seperti 3 atau 5 poin yang dapat mengakibatkan hasil menjadi kurang akurat.

Penelitian ini menetapkan kaidah penilaian skala sebagai berikut:

Tabel 3. 1 Kaidah Penilaian Skala

<i>Favorable</i>		<i>Unfavorable</i>	
Sangat Sesuai (SS)	4	Sangat Sesuai (SS)	1
Sesuai (S)	3	Sesuai (S)	2
Tidak Sesuai (TS)	2	Tidak Sesuai (TS)	3
Sangat Tidak Sesuai (STS)	1	Sangat Tidak Sesuai (STS)	4

Skala yang diterapkan dalam penelitian ini menggunakan dua skala yang terdiri dari skala kecemasan akademik, skala motivasi berprestasi dan skala kecerdasan emosional yang masing-masing memiliki indikator untuk diukur, sebagai berikut:

1. Skala Kecemasan Akademik

Rancangan skala kecemasan akademik yang digunakan dalam penelitian ini merujuk pada aspek-aspek kecemasan akademik berdasarkan landasan teori Pekrun (2006) yang terdiri dari tiga aspek yaitu *class-related anxiety*, *learning-related anxiety* dan *test anxiety*, sebagai berikut:

Tabel 3. 2 BluePrint Skala Kecemasan Akademik

Aspek	Indikator	<i>Favorable</i>	<i>Unfavorable</i>	Jumlah
<i>Class-Related Anxiety</i>	• Individu khawatir terhadap mata pelajaran tertentu saat pembelajaran	1,13,25	7,19,31	12
		2,14,26	8,20,32	

	<ul style="list-style-type: none"> • Individu khawatir terhadap kemampuan diri sendiri saat pembelajaran 			
<i>Learning-Related Anxiety</i>	<ul style="list-style-type: none"> • Individu pusing dan sakit kepala saat sedang belajar 	3,15,27	9,21,33	12
	<ul style="list-style-type: none"> • Detak jantung meningkat saat sedang belajar 	4,16,28	10,22,34	
<i>Test Anxiety</i>	<ul style="list-style-type: none"> • Individu gugup saat menjelang ujian 	5,17,29	11,23,35	12
	<ul style="list-style-type: none"> • Individu gelisah terhadap tingkat kesulitan soal saat ujian 	6,18,30	12,24,36	
Jumlah		18	18	36

2. Skala Motivasi Berprestasi

Rancangan skala motivasi berprestasi yang digunakan dalam penelitian ini merujuk pada aspek-aspek motivasi berprestasi berdasarkan landasan teori McClelland (1987) yaitu tanggung jawab, memiliki keberanian dalam mengambil risiko, memiliki tujuan yang realistis, memiliki perencanaan yang matang, memperhatikan umpan balik dan memiliki perhitungan waktu yang baik.

Tabel 3. 3 BluePrint Skala Motivasi Berprestasi

Aspek	Indikator	<i>Favorable</i>	<i>Unfavorable</i>	Jumlah
Tanggung Jawab	<ul style="list-style-type: none"> • Individu mengerjakan semua tugas dengan baik 	1,25	13,37	8
	<ul style="list-style-type: none"> • Individu memiliki rasa kepuasan dalam mengerjakan sesuatu 	2,26	14,38	

Memiliki Keberanian dalam Mengambil Risiko	• Individu berani mengambil risiko	3,27	15,39	8
	• Individu tidak menyesali keputusan yang telah diambilnya	4,28	16,40	
Memiliki Tujuan yang Realistis	• Individu memiliki pertimbangan yang baik	5,29	17,41	8
	• Individu berusaha dengan maksimal dalam mencapai suatu tujuan	6,30	18,42	
Memiliki Perencanaan yang Matang	• Individu memiliki perencanaan yang baik	7,31	19,43	8
	• Individu memiliki strategi belajar yang efektif	8,32	20,44	
Memperhatikan Umpan Balik	• Individu menghargai kritik dan saran dari orang lain	9,33	21,45	8
	• Individu menerima evaluasi dari orang lain	10,34	22,46	
Memiliki Perhitungan Waktu yang Baik	• Individu menerapkan efisiensi waktu dalam menyelesaikan tugas	11,35	23,47	8
	• Individu mampu menyusun prioritas	12,36	24,48	
Jumlah		24	24	48

3. Skala Kecerdasan Emosional

Rancangan skala kecerdasan emosional yang digunakan dalam penelitian ini merujuk pada aspek-aspek kecerdasan emosional berdasarkan landasan teori Goleman (2007: 58-59) yaitu mengenali emosi diri, mengelola emosi, memotivasi diri sendiri, mengenali emosi orang lain dan membina hubungan..

Tabel 3. 4 BluePrint Skala Kecerdasan Emosional

Aspek	Indikator	<i>Favorable</i>	<i>Unfavorable</i>	Jumlah
Mengenali Emosi Diri	• Individu mampu memahami perasaan diri sendiri di berbagai situasi	1,21	11,31	8
	• Individu mampu melepaskan emosi negatif atau positif yang dirasakan	2,22	12,32	
Mengelola Emosi	• Individu mampu mengendalikan perasaan diri sendiri	3,23	13,33	8
	• Individu mampu menghadapi berbagai perasaan menekan	4,24	14,34	
Memotivasi Diri Sendiri	• Memberikan dukungan pada diri sendiri saat tertekan	5,25	15,35	8
	• Individu memiliki keyakinan diri yang kuat	6,26	16,36	
Mengenali Emosi Orang lain	• Individu memiliki rasa empati terhadap orang lain	7,27	17,37	8

	<ul style="list-style-type: none"> • Individu memiliki kepekaan terhadap perasaan orang lain 	8,28	18,38	
Membina Hubungan	<ul style="list-style-type: none"> • Individu mampu menjalin komunikasi dengan orang lain 	9,29	19,39	8
	<ul style="list-style-type: none"> • Individu saling mendukung satu sama lain 	10,30	20,40	
Jumlah		20	20	40

F. Alat Ukur

1. Validitas

Menurut Sugiyono (2018: 193) validitas adalah pengukuran yang diterapkan untuk memastikan ketepatan data yang diukur. Validitas menggambarkan tingkat ketepatan alat ukur dalam suatu pengukuran. Apabila validitas yang didapatkan rendah maka menunjukkan bahwa instrumen yang diterapkan kurang efektif dan dapat disimpulkan bahwa validitas adalah syarat utama alat ukur yang baik.

Penelitian yang dilakukan oleh peneliti menggunakan validitas isi. Validitas isi dilakukan dengan menggunakan pertimbangan para ahli untuk mengevaluasi instrumen yang akan diterapkan (Sugiyono, 2018: 197). Standar ketepatan validitas isi dapat menggunakan uji relevansi melalui pertimbangan, penilaian dan persetujuan para ahli (*expert judgement*) (Azwar, 2019: 132). Pengujian validitas isi dalam penelitian ini dilakukan dengan penilaian para ahli yaitu dua dosen pembimbing yang merupakan ahli psikologi sesuai dengan bidang penelitian yang dilakukan oleh peneliti. Penilaian tersebut berupa pertimbangan dan evaluasi setiap unsur aitem instrumen yang digunakan dengan tujuan untuk memperoleh keabsahan isi

penelitian. Validitas isi juga diterapkan untuk menunjukkan sejauhmana aitem yang diukur menggambarkan apa yang hendak diukur.

2. Daya Diskriminasi

Daya diskriminasi aitem mengacu pada kemampuan aitem untuk membedakan antara individu atau kelompok yang memiliki atribut yang diukur dan tidak memiliki atribut untuk diukur. Penilaian daya diskriminasi dilakukan dengan menghitung koefisien korelasi antara distribusi skor aitem dan distribusi skor keseluruhan dari skala. Hasil perhitungan ini akan menghasilkan koefisien korelasi item-total (Azwar, 2015: 80-81).

Sebagai pedoman dalam memilih aitem berdasarkan korelasi item-total, umumnya diterapkan batas minimum $r_{ix} \geq 0,30$. Aitem yang mencapai koefisien korelasi minimal 0,30 dianggap memiliki daya diskriminasi yang memadai. Sebaliknya, aitem dengan koefisien korelasi di bawah 0,30 dianggap memiliki daya diskriminasi yang rendah (Azwar, 2014: 86).

3. Reliabilitas

Skala yang telah disusun maka akan diuji reliabilitas. Reliabilitas mengacu pada konsistensi atau ketepatan hasil ukur (Azwar, 2019: 23). Secara umum, reliabilitas adalah konsistensi alat ukur yang dapat diterapkan secara berulang-ulang untuk mengukur objek yang sama dan hasil yang diperoleh akan menunjukkan data yang konsisten (Sugiyono, 2018: 193). Penelitian ini menggunakan uji reliabilitas koefisien *Alpha Cronbach* dengan dukungan *software SPSS 21.0 for windows*.

Pada umumnya, nilai koefisien reliabilitas berada di angka 0 sampai 1,00 dengan pertimbangan apabila semakin mendekati 1,00 maka dapat diartikan semakin reliabel. Apabila nilai koefisien menjauhi atau kurang dari 1,00 maka dapat diartikan tidak reliabel. Suatu alat ukur dapat diartikan baik atau reliabel apabila koefisiennya $\geq 0,6$ (Sugiyono, 2018: 210). Dengan demikian, apabila koefisien reliabilitas mencapai $\geq 0,6$ maka skala yang digunakan dapat diartikan baik dan memiliki reliabilitas skala yang tinggi. Sebaliknya, apabila koefisien reliabilitas $\leq 0,6$ maka reliabilitas skala tersebut dapat diartikan rendah.

G. Hasil Uji Coba Alat Ukur

1. Hasil Validitas

Pengujian validitas dalam penelitian ini dilakukan dengan meminta penilaian dari ahli yaitu oleh ibu Dewi Khurun Aini, S.Pd.I.,M.A dan ibu Khairani Zikrinawati M.A. Hasil uji validitas isi yang dilakukan menghasilkan aitem-aitem yang sesuai dan tidak sesuai untuk digunakan dalam mengukur variabel-variabel penelitian. Aitem-aitem yang belum memenuhi syarat akan diperbaiki hingga memenuhi standar kelayakan skala pengukuran penelitian.

2. Hasil Daya Diskriminasi

a. Skala Kecemasan Akademik

Penelitian ini menggunakan skala kecemasan akademik yang terdiri dari 36 aitem. Uji coba alat ukur dilakukan dengan melibatkan 35 peserta didik pada MA AL-Kahfi Jepara sebagai responden. Berdasarkan analisis *Corrected Item-Total*, 32 aitem dinyatakan layak dan memenuhi kriteria, sementara 4 aitem yaitu nomor 4,8,10,27 dianggap tidak memenuhi kriteria atau gugur. Berikut adalah tabel kecemasan akademik setelah dilakukan uji coba.

Tabel 3. 5 BluePrint Skala Kecemasan Akademik setelah Uji Coba

Aspek	Indikator	<i>Favorable</i>	<i>Unfavorable</i>	Jumlah
<i>Class-Related Anxiety</i>	• Individu khawatir terhadap mata pelajaran tertentu saat pembelajaran	1,13,25	7,19,31	12
	• Individu khawatir terhadap kemampuan diri sendiri saat pembelajaran	2,14,26	8*,20,32	

<i>Learning-Related Anxiety</i>	• Individu pusing dan sakit kepala saat sedang belajar	3,15,27*	9,21,33	12
	• Detak jantung meningkat saat sedang belajar	4*,16,28	10*,22,34	
<i>Test Anxiety</i>	• Individu gugup saat menjelang ujian	5,17,29	11,23,35	12
	• Individu gelisah terhadap tingkat kesulitan soal saat ujian	6,18,30	12,24,36	
Jumlah		18	18	36
Keterangan : Tanda (*) = aitem gugur/tidak valid				

b. Skala Motivasi Berprestasi

Penelitian ini menggunakan skala motivasi berprestasi yang terdiri dari 48 aitem. Uji coba alat ukur dilakukan dengan melibatkan 35 peserta didik pada MA AL-Kahfi Jepara sebagai responden. Berdasarkan analisis Corrected Item-Total, 42 aitem dinyatakan layak dan memenuhi kriteria, sementara 6 aitem, yaitu nomor 2,5,6,10,25,28 dianggap tidak memenuhi kriteria atau gugur. Berikut adalah tabel motivasi berprestasi setelah dilakukan uji coba.

Tabel 3. 6 BluePrint Skala Motivasi Berprestasi setelah Uji Coba

Aspek	Indikator	<i>Favorable</i>	<i>Unfavorable</i>	Jumlah
Tanggung Jawab	• Individu mengerjakan semua tugas dengan baik	1,25*	13,37	8
	• Individu memiliki rasa kepuasan	2*,26	14,38	

	dalam mengerjakan sesuatu			
Memiliki Keberanian dalam Mengambil Risiko	• Individu berani mengambil risiko	3,27	15,39	8
	• Individu tidak menyesali keputusan yang telah diambilnya	4,28*	16,40	
Memiliki Tujuan yang Realistis	• Individu memiliki pertimbangan yang baik	5*,29	17,41	8
	• Individu berusaha dengan maksimal dalam mencapai suatu tujuan	6*,30	18,42	
Memiliki Perencanaan yang Matang	• Individu memiliki perencanaan yang baik	7,31	19,43	8
	• Individu memiliki strategi belajar yang efektif	8,32	20,44	
Memperhatikan Umpan Balik	• Individu menghargai kritik dan saran dari orang lain	9,33	21,45	8
	• Individu menerima evaluasi dari orang lain	10*,34	22,46	
Memiliki Perhitungan	• Individu menerapkan	11,35	23,47	8

Waktu yang Baik	efisiensi waktu dalam menyelesaikan tugas • Individu mampu menyusun prioritas	12,36	24,48	
Jumlah		24	24	48
Keterangan : Tanda (*) = aitem gugur/tidak valid				

c. Skala Kecerdasan Emosional

Penelitian ini menggunakan skala kecerdasan emosional yang terdiri dari 40 aitem. Uji coba alat ukur dilakukan dengan melibatkan 35 peserta didik pada MA AL-Kahfi Jepara sebagai responden. Berdasarkan analisis Corrected Item-Total, 35 aitem dinyatakan layak dan memenuhi kriteria, sementara 5 aitem, yaitu nomor 3,4,21,28,31 dianggap tidak memenuhi kriteria atau gugur. Berikut adalah tabel kecerdasan emosional setelah dilakukan uji coba.

Tabel 3. 7 BluePrint Skala Kecerdasan Emosional setelah Uji Coba

Aspek	Indikator	<i>Favorable</i>	<i>Unfavorable</i>	Jumlah
Mengenali Emosi Diri	• Individu mampu memahami perasaan diri sendiri di berbagai situasi	1,21*	11,31*	8
	• Individu mampu melepaskan emosi negatif atau positif yang dirasakan	2,22	12,32	
Mengelola Emosi	• Individu mampu mengendalikan perasaan diri sendiri	3*,23	13,33	8

	<ul style="list-style-type: none"> • Individu mampu menghadapi berbagai perasaan menekan 	4*,24	14,34	
Memotivasi Diri Sendiri	<ul style="list-style-type: none"> • Memberikan dukungan pada diri sendiri saat tertekan 	5,25	15,35	8
	<ul style="list-style-type: none"> • Individu memiliki keyakinan diri yang kuat 	6,26	16,36	
Mengenali Emosi Orang lain	<ul style="list-style-type: none"> • Individu memiliki rasa empati terhadap orang lain 	7,27	17,37	8
	<ul style="list-style-type: none"> • Individu memiliki kepekaan terhadap perasaan orang lain 	8,28*	18,38	
Membina Hubungan	<ul style="list-style-type: none"> • Individu mampu menjalin komunikasi dengan orang lain 	9,29	19,39	8
	<ul style="list-style-type: none"> • Individu saling mendukung satu sama lain 	10,30	20,40	
Jumlah		20	20	40
Keterangan : Tanda (*) = aitem gugur/tidak valid				

3. Hasil Reliabilitas

a. Skala Kecemasan Akademik

Reliabilitas skala kecemasan akademik yang dianalisis menggunakan *Cronbach's Alpha* dengan bantuan *SPSS 25.0 for windows* menunjukkan nilai sebesar 0,908 untuk 32 aitem. Berdasarkan hasil tersebut, skala kecemasan akademik dinyatakan reliabel karena skor

yang diperoleh lebih dari 0,6.

Tabel 3. 8 Hasil Reliabilitas Skala Kecemasan Akademik

Reliability Statistics	
Cronbach's Alpha	N of Items
,908	32

b. Skala Motivasi Berprestasi

Reliabilitas skala motivasi berprestasi yang dianalisis menggunakan *Cronbach's Alpha* dengan bantuan *SPSS 25.0 for windows* menunjukkan nilai sebesar 0,937 untuk 42 aitem. Berdasarkan hasil tersebut, skala motivasi berprestasi dinyatakan reliabel karena skor yang diperoleh lebih dari 0,6.

Tabel 3. 9 Hasil Reliabilitas Skala Motivasi Berprestasi

Reliability Statistics	
Cronbach's Alpha	N of Items
,937	42

c. Skala Kecerdasan Emosional

Reliabilitas skala kecerdasan emosional yang dianalisis menggunakan *Cronbach's Alpha* dengan bantuan *SPSS 25.0 for windows* menunjukkan nilai sebesar 0,934 untuk 35 aitem. Berdasarkan hasil tersebut, skala kecerdasan emosional dinyatakan reliabel karena skor yang diperoleh lebih dari 0,6.

Tabel 3. 10 Hasil Reliabilitas Skala Kecerdasan Emosional

Reliability Statistics	
Cronbach's Alpha	N of Items
,934	35

H. Teknik Analisis Data

Teknik analisis data adalah prosedur yang melibatkan pencarian dan pengumpulan data, kemudian menyusunnya secara terstruktur berdasarkan hasil wawancara, catatan lapangan dan dokumentasi. Proses ini mencakup pengelompokan data ke dalam kategori, membagi data menjadi unit-unit kecil, melakukan sintesis informasi, menyusun data ke dalam pola-pola tertentu, memilih informasi yang relevan untuk diteliti, serta merumuskan kesimpulan yang dapat dipahami oleh peneliti dan pihak lain. (Sugiyono, 2018: 482).

Dalam melakukan analisis data, peneliti menggunakan beberapa metode dengan memanfaatkan program aplikasi SPSS versi 21, seperti berikut:

1. Uji Asumsi Klasik

Menurut Azwar (2019: 87), Uji asumsi klasik dilakukan sebelum melakukan analisis regresi linier berganda. Uji tersebut bertujuan untuk memastikan bahwa data dalam penelitian terdistribusi secara normal serta untuk mengidentifikasi adanya penyimpangan dalam data. Adapun pengujian yang dilakukan dalam uji asumsi klasik adalah uji normalitas, uji linearitas dan uji multikolinearitas.

a. Uji Normalitas

Uji normalitas merupakan suatu langkah untuk mengetahui dan menentukan apakah sampel diambil dari populasi yang berdistribusi normal atau tidak normal. Penelitian ini menggunakan uji *Kolmogorov Smirnov* untuk memverifikasi normalitas. Koefisien signifikansi penelitian menjelaskan bahwa distribusi residual normal dapat disimpulkan jika nilai signifikansi (sig) $> 0,05$. Sebaliknya, dapat disimpulkan bahwa distribusi residual tidak normal jika nilai signifikansi (sig) $< 0,05$ (Prawoto & Basuki, 2015: 48-50).

b. Uji Linearitas

Uji linearitas digunakan untuk memastikan apakah terdapat hubungan linier yang signifikan antara variabel *dependent* dan *independent* (Priyatno, 2016: 106). Penelitian ini menggunakan *Test for Linearity* dalam melakukan uji linearitas, yang menjelaskan bahwa

suatu hubungan dianggap linear apabila nilai pada *Linierity* $< 0,05$. Sedangkan untuk *Deviation from Linierity* dapat dianggap memiliki hubungan yang linear apabila taraf signifikansi $> 0,05$ (Muhson, 2012: 24). Uji linearitas dalam penelitian ini dilakukan dengan bantuan SPSS.21.

c. Uji Multikolinearitas

Uji multikorelasi memiliki tujuan untuk mengevaluasi adanya masalah multikorelasi (gejala multikolinearitas) dalam hubungan antara variabel bebas. Multikorelasi mengacu pada situasi di mana terdapat korelasi yang sangat tinggi atau sangat rendah antara variabel-variabel bebas. Gejala multikolinearitas dapat diketahui dari nilai VIF (*variance-inflating factor*) dan Tolerance. Apabila nilai VIF < 10 dan nilai Tolerance $> 0,10$ maka tidak terjadi gejala multikolinearitas (Sahir, 2021).

2. Uji Hipotesis

Uji hipotesis merupakan suatu langkah untuk mengambil keputusan berdasarkan sampel dan analisis data. Pengujian hipotesis merupakan langkah-langkah untuk mengambil suatu keputusan yang didasarkan pada sampel dan analisis data. Analisis regresi linier berganda digunakan dalam penelitian ini untuk menguji hipotesis dengan bantuan SPSS versi 21.

Menurut Sahir (2021: 52), regresi linier berganda adalah analisis yang terdiri dari dua atau lebih variabel bebas dan satu variabel terikat. Selain itu penggunaan analisis regresi ini juga bertujuan untuk menguji kebenaran hipotesis yang diajukan dalam penelitian. Kaidah pengujian hipotesis adalah dengan melihat nilai signifikansi. Hipotesis ditolak jika nilai signifikan ($p > 0,05$). Meskipun demikian, hipotesis akan diterima jika nilai signifikan ($p < 0,05$). Sebagaimana yang dijelaskan dalam Sahir (2021: 52), menyajikan persamaan regresi linear berganda sebagai berikut :

$$Y = \alpha + b_1 X_1 + b_2 X_2$$

Keterangan:

Y = Variabel terikat kecemasan akademik

α = Konstanta

b_1 = Koefisien regresi (nilai peningkatan atau penurunan) motivasi berprestasi terhadap kecemasan akademik

X_1 = Variabel bebas motivasi berprestasi

b_2 = Koefisien regresi (nilai peningkatan atau penurunan) kecerdasan emosional terhadap kecemasan akademik

X_2 = Variabel bebas kecerdasan emosional

BAB IV

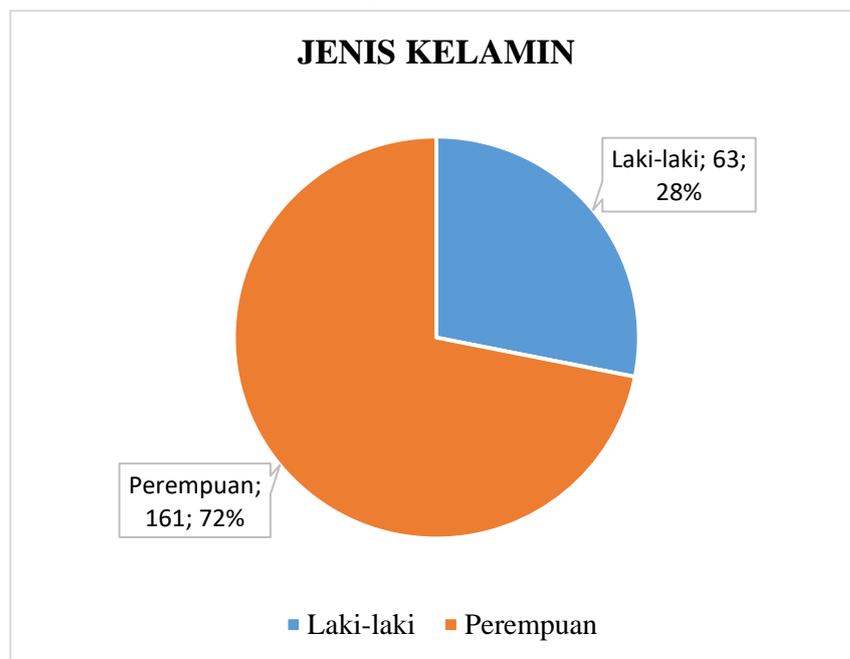
HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

A. Hasil Penelitian

1. Deskripsi Responden

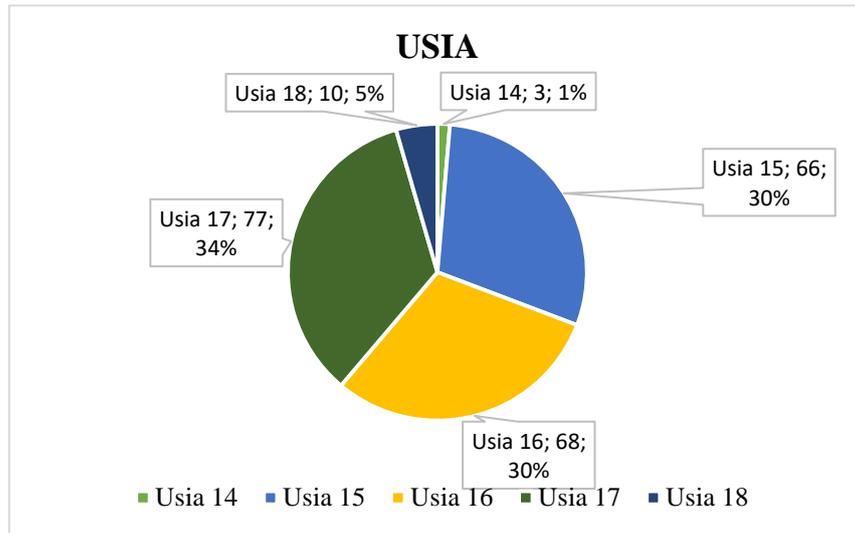
Responden dalam penelitian ini adalah peserta didik MAN 1 Jepara. Penelitian ini melibatkan 224 peserta didik dalam rentang usia 14-18 tahun sebagai responden penelitian. Berikut adalah hasil gambaran data responden penelitian berdasarkan jenis kelamin, usia, dan kelas.

Gambar 4. 1 Persentase Responden Berdasarkan Jenis Kelamin



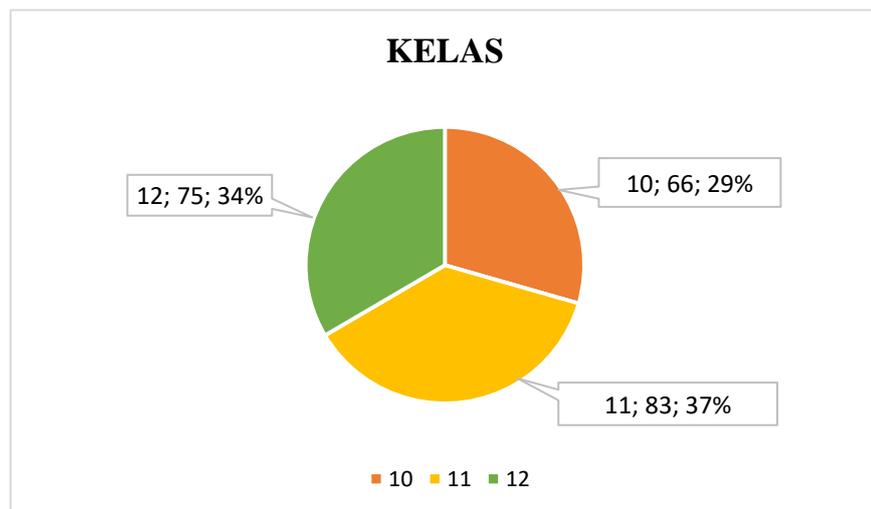
Berdasarkan gambaran data responden terkait jenis kelamin menunjukkan bahwa 72% dari total responden adalah perempuan yang berjumlah 161 responden. Sedangkan 28% adalah laki-laki dengan jumlah 63 responden.

Gambar 4. 2 Persentase Responden Berdasarkan Usia



Berdasarkan gambaran data responden mengenai usia menunjukkan bahwa persentase responden dari berbagai usia adalah sebagai berikut: usia 14 tahun sebesar 1% (3 responden), usia 15 tahun sebesar 30% (66 responden), usia 16 tahun sebesar 30% (68 responden), usia 17 tahun sebesar 34% (77 responden) dan usia 18 tahun sebesar 5% (10 responden).

Gambar 4. 3 Persentase Responden Berdasarkan Kelas



Berdasarkan gambaran data responden mengenai kelas menunjukkan bahwa persentase responden dari berbagai kelas adalah sebagai berikut:

kelas 10 sebesar 29% (66 responden), kelas 11 sebesar 37% (83 responden) dan kelas 12 sebesar 34% (75 responden).

2. Kategorisasi Variabel

Pada penelitian ini terdapat tiga variabel penelitian yakni motivasi berprestasi, kecerdasan emosional dan kecemasan akademik. Setiap variabel diuji menggunakan sampel yang mewakili populasi sehingga masing-masing variabel memiliki nilai tersendiri. Selanjutnya, setiap variabel dikategorisasikan untuk dijelaskan secara rinci mengenai nilai minimum (nilai terendah), maksimum (nilai tertinggi), rata-rata (mean), dan simpangan baku (standar deviasi). Kategorisasi dalam penelitian ini dilakukan dengan bantuan *SPSS versi 25* yang ditemukan hasil sebagai berikut:

Tabel 4. 1 Kategorisasi Variabel

Descriptive Statistics					
	N	Minimum	Maximum	Mean	Std. Deviation
Kecemasan Akademik	224	65,00	100,00	83,4598	6,33151
Motivasi Berprestasi	224	76,00	156,00	115,7634	13,44853
Kecerdasaan Emosional	224	62,00	140,00	105,3125	13,14564
Valid N (listwise)	224				

Berdasarkan tabel tersebut dapat diketahui bahwa variabel kecemasan akademik memiliki nilai terendah 65, nilai tertinggi 100, nilai rata-rata 83,45 dan standar deviasi sebesar 6,33. Sedangkan untuk variabel motivasi berprestasi memiliki nilai terendah 76, nilai tertinggi 156, nilai rata-rata 115,76 dan standar deviasi 13,44. Kemudian variabel kecerdasan emosional memiliki nilai terendah 62, nilai tertinggi 140, nilai rata-rata 105,31 dan standar deviasi 13,14.

Mengacu pada data tersebut, nilai setiap variabel dapat dijelaskan secara statistik berdasarkan tiga kategorisasi yakni rendah, sedang dan tinggi sebagaimana berikut:

Tabel 4. 2 Kategorisasi Skor Variabel Kecemasan Akademik

Rumus Interval	Rentang Nilai	Kategori Skor
$X < (Mean-1SD)$	$X < 77,12$	Rendah
$(Mean-1SD) \leq X < (Mean+1SD)$	$77,12 \leq X < 89,79$	Sendang
$X \geq (Mean+1SD)$	$X \geq 89,79$	Tinggi

Berdasarkan pedoman kategorisasi skor variabel kecemasan akademik tersebut, dapat diketahui bahwa respon dari variabel kecemasan akademik pada peserta didik MAN 1 Jepara dikelompokkan sebagai berikut:

Tabel 4. 3 Distribusi Data Kecemasan Akademik

Kecemasan Akademik					
		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Rendah	35	15,6	15,6	15,6
	Sedang	155	69,2	69,2	84,8
	Tinggi	34	15,2	15,2	100,0
	Total	224	100,0	100,0	

Berdasarkan tabel tersebut, menunjukkan bahwa terdapat tiga kategori kecemasan akademik pada peserta didik MAN 1 Jepara. Kategori rendah sebesar 15,6% atau sebanyak 35 peserta didik tergolong memiliki kecemasan akademik rendah, kategori sedang sebesar 69,2% atau sebanyak 155 peserta didik tergolong memiliki perilaku kecemasan akademik sedang dan 15,2% atau sebanyak 34 peserta didik tergolong memiliki perilaku kecemasan akademik dalam ketegori tinggi. Oleh karena itu, dapat disimpulkan bahwa peserta didik MAN 1 Jepara memiliki tingkat kecemasan akademik kategori sedang.

Selanjutnya kategorisasi skor variabel motivasi berprestasi adalah sebagai berikut:

Tabel 4. 4 Kategorisasi Skor Variabel Motivasi Berprestasi

Rumus Interval	Rentang Nilai	Kategori Skor
$X < (Mean-1SD)$	$X < 102,32$	Rendah
$(Mean-1SD) \leq X < (Mean+1SD)$	$102,32 \leq X < 129,20$	Sendang
$X \geq (Mean+1SD)$	$X \geq 129,20$	Tinggi

Berdasarkan pedoman kategorisasi skor motivasi berprestasi tersebut, dapat diketahui bahwa respon dari variabel motivasi berprestasi pada peserta didik MAN 1 Jepara dikelompokkan sebagai berikut:

Tabel 4. 5 Distribusi Data Motivasi Berprestasi

Kategorisasi Motivasi Berprestasi					
		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Rendah	33	14,7	14,7	14,7
	Sedang	154	68,8	68,8	83,5
	Tinggi	37	16,5	16,5	100,0
	Total	224	100,0	100,0	

Berdasarkan tabel tersebut, menunjukkan bahwa terdapat tiga kategori motivasi berprestasi pada peserta didik MAN 1 Jepara. Kategori rendah sebesar 14,7% atau sebanyak 33 peserta didik tergolong memiliki motivasi berprestasi rendah, kategori sedang sebesar 68,8% atau sebanyak 154 peserta didik tergolong memiliki motivasi berprestasi sedang dan 16,5% atau sebanyak 37 peserta didik tergolong memiliki motivasi berprestasi dalam kategori tinggi. Oleh karena itu, dapat disimpulkan bahwa peserta didik MAN 1 Jepara memiliki tingkat motivasi berprestasi kategori sedang.

Selanjutnya kategorisasi skor variabel kecerdasan emosional adalah sebagai berikut:

Tabel 4. 6 Kategorisasi Skor Variabel Kecerdasan Emosional

Rumus Interval	Rentang Nilai	Kategori Skor
$X < (Mean-1SD)$	$X < 92,17$	Rendah
$(Mean-1SD) \leq X < (Mean+1SD)$	$92,17 \leq X < 118,45$	Sendang
$X \geq (Mean+1SD)$	$X \geq 118,45$	Tinggi

Berdasarkan pedoman kategorisasi skor variabel kecerdasan emosional tersebut, dapat diketahui bahwa respon dari variabel kecerdasan emosional pada peserta didik MAN 1 Jepara dikelompokkan sebagai berikut:

Tabel 4. 7 Distribusi Data Kecerdasan Emosional

Kategorisasi Kecerdasan Emosional					
		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Rendah	32	14,3	14,3	14,3
	Sedang	160	71,4	71,4	85,7
	Tinggi	32	14,3	14,3	100,0
	Total	224	100,0	100,0	

Berdasarkan tabel di atas, menunjukkan bahwa terdapat tiga kategori kecerdasan emosional pada peserta didik MAN 1 Jepara. Kategori rendah sebesar 14,3% atau sebanyak 32 peserta didik tergolong memiliki kecerdasan emosional rendah, kategori sedang sebesar 71,4% atau sebanyak 160 peserta didik tergolong memiliki kecerdasan emosional sedang dan 14,3% atau sebanyak 32 peserta didik tergolong memiliki kecerdasan emosional dalam ketegori tinggi. Oleh karena itu, dapat disimpulkan bahwa peserta didik MAN 1 Jepara memiliki tingkat kecerdasan emosional dengan kategori sedang.

B. Hasil Analisis Data

1. Uji Asumsi Klasik

a. Uji Normalitas

Uji normalitas digunakan untuk mengetahui apakah data terdistribusi secara normal atau tidak. Pada penelitian ini uji normalitas menggunakan uji *Kolmogorov-smirnov* pada *SPSS versi 25*. Hasil uji normalitas dapat diketahui pada tabel berikut ini:

Tabel 4. 8 Hasil Uji Normalitas Motivasi Berprestasi, Kecerdasan Emosional dan Kecemasan Akademik

One-Sample Kolmogorov-Smirnov Test		
		Unstandardized Residual
<i>N</i>		224
<i>Normal Parameters^{a,b}</i>	<i>Mean</i>	,0000000
	<i>Std. Deviation</i>	3,43894708
	<i>Most Extreme Differences</i>	
	<i>Absolute</i>	,054
	<i>Positive</i>	,046
	<i>Negative</i>	-,054
<i>Test Statistic</i>		,054
<i>Asymp. Sig. (2-tailed)</i>		,200^{c,d}
a. Test distribution is Normal.		
b. Calculated from data.		
c. Lilliefors Significance Correction.		
d. This is a lower bound of the true significance.		

Berdasarkan hasil uji normalitas pada tabel 4.8 dapat diketahui bahwa nilai *Asymp, Sig. (2-tailed)* menunjukkan nilai sig. $0,200 > 0,05$ maka dapat disimpulkan bahwa data penelitian terdistribusi secara normal.

b. Uji Linieritas

Uji linieritas digunakan untuk mengetahui apakah data variabel bebas dan variabel terikat memiliki hubungan atau tidak. Pada penelitian ini, uji linieritas menggunakan *SPSS versi 25*. Hasil pengujian dari data penelitian adalah sebagai berikut:

Tabel 4. 9 Hasil Uji Linieritas Motivasi Berprestasi terhadap Kecemasan Akademik

ANOVA Table							
			<i>Sum of Squares</i>	<i>df</i>	<i>Mean Square</i>	<i>F</i>	<i>Sig.</i>
Kecemasan Akademik * Motivasi Berprestasi	<i>Between Groups</i>	<i>(Combined)</i>	6278,699	59	106,419	6,559	,000
		<i>Linearity</i>	5508,660	1	5508,660	339,512	,000
		<i>Deviation from Linearity</i>	770,039	58	13,277	,818	,810
	<i>Within Groups</i>		2660,939	164	16,225		
	Total		8939,638	223			

Berdasarkan tabel tersebut dapat diketahui bahwa nilai *Deviation from Linearity* $0,810 > 0,05$, maka dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan linier antara motivasi berprestasi dan kecemasan akademik.

Pengujian berikutnya dilakukan pada variabel kecerdasan emosional terhadap kecemasan akademik. Hasil pengujian tersebut disajikan dalam tabel berikut:

Tabel 4. 10 Hasil Uji Linieritas Variabel Kecerdasan Emosional terhadap Kecemasan Akademik

ANOVA Table							
			<i>Sum of Squares</i>	<i>df</i>	<i>Mean Square</i>	<i>F</i>	<i>Sig.</i>
Kecemasan Akademik * Kecerdasan Emosional	<i>Between Groups</i>	<i>(Combined)</i>	5689,042	53	107,340	5,614	,000
		<i>Linearity</i>	4313,726	1	4313,726	225,600	,000
		<i>Deviation from Linearity</i>	1375,316	52	26,448	1,383	,064
	<i>Within Groups</i>		3250,597	170	19,121		
	Total		8939,638	223			

Berdasarkan tabel tersebut dapat diketahui bahwa nilai *Deviation from Linearity* $0,064 > 0,05$, maka dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan linier antara kecerdasan emosional dan kecemasan akademik.

c. Uji Multikolinieritas

Uji multikolinieritas digunakan untuk mengetahui ada atau tidaknya gejala multikorelasi dalam model regresi dapat dilakukan dengan melihat nilai *tolerance* dan *variance-inflating factor* (VIF). Uji multikolinieritas dalam penelitian ini menggunakan bantuan *SPSS versi 25*.

Tabel 4. 11 Hasil Uji Multikolinieritas

Coefficients ^a								
Model		Unstandardized Coefficients		Standardized Coefficients	t	Sig.	Collinearity Statistics	
		B	Std. Error	Beta			Tolerance	VIF
1	(Constant)	133,314	2,184		61,039	,000		
	Motivasi Berprestasi	-,271	,021	-,576	-12,909	,000	,670	1,492
	Kecerdasaan Emosional	-,175	,021	-,364	-8,155	,000	,670	1,492

a. Dependent Variable: Kecemasan Akademik

Berdasarkan hasil pengujian multikolinieritas dapat diketahui bahwa tidak terdapat gejala multikolinieritas pada variabel motivasi berprestasi dan kecerdasan emosional terhadap variabel kecemasan akademik ditunjukkan dengan nilai *Tolerance* $0,670 > 0,10$ dan nilai VIF $1,492 < 10$. Oleh karena itu, dapat disimpulkan bahwa tidak terdapat gejala multikolinieritas.

2. Uji Hipotesis

Uji hipotesis dilakukan dengan menggunakan analisis regresi linier berganda pada *SPSS versi 25*. Analisis regresi linier berganda digunakan untuk mengetahui seberapa besar pengaruh antara variabel bebas terhadap variabel terikat baik secara parsial (uji T) maupun secara simultan (uji F). Pengujian dalam penelitian ini melibatkan tiga variabel yaitu variabel bebas motivasi berprestasi dan kecerdasan emosional, sedangkan variabel terikat kecemasan akademik, hasil pengujian tersebut adalah sebagai berikut:

a. Uji Hipotesis secara Parsial

Tabel 4. 12 Hasil Uji Hipotesis secara Parsial

Coefficients ^a						
Model		Unstandardized Coefficients		Standardized Coefficients	t	Sig.
		B	Std. Error	Beta		
1	(Constant)	133,314	2,184		61,039	,000
	Motivasi Berprestasi	-,271	,021	-,576	-12,909	,000
	Kecerdasaan Emosional	-,175	,021	-,364	-8,155	,000

a. Dependent Variable: Kecemasan Akademik

1) Hasil Hipotesis Pertama

Hasil analisis data yang telah dilakukan tersebut menunjukkan bahwa variabel motivasi berprestasi memiliki nilai signifikansi sebesar $0.000 < 0,05$. Hal tersebut menandakan bahwa hipotesis pertama (H_1) diterima dan dapat disimpulkan secara parsial bahwa terdapat pengaruh motivasi berprestasi terhadap kecemasan akademik pada peserta didik MAN 1 Jepara.

2) Hasil Hipotesis Kedua

Hasil analisis data yang telah dilakukan tersebut menunjukkan bahwa variabel kecerdasan emosional memiliki nilai signifikansi sebesar $0.000 < 0,05$. Hal tersebut menandakan bahwa hipotesis kedua (H_2) diterima dan dapat disimpulkan secara parsial bahwa

terdapat pengaruh kecerdasan emosional terhadap kecemasan akademik pada peserta didik MAN 1 Jepara.

b. Hasil Uji Hipotesis secara Simultan

Tabel 4. 13 Uji Hipotesis secara Simultan

ANOVA ^a						
Model		Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.
1	Regression	6302,361	2	3151,180	264,064	,000^b
	Residual	2637,278	221	11,933		
	Total	8939,638	223			
a. Dependent Variable: Kecemasan Akademik						
b. Predictors: (Constant), Kecerdasaan Emosional, Motivasi Berprestasi						

1) Hasil Hipotesis Ketiga

Berdasarkan tabel tersebut dapat diketahui bahwa nilai signifikansi adalah sebesar 0,000 ($p < 0,05$). Hasil perhitungan tersebut menunjukkan bahwa hipotesis ketiga (H_3) diterima dan dapat disimpulkan secara simultan bahwa terdapat pengaruh motivasi berprestasi dan kecerdasan emosional terhadap kecemasan akademik pada peserta didik MAN 1 Jepara.

c. Hasil Uji Koefisien Determinasi

Tabel 4. 14 Hasil Uji Koefisien Determinasi

Model Summary ^b				
Model	R	R Square	Adjusted R Square	Std. Error of the Estimate
1	,840 ^a	,705	,702	3,45447
a. Predictors: (Constant), Kecerdasaan Emosional, Motivasi Berprestasi				
b. Dependent Variable: Kecemasan Akademik				

Berdasarkan data tabel tersebut menunjukkan nilai *Adjusted R Square* adalah 0,702 atau setara 70,2%. Hal tersebut menunjukkan bahwa motivasi berprestasi dan kecerdasan emosional memberikan kontribusi sebesar 70,2% terhadap kecemasan akademik pada peserta didik MAN 1 Jepara. Sementara itu, untuk 29,8% dipengaruhi oleh faktor-faktor lain yang tidak diteliti dalam penelitian ini.

d. Hasil Uji Regresi Linier Berganda

Tabel 4.15 Hasil Uji Regresi Linier Berganda

Coefficients ^a						
Model		Unstandardized Coefficients		Standardized Coefficients	t	Sig.
		B	Std. Error	Beta		
1	(Constant)	133,314	2,184		61,039	,000
	Motivasi Berprestasi	-,271	,021	-,576	-12,909	,000
	Kecerdasaan Emosional	-,175	,021	-,364	-8,155	,000
a. Dependent Variable: Kecemasan Akademik						

Berdasarkan hasil uji regresi linier berganda di atas didapati nilai-nilai koefisien sebagai berikut: konstanta (α) = 133,314; koefisien β_1 = -0,271; koefisien β_2 = -0,175. Maka dari itu, persamaan regresi dalam penelitian ini dapat dirumuskan sebagai berikut:

$$Y = \alpha + \beta_1 X_1 + \beta_2 X_2$$

$$Y = 133,314 + (-0,271)X_1 + (-0,175)X_2$$

Keterangan :

Y : Kecemasan Akademik

β_2 : Koefisien regresi untuk X_2

α : Konstanta

X_1 : Motivasi Berprestasi

β_1 : Koefisien regresi untuk X_1

X_2 : Kecerdasaan Emosi

Hasil tersebut dapat dijelaskan menggunakan model persamaan regresi berikut:

- 1) Konstanta $\alpha = 133,314$

Persamaan regresi ini memiliki nilai konstanta sebesar 133,314 yang menunjukkan hasil positif, menandakan bahwa pengaruh variabel independen terhadap dependen secara simultan adalah pengaruh yang positif. Apabila terdapat kenaikan variabel independen maka nilai variabel dependen akan bertambah.

- 2) Koefisien $\beta_1 = -0,271$

Nilai koefisien regresi X_1 sebesar -0,271 menunjukkan bahwa nilai tersebut bernilai negatif sehingga apabila terdapat kenaikan satuan dari variabel motivasi berprestasi maka nilai dari kecemasan akademik akan mengalami pengurangan sebesar 0,271.

- 3) Koefisien $\beta_2 = -0,175$

Nilai koefisien regresi X_2 sebesar -0,175 menunjukkan bahwa nilai tersebut bernilai negatif, sehingga apabila terdapat kenaikan satuan dari variabel kecerdasan emosional maka nilai dari kecemasan akademik akan mengalami pengurangan sebesar 0,175.

C. Pembahasan

Pada penelitian ini tiga hipotesis diajukan, yaitu: pertama, meneliti pengaruh motivasi berprestasi terhadap kecemasan akademik pada peserta didik MAN 1 Jepara. Kedua, meneliti pengaruh kecerdasan emosional terhadap kecemasan akademik pada peserta didik MAN 1 Jepara dan ketiga, meneliti pengaruh motivasi berprestasi dan kecerdasan emosional terhadap kecemasan akademik pada peserta didik MAN 1 Jepara secara bersamaan.

1. Pengaruh Motivasi Berprestasi terhadap Kecemasan Akademik

Berdasarkan temuan analisis kategorisasi pada variabel motivasi berprestasi pada peserta didik MAN 1 Jepara, diketahui bahwa sebanyak 33 (14,7%) responden memiliki motivasi berprestasi dengan kategori rendah, 154 (68,8%) responden memiliki motivasi berprestasi dengan kategori sedang

dan 37 (16,5%) responden memiliki motivasi berprestasi dengan kategori tinggi. Mengacu pada temuan tersebut dapat disimpulkan bahwa mayoritas peserta didik MAN 1 Jepara memiliki motivasi berprestasi yang sedang. Selanjutnya hasil hipotesis pertama dalam penelitian ini diterima dibuktikan dengan hasil uji hipotesis yang menunjukkan nilai signifikansi sebesar 0,000 lebih kecil dari 0,05. Mengacu pada hasil tersebut dapat disimpulkan bahwa variabel motivasi berprestasi memiliki pengaruh yang besar terhadap kecemasan akademik pada peserta didik MAN 1 Jepara. Besarnya pengaruh dari motivasi berprestasi terhadap kecemasan akademik dapat diketahui dari nilai -0,271. Nilai tersebut menandakan bahwa setiap kenaikan sebesar 1% dalam motivasi berprestasi akan secara langsung berkontribusi pada penurunan kecemasan akademik sebesar 0,271.

Hasil penelitian ini sejalan dengan hasil temuan Zahidah dan Naqiyah (2020:19) yang menunjukkan bahwa motivasi berprestasi memiliki korelasi negatif dengan kecemasan akademik. Dalam penelitian tersebut menjelaskan bahwa peserta didik yang memiliki motivasi berprestasi tinggi mampu menyelesaikan berbagai tugas akademiknya dan memandang hal tersebut sebagai suatu tantangan dimana peserta didik akan lebih berfokus pada hasil yang dikerjakannya. Pada umumnya peserta didik yang memiliki motivasi berprestasi tinggi memilih tugas dengan tingkat kesulitan yang dapat diatasi secara mandiri, sehingga peserta didik cenderung mengerjakan tugas dengan baik dan mengurangi kemungkinan terhadap kegagalan. Peserta didik juga mampu memanfaatkan berbagai umpan balik yang diterimanya dengan hasil yang positif. Selain itu, peserta didik cenderung pantang menyerah dalam menyelesaikan berbagai tugas akademik yang pada akhirnya hal tersebut dapat meminimalisir adanya kecemasan pada diri peserta didik tersebut. Menurut Bukhori et al., (2019:67), individu dengan motivasi berprestasi yang tinggi cenderung membutuhkan umpan balik pada setiap tugas yang dikerjakan. Umpan balik yang diberikan tidak membuat individu merasa terpuruk, akan tetapi individu tersebut lebih termotivasi untuk memberikan yang lebih baik lagi pada setiap tugas-tugas yang dikejakannya. Motivasi

berprestasi yang tinggi membuat individu tidak mudah menyerah serta tidak mudah terpuruk dengan keadaan sehingga dapat mengurangi perasaan cemas dalam dirinya.

Penelitian selanjutnya yang dilakukan oleh Selviana dan Dwi (2022:6) menunjukkan adanya pengaruh motivasi berprestasi terhadap kecemasan akademik. Dalam penelitian tersebut menjelaskan bahwa individu diharuskan untuk selalu meningkatkan motivasi berprestasi agar rasa cemas saat sedang menyelesaikan berbagai tugas akademik dapat teratasi dengan optimal sehingga nantinya dapat mencapai hasil yang baik. Studi yang dilakukan oleh Lathifa dan Pratisti (2021:1), juga menyatakan bahwa terdapat korelasi negatif antara motivasi berprestasi dengan kecemasan akademik pada peserta didik. Hal tersebut menandakan bahwa semakin tinggi motivasi berprestasi maka semakin rendah tingkat kecemasan akademik pada peserta didik, begitupun sebaliknya apabila motivasi berprestasi rendah maka tingkat kecemasan akademik pada peserta didik tinggi. Penelitian yang dilakukan oleh Rahadianto (2013:127) menyatakan hal yang serupa bahwa terdapat korelasi negatif antara motivasi berprestasi dengan kecemasan akademik dan dapat disimpulkan bahwa semakin tinggi motivasi berprestasi maka semakin rendah kecemasan akademik. Motivasi berprestasi adalah motivasi yang mendorong individu untuk mencapai kesuksesan dan bertujuan untuk mencapai keberhasilan dalam kompetisi atau persaingan dengan beberapa ukuran keunggulan (*standard of excellence*) (McClelland, 1987:117).

Menurut *McClelland (1987:118-120)* terdapat enam aspek dari motivasi berprestasi yaitu tanggung jawab, memiliki keberanian dalam mengambil risiko, memiliki tujuan yang realistis, memiliki perencanaan yang matang, memperhatikan umpan balik dan memiliki perhitungan yang baik. Aspek-aspek tersebut mampu menjadi salah satu faktor yang mempengaruhi terjadinya kecemasan akademik, hal tersebut ditandai apabila peserta didik kurang memiliki semangat untuk belajar dan meraih prestasi serta tidak memiliki tujuan dan pencapaian yang terstruktur (Fakhria & Setiowati, 2017:31).

Peserta didik dengan motivasi berprestasi yang tinggi memiliki kecenderungan untuk selalu menyelesaikan tugas dengan baik, memiliki tujuan yang terencana sesuai kapasitasnya dan memiliki kepercayaan diri dalam menyelesaikan kegiatan akademik. Hal tersebut membuat peserta didik mampu mengatasi rasa cemas dalam dirinya dengan lebih baik. Dapat dilihat dalam sebaran responden penelitian yang menunjukkan data bahwa peserta didik MAN 1 Jepara memiliki motivasi berprestasi yang cukup baik dalam rentang sedang.

Hal tersebut sejalan dengan temuan penelitian ini yang menemukan bahwa kecemasan akademik pada peserta didik MAN 1 Jepara secara signifikan dipengaruhi oleh aspek tanggung jawab, aspek memiliki keberanian dalam mengambil risiko, aspek memiliki tujuan yang realistis, aspek memiliki perencanaan yang matang, aspek memperhatikan umpan balik dan aspek memiliki perhitungan yang baik.

2. Pengaruh Kecerdasan Emosional terhadap Kecemasan Akademik

Berdasarkan temuan analisis kategorisasi variabel kecerdasan emosional pada peserta didik MAN 1 Jepara, diketahui bahwa sebanyak 32 (14,3%) responden memiliki kecerdasan emosional dengan kategori rendah, 160 (71,4%) responden memiliki kecerdasan emosional dengan kategori sedang dan 32 (14,3%) responden memiliki kecerdasan emosional dengan kategori tinggi. Mengacu pada temuan tersebut dapat disimpulkan bahwa mayoritas peserta didik MAN 1 Jepara memiliki kecerdasan emosional yang sedang. Hasil hipotesis kedua dalam penelitian ini diterima dibuktikan dengan hasil uji hipotesis yang menunjukkan nilai signifikansi sebesar 0,000 lebih kecil dari 0,05. Mengacu pada hasil tersebut dapat disimpulkan bahwa variabel kecerdasan emosional memiliki pengaruh yang besar terhadap kecemasan akademik pada peserta didik MAN 1 Jepara. Besarnya pengaruh dari kecerdasan emosional terhadap kecemasan akademik dapat diketahui dari nilai -0,175. Nilai tersebut menandakan bahwa setiap kenaikan sebesar 1%

dalam kecerdasan emosional akan secara langsung berkontribusi pada penurunan kecemasan akademik sebesar 0,175.

Dalam konteks penelitian ini, tingkat kecerdasan emosional pada peserta didik MAN 1 Jepara diketahui memiliki dampak yang cukup baik dan signifikan, mengingat mayoritas responden cenderung memiliki kecerdasan emosional yang sedang. Penelitian yang dilakukan oleh Madoni dan Mardiyah, (2021:5) mengemukakan bahwa peserta didik dengan tingkat kecerdasan emosional yang tinggi cenderung lebih mampu menghadapi berbagai perasaan menekan atau kecemasan sehingga kecenderungan mengalami kecemasan akademik semakin menurun. Sebaliknya, peserta didik dengan tingkat kecerdasan emosional yang rendah cenderung kesulitan dalam menghadapi berbagai perasaan menekan atau kecemasan sehingga tingkat kecemasan akademiknya semakin meningkat. Menurut Istiantoro (2018:630-634), kecerdasan emosional termasuk dalam faktor pribadi yang dapat memengaruhi kecemasan akademik. Peserta didik yang memiliki kecerdasan emosional yang tinggi tercerminkan dari kemampuan mengelola emosi yang baik sehingga dapat mengurangi ataupun menghadapi perasaan cemas terhadap tugas-tugas akademiknya.

Sejalan dengan penelitian tersebut, penelitian yang dilakukan oleh Agus dan Wilani (2018:161), menyatakan bahwa peserta didik dengan kecerdasan emosional yang baik akan dapat menangani kecemasan, dikarenakan peserta didik tersebut mampu mengetahui, memahami dan mengendalikan berbagai situasi yang sedang dihadapi dengan lebih baik. Namun, peserta didik dengan kecerdasan emosional yang kurang baik akan kesulitan dalam menghadapi kecemasan dalam dirinya. Hal serupa juga ditemukan oleh penelitian Akbar dan Masykur (2020:158) yang menunjukkan adanya indikasi bahwa kecerdasan emosional berperan dalam mengurangi kecemasan akademik dengan hubungan yang bersifat negatif. Artinya, semakin tinggi tingkat kecerdasan emosional yang dimiliki oleh peserta didik, maka semakin rendah potensi munculnya kecemasan akademik. Dengan demikian, peserta didik akan lebih mampu mengenali dan menilai emosi diri sendiri maupun orang

lain, serta membuat keputusan yang tepat dalam bertindak (Suhendro & Agustina, 2022:77). Serupa yang dijelaskan Goleman (2007:58-59), bahwa kecerdasan emosional merupakan kemampuan individu dalam mengendalikan emosi yang dimiliki serta mengatur keselarasan emosi dan pengungkapannya melalui keterampilan kesadaran diri, pengendalian diri, motivasi diri, empati dan keterampilan sosial.

Goleman (2007: 58-59) mengemukakan lima aspek kecerdasan emosional, yaitu mengenali emosi diri, mengelola emosi, memotivasi diri sendiri, mengenali emosi orang lain dan membina hubungan. Serupa dengan penelitian yang dilakukan oleh Wijaya et al., (2020:6) bahwa kecerdasan emosional memiliki peran penting dalam mengelola emosi yang muncul seperti pesimis, rasa malu, amarah, putus asa dan sedih yang terjadi pada kehidupan sehari-hari pada peserta didik. Apabila peran dalam kecerdasan emosi tersebut rendah maka akan memberikan dampak pada ketidaksesuaian diri sendiri yang dapat berupa kecemasan.

Hal tersebut sejalan dengan temuan penelitian ini yang menemukan bahwa kecemasan akademik pada peserta didik MAN 1 Jepara secara signifikan dipengaruhi oleh aspek mengenali emosi diri, aspek mengelola emosi, aspek memotivasi diri sendiri, aspek mengenali emosi orang lain dan aspek membina hubungan.

3. Pengaruh Motivasi Berprestasi dan Kecerdasan Emosional terhadap Kecemasan Akademik

Berdasarkan temuan analisis kategorisasi pada setiap variabel, motivasi berprestasi pada peserta didik MAN 1 Jepara termasuk dalam kategori sedang yaitu sebanyak 154 (68,8%), kecerdasan emosional termasuk dalam kategori sedang yaitu sebanyak 160 (71,4%) dan kecemasan akademik termasuk dalam kategori sedang yaitu sebanyak 155 (69,2%). Hal tersebut menunjukkan bahwa motivasi berprestasi dan kecerdasan emosional peserta didik termasuk dalam kategori yang baik dan perlu untuk terus ditingkatkan. Sedangkan untuk kecemasan akademik termasuk dalam kategori yang kurang

baik dan diharuskan untuk diturunkan. Oleh karena itu, peserta didik penting untuk meningkatkan motivasi berprestasi dan kecerdasan emosional agar kecemasan akademik yang dialami semakin menurun.

Sejalan dengan temuan tersebut maka hasil uji hipotesis secara bersamaan pada *ANOVA Table* menunjukkan nilai signifikansi sebesar 0,000 lebih kecil dari 0,05, menandakan bahwa terdapat pengaruh variabel independen terhadap variabel dependen. Mengacu pada hasil tersebut dapat diketahui bahwa hipotesis ketiga dapat diterima yang menyatakan bahwa motivasi berprestasi dan kecerdasan emosional bersama-sama memiliki pengaruh signifikan terhadap kecemasan akademik pada peserta didik MAN 1 Jepara.

Mengacu pada tabel *Model Summary* dapat diketahui bahwa nilai *Adjusted R Square* adalah sebesar 0,702 atau 70,2%. Dengan demikian, dapat disimpulkan bahwa variabel motivasi berprestasi dan kecerdasan emosional memiliki pengaruh sebesar 70,2% terhadap kecemasan akademik. Sementara itu, sebesar 29,8% dipengaruhi oleh faktor-faktor lain yang tidak diteliti dalam penelitian ini. Faktor-faktor lain yang mempengaruhi kecemasan akademi menurut Istiantoro (2018: 630-634) yaitu, gaya pengasuhan, kontrol diri, faktor sosial dan faktor kelembagaan.

Pada penelitian ini menunjukkan bahwa gambaran kecemasan akademik yang dialami peserta didik MAN 1 Jepara dalam rentang kategori sedang. Adanya kategori sedang pada kecemasan akademik peserta didik MAN 1 Jepara dapat terjadi karena MAN 1 Jepara merupakan sekolah yang menyatukan sistem sekolah umum dengan pesantren sehingga beban dan tekanan yang dialami peserta didik akan meningkat. Oleh karena itu, untuk mencegah kecemasan akademik semakin meningkat perlu adanya peran atau faktor-faktor yang dapat mengatasi kecemasan akademik yang dialami oleh peserta didik MAN 1 Jepara.

Peserta didik MAN 1 Jepara termasuk dalam kategori remaja yang mengalami perubahan signifikan dalam aspek emosional. Sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Saputro (2018: 26-30) yang menyatakan

bahwa remaja memiliki tugas perkembangan yang harus terpenuhi dengan baik salah satunya dalam aspek emosional. Apabila remaja tersebut mampu memenuhi tugas perkembangan dalam aspek emosional dengan baik maka akan mampu menghadapi perasaan gelisah, kesepian dan kecemasan. Oleh karena itu, peserta didik harus meningkatkan kecerdasan emosional agar kecemasan akademik yang dialami semakin menurun. Dalam hal ini menurut Madoni dan Mardiyah (2021: 9), kecemasan akademik yang dialami peserta didik pada dasarnya dapat direduksi dengan pengelolaan emosi yang baik. Peserta didik dengan kecerdasan emosional yang lebih optimal akan mampu mengelola emosi saat dihadapkan dengan berbagai masalah yang berpotensi memunculkan perasaan tertekan ataupun kecemasan. Dengan begitu, peserta didik mampu menghadapi perasaan cemas dalam menyelesaikan berbagai tugas akademiknya dan mampu membangun perasaan yang lebih positif. Semakin tinggi tingkat kecerdasan emosional peserta didik maka dapat mereduksi kecemasan akademiknya. Menurut Agus dan Wilani (2018: 159), individu dengan kecerdasan emosional yang baik akan mampu menghadapi berbagai tekanan termasuk kecemasan akademik, dikarenakan individu tersebut memiliki kendali yang baik terhadap situasi yang sedang dihadapinya.

Sedangkan menurut Marvianto et al., (2020: 79) menyatakan bahwa peserta didik dengan kecerdasan emosional yang kuat dalam komponen motivasi cenderung memiliki sifat yang gemar menghadapi tantangan dan bijaksana dalam menimbang risiko. Oleh karena itu, dapat disimpulkan bahwa saat individu memiliki motivasi internal yang tinggi, maka individu tersebut akan lebih mampu untuk mengatasi kecemasan akademik yang dialaminya. Selain itu, sejalan dengan pendapat tersebut, McClelland (1987: 128) menyatakan bahwa individu dengan motivasi berprestasi yang tinggi akan mampu menghadapi berbagai masalah dan tekanan dalam mencapai berbagai tujuan terutama tujuan akademiknya serta individu tersebut mampu memberikan hasil yang maksimal sesuai potensi yang dimiliki. Menurut Wijaya et al., (2021: 6), individu dengan motivasi berprestasi yang tinggi

cenderung pantang menyerah dan percaya dengan kemampuan yang dimilikinya serta mampu menghadapi berbagai tekanan dan permasalahan dalam menyelesaikan tugas dan tanggung jawabnya di lingkungan akademik. Dapat disimpulkan bahwa semakin tinggi motivasi berprestasi peserta didik maka akan lebih mampu menghadapi berbagai perasaan menekan seperti kecemasan akademik dengan lebih baik.

Dalam pandangan Islam, menurut Shihab (2017: 511-514) menjelaskan bahwa manusia tidak diperbolehkan merasa takut kecuali hanya kepada Allah SWT, serta manusia diharuskan untuk senantiasa bertakwa dan menjauhi larangan-Nya. Dengan mendekatkan diri kepada Allah SWT maka akan terhindar dari rasa cemas, gundah dan takut akan masalah-masalah yang sedang dihadapinya. Begitu pula masalah yang terkait dengan kecemasan akademik, peserta didik harus senantiasa percaya bahwa Allah SWT akan membimbing dan memberikan kemudahan kepada dirinya. Kecemasan, ketakutan dan kekhawatiran akan menjauhi setiap peserta didik yang senantiasa bertakwa dan menjauhi setiap larangan dari Allah SWT.

Dalam penelitian Bandura (1986: 191-215), mengemukakan teori mengenai *triadic reciprocal causation* yang menjelaskan bahwa fungsi psikologis individu merupakan hasil dari 3 variabel penting yaitu perilaku (*behavior*), lingkungan eksternal (*external environment*) dan diri individu (*person*). Mengacu pada teori tersebut, kecemasan akademik dapat terjadi dikarenakan adanya 3 variabel penting yang saling berhubungan timbal balik, seperti variabel perilaku meliputi peserta didik takut akan kegagalan dan seringkali menunda-nunda tugas, variabel kognitif meliputi peserta didik yang seringkali kesulitan dalam berkonsentrasi dan menurunnya kemampuan memahami maupun mengingat, serta variabel lingkungan eksternal meliputi hubungan peserta didik dengan guru atau teman sebaya yang kurang mendukung. Ketiga variabel tersebut memiliki hubungan timbal balik yang dapat membentuk kecemasan akademik pada diri peserta didik.

Penelitian yang dilakukan telah mencapai tujuannya dan membuktikan bahwa motivasi berprestasi dan kecerdasan emosional secara bersama-sama memiliki pengaruh yang signifikan terhadap kecemasan akademik pada peserta didik MAN 1 Jepara. Penelitian ini memiliki beberapa kelebihan, diantaranya yaitu variabel yang digunakan dalam penelitian ini belum pernah diujikan secara simultan dan memiliki kebaruan (*novelty*) dengan melakukan penelitian di MAN 1 Jepara yang merupakan penggabungan antara kurikulum sekolah umum dengan pesantren, selain itu MAN 1 Jepara merupakan satu-satunya madrasah berbasis riset di Jepara. Penelitian yang dilakukan juga memiliki keterbatasan yang dapat dijadikan bahan pertimbangan untuk penelitian selanjutnya yaitu pengambilan data dalam penelitian ini dilakukan secara online dan tidak dapat melakukan observasi secara langsung mengenai objektivitas pengisian kuesionernya.

BAB V

PENUTUP

A. Kesimpulan

Penelitian yang dilakukan berisi mengenai pengaruh motivasi berprestasi dan kecerdasan emosional terhadap kecemasan akademik pada peserta didik MAN 1 Jepara. Merujuk pada hasil uji hipotesis penelitian, maka dapat disimpulkan bahwa :

1. Hipotesis pertama diterima, terdapat pengaruh motivasi berprestasi terhadap kecemasan akademik pada peserta didik MAN 1 Jepara.
2. Hipotesis kedua diterima, terdapat pengaruh kecerdasan emosional terhadap kecemasan akademik pada peserta didik MAN 1 Jepara.
3. Hipotesis ketiga diterima bahwa secara bersama-sama motivasi berprestasi dan kecerdasan emosional memiliki pengaruh yang signifikan terhadap kecemasan akademik pada peserta didik MAN 1 Jepara.

B. Saran

Peneliti memberikan saran kepada beberapa pihak yang terkait dengan penelitian ini yaitu:

1. Bagi Peserta Didik

Bagi peserta didik MAN 1 Jepara, dalam menghadapi berbagai kegiatan atau tugas akademik penting untuk meningkatkan motivasi berprestasi dan kecerdasan emosional dalam dirinya agar nantinya dapat mengurangi dan menghadapi kecemasan akademik dengan baik. Hal tersebut sesuai dengan hasil penelitian ini yang menyatakan bahwa motivasi berprestasi dan kecerdasan emosional memiliki pengaruh yang negatif terhadap kecemasan akademik.

2. Bagi Sekolah

Bagi sekolah, sebagai upaya mengurangi kecemasan akademik yang dialami peserta didik maka penting untuk menerapkan kegiatan pembelajaran mengenai peningkatan motivasi berprestasi dan kecerdasan

emosional dalam diri peserta didik agar nantinya kecenderungan mengalami kecemasan akademik semakin menurun.

3. Bagi Orang Tua

Bagi orang tua peserta didik, penting untuk memberikan dukungan dan arahan kepada anaknya saat sedang di rumah sebagai upaya untuk meningkatkan motivasi berprestasi dan kecerdasan emosional agar kecemasan akademik yang dialami semakin menurun.

4. Bagi Peneliti Selanjutnya

Bagi penelitian selanjutnya dapat menggunakan ruang lingkup dan karakteristik yang berbeda, tidak hanya terbatas pada peserta didik tetapi memungkinkan untuk meneliti kecemasan akademik pada ruang lingkup universitas dengan karakteristik tertentu seperti mahasiswa akhir atau mahasiswa program pendidikan tertentu. Kemudian diharapkan penelitian selanjutnya dapat menambahkan variabel lain yang memiliki hubungan dengan motivasi berprestasi, kecerdasan emosional dan kecemasan akademik. Selain itu, penelitian selanjutnya juga dapat meneliti secara mendalam mengenai dampak yang timbul akibat kecemasan akademik.

DAFTAR PUSTAKA

- Agus, H. P., & Wilani, N. M. A. (2018). Peran kecerdasan emosional terhadap kecemasan menghadapi ujian pada mahasiswa tahun pertama program studi pendidikan dokter di fakultas kedokteran. *Jurnal Psikologi Udayana*, 156–163.
- Akbar, M. D., & Masykur, A. M. (2020). Hubungan antara kecerdasan emosional dengan kecemasan menghadapi ujian nasional pada siswa kelas xii sman 2 Mataram. *Jurnal Empati*, 7(3), 992–997.
- Alvin Nur Muhammad Azyz, M. Qomarul Huda, & Luthfi Atmasari. (2022). School well-being dan kecemasan akademik pada mahasiswa. *Happiness, Journal of Psychology and Islamic Science*, 3(1), 18–35. <https://doi.org/10.30762/happiness.v3i1.350>
- Amseke, F. V. (2018). Pengaruh dukungan sosial orang tua terhadap motivasi berprestasi. *Ciencias: Jurnal Penelitian Dan Pengembangan Pendidikan*, 1(1), 65–81.
- Anggoro, K. W. T. (2018). Hubungan antara dukungan sosial teman sebaya dengan kecemasan akademik pada mahasiswa program studi akuntansi universitas islam indonesia menghadapi ujian komprehensif. *Skripsi*. <https://dspace.uui.ac.id/handle/123456789/12698>
- Arsanti, M. A. (2021). Efektivitas terapi seft (spiritual emotional freedom technique) menurunkan tingkat kecemasan siswi asrama sma stella duce Yogyakarta kelas x hendak menghadapi ujian akhir semester ganjil. *Skripsi*, 1–85. https://repository.usd.ac.id/25510/2/084114001_Full%5B1%5D.pdf
- Asghari, A., Kadir, R. A., Elias, H., & Baba, M. (2012). Test anxiety and its related concepts: A brief review. *GESJ: Education Science and Psychology*, 3(22), 3–8.
- Ash-Shabuni, S. M. A. (2011). *Shafwatut tafasir: Tafsir-tafsir pilihan [jilid 5]* (Cet. 1, p. 860). Pustaka Al-Kautsar.
- Asnawi, S. (2002). *Teori motivasi dalam pendekatan psikologi industri dan organisasi*. Studia Press.
- Atkinson, J. (1982). *Motivation and achievement*. V.H. Winston and Sons.
- Azwar, S. (2014). *Metode penelitian*. Pustaka Pelajar.
- Azwar, S. (2015). *Sikap manusia: Teori & pengukurannya*. Pustaka Pelajar.
- Azwar, S. (2018). *Metode Penelitian Psikologi* (Edisi II). Pustaka Pelajar.
- Bakar, A. S. A. (2022). Aspek-aspek kecerdasan spritual dan emosional dalam al-quran (telaah surah luqman ayat 12-19). *JURNAL INSPIRATIF PENDIDIKAN*, 11(1), 244–262. <https://garuda.kemdikbud.go.id/documents/detail/3117776>
- Bandura, A. (1986). Social foundations of thought and action. *Englewood Cliffs, NJ*, 1986(23–28), 2.
- Bandura, A., Freeman, W. H., & Lightsey, R. (1999). *Self-efficacy: The exercise of control*. Springer.
- Banga, C. L. (2014). Academic anxiety among high school students in relation to gender and type of family. *Shodh Sanchayan*, 5(1), 1–7.
- Bastaman, H. D. (2005). *Integrasi psikologi dengan islam : Menuju psikologi islami*

- (F. Nashori (ed.); Cet, 4, p. 229). Yayasan Insan Kamil.
- Bukhori, B., Said, H., Wijaya, T., & Nor, F. M. (2019). The effect of smartphone addiction, achievement motivation, and textbook reading intensity on students' academic achievement. *International Journal of Interactive Mobile Technologies*, 13(9), 66–80. <https://doi.org/10.3991/ijim.v13i09.9566>
- Cahyaningtyas, R. (2020). Hubungan antara persepsi tentang harapan akademik orang tua dan self efficacy dengan kecemasan akademik pada siswa sma. *Skripsi*.
- Dacey, J., & Kenny, M. (1997). *Adolescent development*. Brown & Benchmark Publishers.
- El-Fiky, I. (10 C.E.). 10 keys to ultimate success. In *Tugu Publisher*.
- Emiliza, T. (2019). *Konsep psikososial menurut teori Erik H. Erikson terhadap pendidikan anak usia dini dalam tinjauan pendidikan islam konsep psikososial menurut teori Erik H. Erikson terhadap pendidikan anak usia dini dalam tinjauan pendidikan islam*. Iain Bengkulu.
- Erikson, E. (1995). *Dialogue with erik erikson*. Jason Aronson, Incorporated.
- Fakhria, M., & Setiowati, E. A. (2017). Motivasi berprestasi siswa ditinjau dari fasilitasi sosial dan ketakutan akan kegagalan. *Psikohumaniora: Jurnal Penelitian Psikologi*, 2(1), 29. <https://doi.org/10.21580/pjpp.v2i1.1279>
- Fikry, T. R. (2017). Kecerdasan emosional dan kecemasan mahasiswa bimbingan skripsi di universitas syiah kuala. *Jurnal Konseling Andi Matappa*, 1(2), 108–115.
- Firmansyah, H. (2011). Hubungan motivasi berprestasi siswa dengan hasil belajar pendidikan jasmani. *Jurnal Pendidikan Jasmani Indonesia*, 6(1), 30–33. <https://doi.org/http://dx.doi.org/10.21831/jpji.v6i1.430>
- Firmantyo, T., & Alsa, A. (2016). Integritas akademik dan kecemasan akademik dalam menghadapi ujian nasional pada siswa. *Psikohumaniora: Jurnal Penelitian Psikologi*, 1(1), 1–11. <https://doi.org/https://doi.org/10.21580/pjpp.v1i1.959>
- Flett, J. A. M., Conner, T. S., Riordan, B. C., Patterson, T., & Hayne, H. (2020). App-based mindfulness meditation for psychological distress and adjustment to college in incoming university students: A pragmatic, randomised, waitlist-controlled trial. *Psychology & Health*, 35(9), 1049–1074. <https://doi.org/https://doi.org/10.1080/08870446.2019.1711089>
- Goleman, D. (2007). *Emotional intelligence : Kecerdasan emosional mengapa ei lebih penting daripada iq* (Cet. ke-8). Gramedia Pustaka Utama. <http://kin.perpusnas.go.id/DisplayData.aspx?pId=18887&pRegionCode=JIU NMAL&pClientId=111>
- Harmaini, F. A.-F. (2015). Hubungan antara motivasi berprestasi dengan flow akademik pada anggota menwa satuan 042/ib uin suska Riau. *Skripsi*.
- Hasanah, U., Ludiana, L., Immawati, I., & Livana, P. H. (2020). Psychological description of students in the learning process during pandemic covid-19. *Jurnal Keperawatan Jiwa*, 8(3), 299–306. <https://doi.org/http://dx.doi.org/10.26714/jkj.8.3.2020.299-306>
- Hidayah, N., & Atmoko, A. (2014). *Landasan sosial budaya dan psikologis pendidikan*. Gunung Samudera.

- Hurlock, E. B. (2008). *Psikologi perkembangan: Suatu pendekatan sepanjang rentang kehidupan*. Erlangga.
- Imanuel, S. A., Metah, M., & Yohanes, B. M. (2019). Kecerdasan emosional peserta didik sekolah dasar. *Profesi Pendidikan Dasar*, 6(1), 41–50. <https://doi.org/http://dx.doi.org/10.23917/ppd.v1i1.7946>
- 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), 626–636. <https://journal.student.uny.ac.id/index.php/fipbk/article/view/12600/12146>
- Jan, S. U., Anwar, M. A., & Warraich, N. F. (2020). The relationship between emotional intelligence, library anxiety, and academic achievement among the university students. *Journal of Librarianship and Information Science*, 52(1), 237–248. <https://doi.org/https://doi.org/10.1177/0961000618790629>
- Kementrian Agama. (2023). *Alqur'an kemenag*. Unit Percetakan Al Quran.
- Kitchens, R., & Abell, S. (2020). Ego identity versus role confusion. *Encyclopedia of Personality and Individual Differences*, 1254–1257.
- Lathifa, A. R., & Pratisti, W. D. (2021). Hubungan antara motivasi berprestasi dan penyesuaian diri dengan kecemasan akademik siswa selama pembelajaran daring. *Skripsi*. <http://eprints.ums.ac.id/id/eprint/94794>
- Lenggono, B. (2020). Jurnal psikologi terapan dan pendidikan. *Psikologi Terapan Dan Pendidikan*, 2(1), 31–40. <http://journal.uad.ac.id/index.php/Psikologi/index>
- Madoni, E. R., & Mardiyah, A. (2021). Determinasi religiusitas, kecerdasan emosional, dan dukungan sosial terhadap kecemasan akademik siswa. *Jurnal Consulenza: Jurnal Bimbingan Konseling Dan Psikologi*, 4(1), 1–10. <https://doi.org/https://doi.org/10.36835/jcbkp.v4i1.964>
- Marvianto, R. D., Ratnawati, A., & Madani, N. (2020). Motivasi berprestasi sebagai moderator pada peranan kecerdasan emosi terhadap prestasi akademik mahasiswa. *Jurnal Psikologi*, 16(1), 74. <https://doi.org/10.24014/jp.v16i1.9538>
- McClelland, D. C. (1987). *Human motivation*. Press Syndicate of the University of Cambridge The Pitt Building.
- 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>
- Muhammad, M. (2017). Pengaruh motivasi dalam pembelajaran. *Lantanida Journal*, 4(2), 87. <https://doi.org/10.22373/lj.v4i2.1881>
- Muhson, A. (2012). *Pelatihan analisis statistik dengan spss*. Fakultas Ekonomi UNY.
- Muslich, M. (2022). *Pendidikan karakter: Menjawab tantangan krisis multidimensional*. Bumi Aksara.
- Muslimahayati, M., & Rahmy, H. A. (2021). Depresi dan kecemasan remaja ditinjau dari perspektif kesehatan dan Islam. *DEMOS: Journal of Demography, Ethnography and Social Transformation*, 1(1), 35–44. <https://doi.org/10.30631/demos.v1i1.1017>

- Mustaqim, M. A. (2015). Perbedaan tingkat kecemasan antara siswa kelas xii akselerasi dengan kelas xii regular man malang 1 Tlogomas dalam menghadapi ujian nasional. *Skripsi*.
- Novitria, F., & Khoirunnisa, R. N. (2020). Perbedaan kecemasan akademik pada mahasiswa baru jurusan psikologi ditinjau dari jenis kelamin. *Jurnal Penelitian Psikologi*, 9(1), 11–20. <https://ejournal.unesa.ac.id/index.php/character/article/view/44550>
- Nurrisqi, A. (2021). Karakteristik pendidikan agama islam di madrasah perspektif kebijakan pendidikan. *Bintang: Jurnal Pendidikandan Sains*, 3(1), 124–141. <https://ejournal.stitpn.ac.id/index.php/bintang>
- O'Connor, F. (2007). *Frequently asked questions about academic anxiety*. The Rosen Publishing Group, Inc.
- Ormrod, J. E. (2008). *Education of psychology sixth edition*. Pearsons.
- Ottens, A. J. (1991). *Coping with academic anxiety*. The Rosen Publishing Group.
- Pekrun, R. (2006). The control-value theory of achievement emotions: assumptions, corollaries, and implications for educational research and practice. *Educational Psychology Review*, 18(4), 315–341. <https://doi.org/https://doi.org/10.1007/s10648-006-9029-9>
- Permata, K. A., & Widiasavitri, P. N. (2019). Hubungan antara kecemasan akademik dan sleep paralysis pada mahasiswa fakultas kedokteran universitas udayana tahun pertama. *Jurnal Psikologi Udayana*, 6(01), 1. <https://doi.org/10.24843/jpu.2019.v06.i01.p01>
- Pratiwi, A. P. (2009). Hubungan antara kecemasan akademis dengan self-regulated learning pada siswa rintisan sekolah bertaraf internasional di sma negeri 3 Surakarta. *Skripsi*, 1–246. <http://eprints.undip.ac.id/10519/>
- Prawitasari, J. E. (2012). *Psikologi terapan melintas batas disiplin ilmu*. Erlangga.
- Prawoto, Nano., & Basuki, A. T. (2015). *Analisis regresi dalam pelatihan ekonomi dan bisnis*. Raja grafindo Persada.
- Priyatno, D. (2016). *Belajar alat analisis data dan cara pengolahannya dengan SPSS*. Yogyakarta: Gava Media.
- Purwanto, E. (2014). Model motivasi trisula: sintesis baru teori motivasi berprestasi. *Jurnal Psikologi*, 41(2), 218–228. <https://doi.org/https://doi.org/10.22146/jpsi.6951>
- Rahadiano, A. I. (2013). Hubungan antara self-efficacy dan motivasi berprestasi dengan kecemasan akademik pada siswa program sekolah rsbi di Surabaya. *Skripsi*. <http://repository.unair.ac.id/id/eprint/105470>
- Rahman, K., & Rahmandani, A. (2019). Hubungan antara kecanduan game online dengan kecemasan akademik pada mahasiswa pemain game online di game center kecamatan Banyumanik, kota Semarang. *Empati*, 8(2), 153–157. <https://ejournal3.undip.ac.id/index.php/empati/article/view/26506>
- Rana, R., & Mahmood, N. (2010). The relationship between test anxiety and academic achievement. *Bulletin of Education and Research*, 32(2), 63–74. <https://ssrn.com/abstract=2362291>
- Rehman, A. U. (2016). Academic anxiety among higher education students of India, causes and preventive measures: an exploratory study. *International Journal of Modern Social Sciences*, 5(2), 102–116.

- Ridwan, A. M. (2022). Hubungan self-efficacy dan kecemasan akademik terhadap motivasi berprestasi saat perkuliahan online: studi pada mahasiswa psikologi angkatan 2020 universitas islam negeri maulana malik ibrahim Malang. *Skripsi*. <http://etheses.uin-malang.ac.id/41468/>
- Safitri, E. (2011). *Gambaran kecemasan akademik siswa di sman unggul Aceh Timur*. USU Intitutional Respository.
- Sahir, S. H. (2021). *Metodologi penelitian*. KBM Indonesia.
- Salovey, P., & Mayer, J. D. (1990). Emotional intelligence. *Imagination, Cognition and Personality*, 9(3), 185–211. <https://doi.org/https://doi.org/10.2190/DUGG-P24E-52WK-6CDG>
- Santrock, J. W. (2003). *Adolescence: perkembangan remaja*. Erlangga.
- Saputro, K. Z. (2018). Memahami ciri dan tugas perkembangan masa remaja. *Aplikasia: Jurnal Aplikasi Ilmu-Ilmu Agama*, 17(1), 25–32. <https://doi.org/https://doi.org/10.14421/aplikasia.v17i1.1362>
- Selviana, S., & Dwi, K. (2022). Pengaruh efikasi diri dan motivasi berprestasi terhadap kecemasan menghadapi pertandingan sepak bola pada pemain bola ssb bintang ragunan. *IKRA-ITH HUMANIORA: Jurnal Sosial Dan Humaniora*, 6(2), 1–7. <https://garuda.kemdikbud.go.id/documents/detail/2948940>
- Seran, M., & Herwiyanti, E. (2019). Tinjauan teoretis auditor internal: etika profesi, kecerdasan intelektual, dan kecerdasan emosional. *Jurnal Akuntansi*, 13(1), 54–71. <https://garuda.kemdikbud.go.id/documents/detail/1243531>
- Setiawati, F. (2021). Peranan pendidikan islam dalam menumbuhkan kecerdasan emosional. *NIZĀMULILMI: Jurnal Manajemen Pendidikan Islam*, 6(1), 21–30. <https://doi.org/https://doi.org/10.1042/nizamulilmi.v6i1.88>
- Shihab, M. Q. (2017a). *Tafsir al-mishbah (pesan, kesan, dan keserasian al-qur'an)*, (jilid 10). PT. Lentera Hati.
- Shihab, M. Q. (2017b). *Tafsir al-mishbah (pesan, kesan, dan keserasian al-qur'an)*, (jilid 3). PT. Lentera Hati.
- Stein, S. J., Book, H. E., Januarsari, T. R., Mustanto, Y., & Mansoor, S. (2000). *Ledakan eq: 15 prinsip dasar kecerdasan emosional meraih sukses*. Penerbit Kaifa.
- Sugiyono. (2010). *Metodologi penelitian pendidikan (pendidikan kualitatif, kuantitatif, dan R&D)*. Bandung: Alfabeta.
- Sugiyono. (2018). *Metode penelitian kuantitatif*. Alfabeta.
- Sugiyono. (2019). Metode penelitian kuantitatif. In *Alfabeta*.
- Sugiyono, D. (2013). *Metode penelitian pendidikan pendekatan kuantitatif, kualitatif dan R&D*.
- Suhendro, G. A., & Agustina, A. (2022). Pengaruh kecerdasan emosional terhadap kecemasan akademik: Studi pada mahasiswa universitas x di Jakarta. *Provitae: Jurnal Psikologi Pendidikan*, 15(2), 70–92.
- Sumarno. (2005). *Belajar efektif kewarganegaraan sma/ma*. Tim MGMP Kewarganegaraan SMA Kota Semarang.
- Susanto, A. (2018). *Bimbingan dan konseling di sekolah: konsep, teori, dan aplikasinya*. Prenadamedia Group.
- Sutja, A., & Yaksa, R. A. (2021). Pengaruh relaxation music therapy (rmt) pada

- kecemasan akademik. *Psychocentrum Review*, 3(1), 52–62.
<https://doi.org/10.26539/pcr.31572>
- Syarifah, L. (2017). Motivasi berprestasi dalam novel negeri 5 menara. *Wahana Islamika: Jurnal Studi Keislaman*, 3(1), 60–74.
- Tawa, E. M. S., Jagom, Y. O., & Kaluge, A. H. (2024). Pengaruh persepsi siswa tentang karakteristik guru matematika terhadap prestasi belajar matematika. *Prima Magistra: Jurnal Ilmiah Kependidikan*, 5(2), 165–173.
<https://doi.org/https://doi.org/10.37478/jpm.v5i2.3795>
- Tiaranita, Y., Saraswati, S. D., & Nashori, F. (2018). Religiositas, kecerdasan emosi, dan tawadhu pada mahasiswa pascasarjana. *Psikohumaniora: Jurnal Penelitian Psikologi*, 2(2), 182. <https://doi.org/10.21580/pjpp.v2i2.1175>
- Ukhtia, F., Reza, I. F., & Zaharuddin. (2016). Hubungan antara religiusitas dengan kecemasan akademik pada siswa madrasah aliyah negeri. *Psikis: Jurnal Psikologi Islami*, 2(2).
<https://doi.org/https://doi.org/10.19109/psikis.v2i2.1186>
- Valiante, G., & Pajares, F. (1999). The inviting/disinviting index: Instrument validation and relation to motivation and achievement. *Journal of Invitational Theory and Practice*, 6(1), 28–47.
<https://doi.org/http://dx.doi.org/10.26522/jitp.v6i1.3852>
- Variansyah, V., & Listiara, A. (2017). Hubungan orientasi tujuan performa dengan kecemasan akademik pada siswa kelas x di sma negeri “a” Semarang. *Empati*, 6(1), 419–424.
<https://ejournal3.undip.ac.id/index.php/empati/article/view/15178>
- Wibowo, B. S. (2002). Sharpehing our concept and tools. In *PT Syamil Cipta Media*.
- Widyartini, N. W. E., & Diniari, N. K. S. (2016). Tingkat ansietas siswa yang akan menghadapi ujian nasional tahun 2016 di sma negeri 3 Denpasar. *E-Jurnal Medika Udayana*, 5(6), 2–7.
<https://garuda.kemdikbud.go.id/documents/detail/1357624>
- Wijaya, B., Bukhori, B., Wihartati, W., & Hartanto, H. (2021). The effect of academic self efficacy on achievement motivation-mediated resilience. *Proceedings of the First International Conference on Islamic History and Civilization, ICON-ISHIC 2020, 14 October, Semarang, Indonesia*.
- Wijaya, P. N., Pamungkas, N. A. M., & Pramesta, D. K. (2020). Hubungan kecerdasan emosional dan stres akademik pada mahasiswa yang mengikuti organisasi dan school from home. *Prosiding Seminar Nasional LP3M*, 2.
- Yanti, S., Erlamsyah, E., Zikra, Z., & Ardi, Z. (2013). Hubungan antara kecemasan dalam belajar dengan motivasi belajar siswa. *Konselor*, 2(1).
<https://doi.org/https://doi.org/10.24036/02013211242-0-00>
- Zahidah, I., & Naqiyah, N. (2020). Hubungan antara efikasi diri dan motivasi berprestasi dengan kecemasan akademik peserta didik kelas viii smp negeri 20 Surabaya. *Jurnal Bimbingan Dan Konseling*, 11(01), 19–24.
<https://ejournal.unesa.ac.id/index.php/jurnal-bk-unesa/article/view/31633>

LAMPIRAN

Lampiran 1 *Blueprint* Skala Penelitian sebelum TryOut

1. *Blueprint* Skala Kecemasan Akademik

Definisi Operasional Kecemasan Akademik					
Kecemasan akademik merupakan perasaan khawatir, tegang, takut dan tidak tenang dalam melaksanakan atau menyelesaikan tugas akademik yang mengakibatkan tidak yakin terhadap kemampuan diri individu sehingga kesulitan dalam berkonsentrasi, terganggunya pola pemikiran, terganggunya respon fisik dan perilaku individu.					
No.	Aspek	Indikator	Item <i>Favorable</i>	Item <i>Unfavorable</i>	
1.	<i>Class-Related Anxiety</i> yaitu perasaan khawatir dalam diri peserta didik yang muncul berkaitan dengan pelajaran di kelas, seperti terlalu memikirkan mengenai mata pelajaran tertentu yang akan diikuti oleh peserta didik tersebut, merasa khawatir dalam memahami mata pelajaran di kelas, merasa khawatir dan membandingkan kemampuan memahami peserta didik tersebut dengan peserta didik lainnya.	<ul style="list-style-type: none"> Individu khawatir terhadap mata pelajaran tertentu saat pembelajaran 	1) Saya tegang saat menyampaikan presentasi didalam kelas (1)	1) Saya rileks saat menyampaikan presentasi didalam kelas (7)	
			2) Saat sesi tanya jawab berlangsung, saya takut jika ditunjuk untuk menjawab (13)	2) Saya berani ditunjuk untuk menjawab saat sesi tanya jawab berlangsung (19)	
			3) Saat ada sesi tanya jawab secara mendadak, jantung saya berdetak dengan cepat (25)	3) Saya tenang saat dilakukan sesi tanya jawab secara mendadak (31)	
			<ul style="list-style-type: none"> Individu khawatir terhadap kemampuan diri sendiri saat pembelajaran 	1) Saya takut saat kesulitan memahami materi yang disampaikan guru (2)	1) Walaupun sulit memahami materi, saya akan berusaha semaksimal mungkin dalam memahaminya (8)
				2) Saya menyalahkan diri sendiri saat tidak mampu	2) Ketika tugas tidak selesai dikerjakan, saya akan memperbaiki

			menyelesaikan tugas (14)	untuk tugas berikutnya (20)
			3) Saya ragu-ragu dalam menjawab pertanyaan dari guru (26)	3) Saya yakin saat menjawab pertanyaan dari guru (32)
2.	<i>Learning-Related Anxiety</i> yaitu perasaan cemas yang dialami ketika sedang belajar yang berdampak pada fisiologis peserta didik tersebut, seperti pusing atau sakit kepala, sakit perut, mual dan detak jantung meningkat	• Individu pusing dan sakit kepala saat sedang belajar	1) Banyaknya materi yang diberikan membuat saya pening (3)	1) Menurut saya, menerima banyak materi adalah hal yang lumrah (9)
			2) Terlalu lama belajar membuat kepala saya nyeri (15)	2) Belajar dengan waktu yang lama adalah hal yang normal (21)
			3) Terlalu memaksakan diri untuk terus belajar membuat kepala berat (27)	3) Meskipun memaksakan diri untuk terus belajar, saya merasa biasa saja (33)
		• Detak jantung meningkat saat sedang belajar	1) Jantung saya berdetak cepat saat kesulitan mengingat materi (4)	1) Saat kesulitan mengingat materi, saya mampu berpikir dengan tenang (10)
			2) Sulitnya materi yang dipelajari membuat saya gelisah (16)	2) Meskipun materi yang dipelajari sulit saya akan dengan tenang mengerjakannya (22)
			3) Banyaknya beban materi yang harus dipelajari membuat detak	3) Banyaknya materi yang diberikan tidak membuat saya terbebani (34)

			jantung saya meningkat (28)	
3.	<i>Test Anxiety</i> yaitu kecemasan yang dirasakan peserta didik menjelang ujian atau ulangan, seperti gugup ketika menjelang ujian, mual dikarenakan khawatir, gelisah ketika menjelang ujian dilaksanakan dan khawatir mengenai tingkat kesulitan soal dalam ujian atau ulangan yang akan dilaksanakan.	• Individu gugup saat menjelang ujian	1) Detak jantung saya meningkat saat menjelang ujian (5)	1) Saya merasa biasa saja saat menjelang ujian (11)
			2) Saya sulit tidur saat menjelang ujian tiba (17)	2) H-1 ujian saya dapat istirahat dan tidur dengan nyenyak (23)
			3) Saya panik saat hendak mengerjakan soal ujian (29)	3) Sebelum mengerjakan soal, saya mampu menenangkan diri sendiri (35)
		• Individu gelisah terhadap tingkat kesulitan soal saat ujian	1) Saya khawatir jika nilai yang saya peroleh tidak memenuhi KKM (Kriteria Ketuntasan Minimal) (6)	1) Saya optimis mampu memperoleh nilai diatas KKM (Kriteria Ketuntasan Minimal) (12)
			2) Soal ujian yang susah membuat saya sulit berkonsentrasi (18)	2) Saya mampu berpikir dengan tenang meskipun soal yang diberikan sangat susah (24)
			3) Saya berkeringat karena kesulitan mengerjakan soal ujian (30)	3) Sesulit apapun soal yang diberikan, saya mampu mengerjakan dengan baik tanpa ada hambatan (36)
Jumlah : 36			18	18

2. *Blueprint* Skala Motivasi Berprestasi

Definisi Operasional Motivasi Berprestasi				
Motivasi berprestasi merupakan dorongan, usaha dan keyakinan individu untuk mengembangkan kemampuan diri dengan beberapa ukuran keunggulan (<i>standard of excellence</i>) dalam meraih prestasi dan mengatasi segala hambatan dalam mencapai tujuan atau kesuksesan.				
No.	Aspek	Indikator	Item Favorable	Item Unfavorable
1.	Tanggung Jawab, individu yang memiliki motivasi berprestasi tinggi selalu memiliki tanggung jawab yang baik akan tugas-tugas yang dikerjakan dikarenakan hanya dengan kondisi yang demikian individu bisa merasakan kepuasan dari mengerjakan sesuatu yang lebih baik	<ul style="list-style-type: none"> • Individu mengerjakan semua tugas dengan baik 	1) Saya menyelesaikan seluruh tugas dengan tepat waktu (1)	1) Terkadang saya telat mengumpulkan tugas (13)
			2) Saya mengerjakan seluruh tugas secara mandiri (25)	2) Saya cenderung mengerjakan tugas dengan bantuan orang lain (37)
		<ul style="list-style-type: none"> • Individu memiliki rasa kepuasan dalam mengerjakan sesuatu 	1) Dorongan untuk berprestasi membuat saya selalu menyelesaikan tugas secepat mungkin (2)	1) Saat diberikan tugas, saya merasa malas untuk mengerjakan (14)
			2) Saya merasa senang dipuji orang lain saat memperoleh nilai yang bagus (26)	2) Saya tidak mementingkan nilai, yang terpenting mengumpulkan tugas (38)
2.	Memiliki Keberanian dalam Mengambil Risiko Individu yang memiliki motivasi berprestasi tinggi	<ul style="list-style-type: none"> • Individu berani mengambil suatu risiko 	1) Saya lebih suka mengerjakan tugas yang sulit karena dapat meningkatkan kemampuan saya (3)	1) Saya lebih suka memilih tugas yang mudah (15)

	cenderung lebih berani dalam mengambil suatu risiko atas tugas-tugas yang dihadapinya, serta cenderung tidak menyesali atas keputusan-keputusan yang diambilnya		2) Saya berani menanggung risiko saat mencoba sesuatu yang baru (27)	2) Saya tidak suka berinisiatif karena takut menghadapi risikonya (39)
		• Individu tidak menyesali keputusan yang telah diambilnya	1) Saat saya mengalami kegagalan, saya mudah untuk bangkit (4)	1) Saya mudah menyerah saat mengalami kegagalan (16)
			2) Apapun hasil yang saya dapatkan, saya tidak menyesalinya (28)	2) Saya merasa sedih saat mendapatkan hasil yang buruk (40)
3.	Memiliki Tujuan yang Realistis, Individu selalu mempertimbangkan setiap keputusannya dengan baik sesuai dengan kemampuan dirinya, serta individu tersebut akan berusaha dengan maksimal dalam mencapai suatu tujuan	• Individu memiliki pertimbangan yang baik	1) Saya mempertimbangkan setiap risiko sebelum mengambil keputusan (5)	1) Saya cenderung mengambil keputusan secara spontan (17)
			2) Saya memiliki tujuan studi yang terstruktur dengan jelas (29)	2) Saya bingung dengan tujuan studi saya kedepannya (41)
		• Individu berusaha dengan maksimal dalam mencapai suatu tujuan	1) Saya pantang menyerah sebelum mencapai tujuan (6)	1) Saya merasa mudah lelah saat mengerjakan sesuatu (18)
			2) Saya menyelesaikan tugas sebaik mungkin dengan kemampuan saya sendiri (30)	2) Saya merasa malas saat mengerjakan tugas yang sulit (42)
4.	Memiliki Perencanaan yang		1) Saya membuat jadwal guna	1) Saya mengerjakan

	Matang , Individu yang memiliki motivasi berprestasi yang tinggi akan selalu melakukan perencanaan dengan baik dan memiliki semangat pantang menyerah guna mencapai suatu tujuan maupun menyelesaikan tugasnya	<ul style="list-style-type: none"> Individu memiliki perencanaan yang baik 	mempermudah dalam mengerjakan tugas (7)	tugas saat <i>mood</i> saya sedang bagus (19)
			2) Saya disiplin dalam mengerjakan tugas (31)	2) Saya menunda tugas yang dirasa mudah (43)
		<ul style="list-style-type: none"> Individu memiliki strategi belajar yang efektif 	1) Saat ada waktu senggang, saya mengulas kembali materi yang diberikan guru (8)	1) Saya hanya belajar saat menjelang ujian saja (20)
			2) Saat belajar saya memilih untuk memahami materi daripada sekedar membaca (32)	2) Saya pusing saat belajar memahami suatu materi (44)
5. Memperhatikan Umpan Balik , Individu yang memiliki kebutuhan berprestasi yang tinggi cenderung menyukai bekerja dengan memperhatikan <i>feedback</i> yang membangun bagi dirinya	<ul style="list-style-type: none"> Individu menghargai kritik dan saran dari orang lain 	1) Saya menjadi lebih bersemangat saat mendapat dukungan dari orang lain (9)	1) Meskipun mendapat dukungan dari orang lain, saya tetap merasa malas (21)	
		2) Kritik dan saran yang membangun membuat saya berkembang lebih baik lagi (33)	2) Saya kesal saat mendapat kritik dan saran meskipun hal tersebut bersifat membangun (45)	
	<ul style="list-style-type: none"> Individu menerima evaluasi dari orang lain 	1) Adanya evaluasi dari orang lain, membuat saya meningkatkan kesadaran diri (10)	1) Evaluasi yang diberikan oleh orang lain membuat saya lebih terpuruk (22)	

			2) Apapun evaluasi yang saya dapatkan, saya akan menerimanya dengan senang hati (34)	2) Saya tidak peduli terhadap evaluasi yang diberikan (46)
6.	Memiliki Perhitungan Waktu yang Baik, Individu dengan motivasi berprestasi yang tinggi mampu menyelesaikan setiap tugasnya dengan memperhatikan tingkat efisiensi waktu dan tidak memiliki sikap menunda-nunda pekerjaan, serta akan menetapkan waktu dan memanfaatkan kesempatan sebaik mungkin guna merealisasikan rencana yang telah ditetapkannya	• Individu menerapkan efisiensi waktu dalam menyelesaikan tugas	1) Saat menerima tugas dari guru, saya langsung mulai mengerjakannya (11)	1) Saya mengerjakan tugas saat mendekati pengumpulan (23)
			2) Meskipun sedang sibuk, saya mampu membagi waktu untuk menyelesaikan tugas-tugas (35)	2) Saat sedang sibuk, saya kesulitan menyelesaikan tugas dari guru (47)
		• Individu mampu menyusun prioritas	1) Saya mengutamakan hal yang penting (12)	1) Saya adalah orang yang mengesampingkan hal-hal yang penting (24)
			2) Saya menerapkan rencana belajar agar lebih efisien (36)	2) Saya belajar sesuka hati saya (48)
Jumlah : 48			24	24

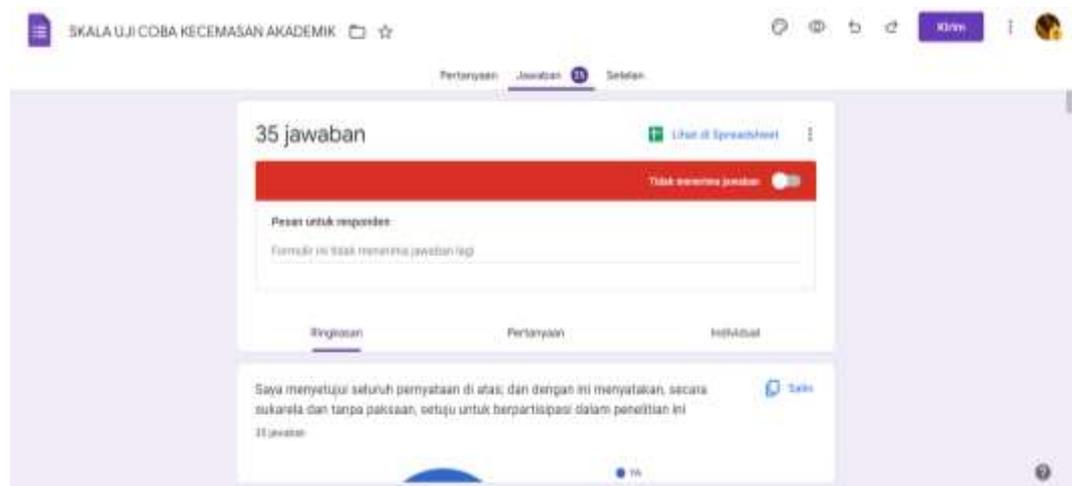
3. *Blueprint* Skala Kecerdasan Emosional

Definisi Operasional Kecerdasan Emosional				
Kecerdasan emosional adalah kemampuan individu dalam mengendalikan serta mengatur keselarasan emosi di berbagai situasi yang sedang dihadapi yang pengungkapannya melalui keterampilan kesadaran diri, pengendalian diri, motivasi diri, empati dan keterampilan sosial yang kaitannya untuk mencapai tujuan positif atau untuk memberikan efek positif bagi diri sendiri ataupun orang lain.				
No.	Aspek	Indikator	Item Favorable	Item Unfavorable
1.	Mengenali Emosi Diri adalah kemampuan untuk mengetahui perasaan diri sendiri dalam situasi tertentu. Kesadaran terhadap emosi diri penting untuk diterapkan guna membangun kewaspadaan akan kondisi hati dan kondisi pikiran sehingga individu tidak mudah dikuasai oleh emosi yang berlebihan.	<ul style="list-style-type: none"> Individu mampu memahami perasaan diri sendiri di berbagai situasi 	1) Saya tahu jika saya sedang senang atau sedih (1)	1) Saya sulit membedakan perasaan senang dan sedih (11)
			2) Saya tahu penyebab kecemasan saya (21)	2) Saya sulit mengetahui penyebab kecemasan saya (31)
		<ul style="list-style-type: none"> Individu mampu melepaskan emosi negatif atau positif yang dirasakan 	1) Saya senang saat memperoleh hasil yang memuaskan (2)	1) Saat memperoleh hasil yang memuaskan saya merasa biasa saja (12)
			2) Saya bangkit dari kesedihan dengan melakukan aktivitas yang saya sukai (22)	2) Saat sedih saya mudah merasa terpuruk (32)
2.	Mengelola Emosi yaitu kemampuan dalam menangani dan mengendalikan perasaan yang nantinya dilakukan identifikasi yang sesuai guna menjaga emosi yang merisaukan	<ul style="list-style-type: none"> Individu mampu mengendalikan perasaan diri sendiri 	1) Saat marah saya menenangkan diri terlebih dahulu (3)	1) Saat marah saya mengeluarkan kata-kata yang kurang pantas (13)
			2) Saya tetap tenang saat mengerjakan soal ujian yang sulit (23)	2) Saat mengerjakan soal ujian yang sulit saya panik (33)

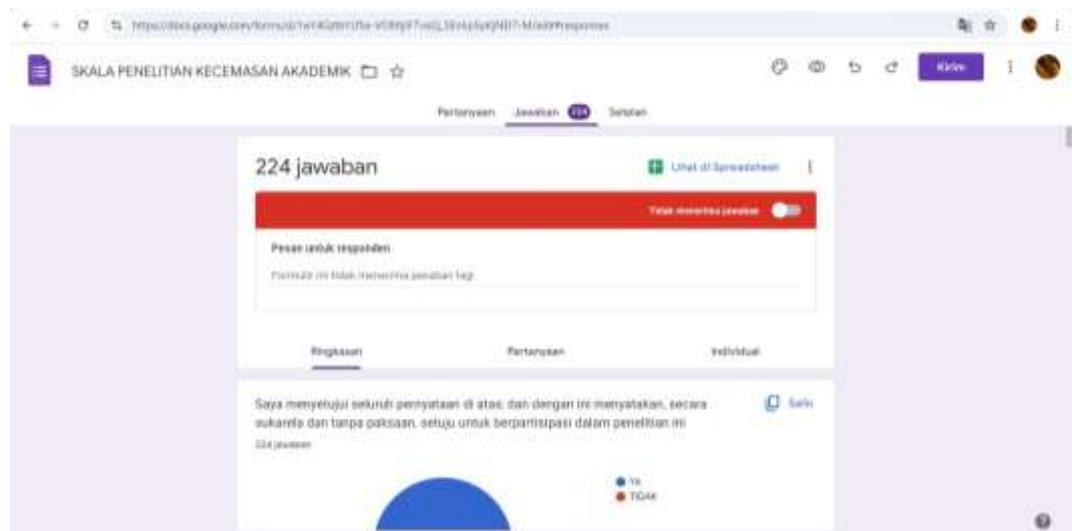
	sehingga tercapai keseimbangan dalam diri individu. Mengelola emosi mencakup kemampuan dalam menghadapi perasaan yang menekan, kecemasan, ketersinggungan dan efek negatif dari hal tersebut.	<ul style="list-style-type: none"> • Individu mampu menghadapi berbagai perasaan menekan 	<p>1) Saat takut, saya mengelola perasaan tersebut (4)</p> <p>2) Ketika ada teman yang toxic saya menghindari (24)</p>	<p>1) Karena rasa takut yang tinggi saya memendamnya(14)</p> <p>2) Walaupun teman saya toxic, saya tetap berteman dengannya (34)</p>
3.	Memotivasi Diri Sendiri adalah kemampuan mengendalikan dorongan hati, menahan diri dari berbagai kepuasan dan senantiasa menerapkan perasaan motivasi yang positif seperti keyakinan diri, gairah, optimisme dan antusiasme	<ul style="list-style-type: none"> • Memberikan dukungan pada diri sendiri saat tertekan • Individu memiliki keyakinan diri yang kuat 	<p>1) Saat menghadapi masalah saya yakin dapat menyelesaikannya (5)</p> <p>2) Saat tertekan saya tetap menyemangati diri sendiri (25)</p> <p>1) Saya yakin dapat mengerjakan tugas dengan baik (6)</p> <p>2) Saya berani menghadapi tantangan baru (26)</p>	<p>1) Saat menghadapi masalah saya mudah putus asa (15)</p> <p>2) Saat tertekan saya mudah murung (35)</p> <p>1) Saya ragu-ragu saat mengerjakan tugas (16)</p> <p>2) Saya takut saat mencoba tantangan baru (36)</p>
4.	Mengenali Emosi Orang lain disebut juga sebagai empati, karena kemampuan tersebut menekankan individu untuk mengenali dan	<ul style="list-style-type: none"> • Individu memiliki rasa empati terhadap orang lain 	<p>1) Saya menghibur teman saat sedang sedih (7)</p> <p>2) Saat teman marah, saya berusaha menenangkannya (27)</p>	<p>1) Saat teman sedih, saya mengabikanya (17)</p> <p>2) Saya menghiruakan teman saya yang sedang marah(37)</p>

	peduli terhadap kondisi orang lain. Mengenali emosi orang lain mencakup kemampuan kepekaan terhadap perasaan orang lain, menjadi pendengar yang baik, menerima setiap perspektif yang ada dan memahami situasi di sekitarnya dengan baik	<ul style="list-style-type: none"> • Individu memiliki kepekaan terhadap perasaan orang lain 	1) Saya bertindak responsif saat teman kesusahan (8) 2) Saya tahu perasaan orang lain dengan melihat ekspresinya (28)	1) Saat teman kesusahan saya tidak peduli (18) 2) Saya adalah orang yang tidak sensitif terhadap perasaan orang lain (38)
5.	Membina Hubungan adalah kemampuan yang berkaitan dengan orang lain seperti keterampilan mengenai kepemimpinan, keberhasilan dalam mencapai tujuan bersama dan keterampilan dalam melakukan komunikasi yang baik antar sesama. Individu dengan kemampuan tersebut mampu memahami keinginan orang lain dengan baik dan mampu mencapai tujuan-tujuan yang ditetapkan	<ul style="list-style-type: none"> • Individu mampu menjalin komunikasi dengan orang lain • Individu saling mendukung satu sama lain 	1) Saya senang berdiskusi dengan orang lain (9) 2) Saya menghargai pendapat orang lain (29) 1) Saya senang bekerja sama dengan orang lain (10) 2) Saya mengapresiasi pencapaian teman saya (30)	1) Ketika berdiskusi dengan orang lain, saya malas (19) 2) Saat orang lain berpendapat saya mengejek pendapatnya (39) 1) Bekerja sama dengan orang lain membuat saya kesusahan (20) 2) Saya mencela teman saya ketika mendapat pencapaian (40)
Jumlah : 40			20	20

Lampiran 2 Bukti *TryOut* Skala Penelitian di *Google Form*



Lampiran 3 Bukti Pengisian Skala Penelitian di *Google Form*



Lampiran 4 Aitem Skala Penelitian Setelah *TryOut*

SKALA PENELITIAN KECEMASAN AKADEMIK

Responden terhormat,

Fernandika saya Muhammad Akmal Hafid, mahasiswa program S1 Psikologi, Universitas Islam Negeri Widyadarmas Semarang. Saat ini, saya sedang melaksanakan penelitian tugas akhir dibawah bimbingan Ibu Dewi Khurrih Aini, M.A., dan Ibu Khairani Zikriawati M.A. Saya bermaksud mengundang Anda untuk berpartisipasi dalam penelitian yang saya lakukan dengan meluangkan waktu 10-15 menit untuk mengisi kuesioner apabila Anda memenuhi kriteria yaitu siswa atau siswa aktif MAN 1 Jepara terpilih.

Sebelum memutuskan untuk berpartisipasi, Anda perlu terlebih dahulu mengisi *informed consent* penelitian di bawah ini. Mohon untuk bertanya kepada peneliti melalui nomor/email (081714222450/akmalhaf1954@gmail.com) bila ada penjelasan yang kurang dimengerti, kurang jelas atau bila Anda memerlukan informasi tambahan. Anda diperbolehkan untuk mengpertimbangkan secara matang sebelum memutuskan untuk berpartisipasi dalam penelitian ini. Perlu diketahui bahwa **partisipasi dalam penelitian ini bersifat sukarela dan tanpa paksaan**. Seluruh data yang diisikan dijamin kerahasiaannya dan hanya akan digunakan untuk keperluan penelitian.

Atas waktu dan kerعاannya, saya ucapkan terima kasih.

SKALA PENELITIAN KECEMASAN AKADEMIK

BAGIAN A : Identitas Responden

Deskripsi (opsional)

Nama Lengkap *

Tulis jawaban singkat

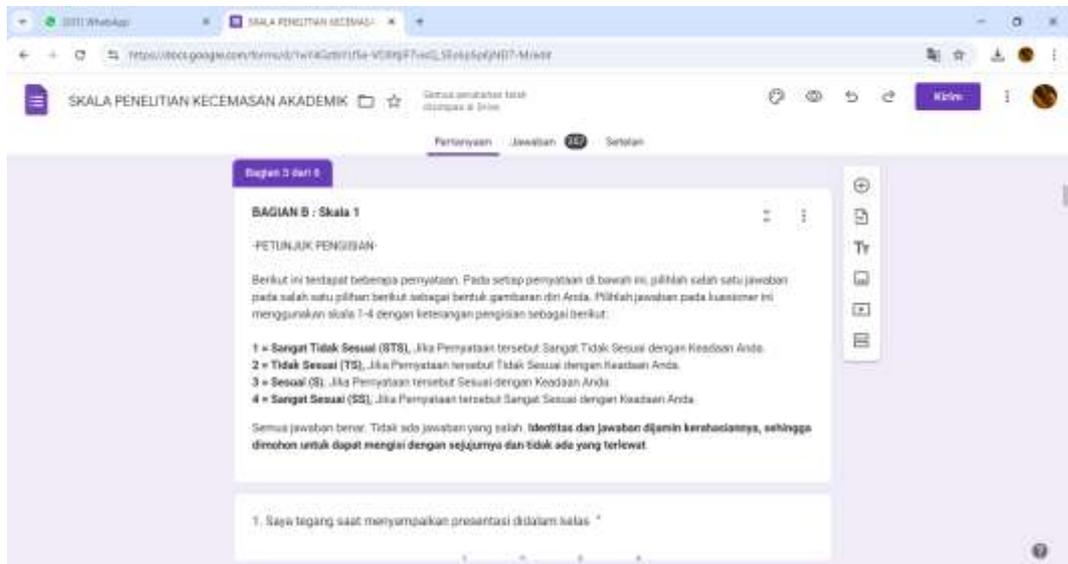
Usia (Tuliskan Angka) *

Tulis jawaban singkat

Kelas (contoh: X ES IBS SAINS) *

Tulis jawaban singkat

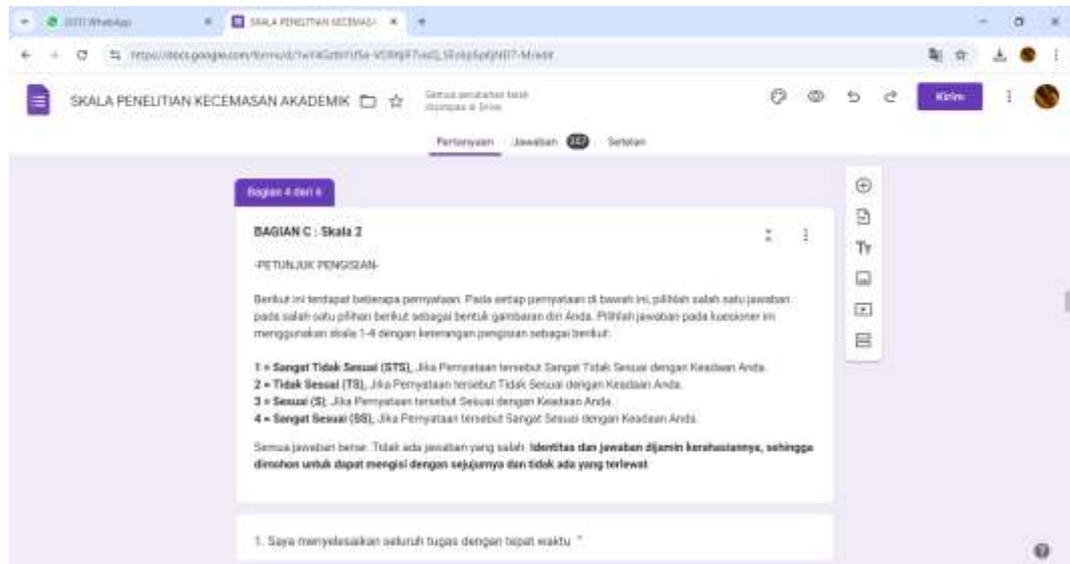
Bagian 1 Skala Kecemasan Akademik



No	Aitem	STS	TS	S	SS
1	Saya tegang saat menyampaikan presentasi didalam kelas				
2	Saya takut saat kesulitan memahami materi yang disampaikan guru				
3	Banyaknya materi yang diberikan membuat saya pening				
4	Detak jantung saya meningkat saat menjelang ujian				
5	Saya khawatir jika nilai yang saya peroleh tidak memenuhi KKM (Kriteria Ketuntasan Minimal)				
6	Saya rileks saat menyampaikan presentasi didalam kelas				
7	Menurut saya, menerima banyak materi adalah hal yang lumrah				
8	Saya merasa biasa saja saat menjelang ujian				
9	Saya optimis mampu memperoleh nilai diatas KKM (Kriteria Ketuntasan Minimal)				
10	Saat sesi tanya jawab berlangsung, saya takut jika ditunjuk untuk menjawab				
11	Saya menyalahkan diri sendiri saat tidak mampu menyelesaikan tugas				
12	Terlalu lama belajar membuat kepala saya nyeri				
13	Sulitnya materi yang dipelajari membuat saya gelisah				
14	Saya sulit tidur saat menjelang ujian tiba				
15	Soal ujian yang susah membuat saya sulit berkonsentrasi				

16	Saya berani ditunjuk untuk menjawab saat sesi tanya jawab berlangsung				
17	Ketika tugas tidak selesai dikerjakan, saya akan memperbaiki untuk tugas berikutnya				
18	Belajar dengan waktu yang lama adalah hal yang normal				
19	Meskipun materi yang dipelajari sulit saya akan dengan tenang mengerjakannya				
20	H-1 ujian saya dapat istirahat dan tidur dengan nyenyak				
21	Saya mampu berpikir dengan tenang meskipun soal yang diberikan sangat susah				
22	Saat ada sesi tanya jawab secara mendadak, jantung saya berdetak dengan cepat				
23	Saya ragu-ragu dalam menjawab pertanyaan dari guru				
24	Banyaknya beban materi yang harus dipelajari membuat detak jantung saya meningkat				
25	Saya panik saat hendak mengerjakan soal ujian				
26	Saya berkeringat karena kesulitan mengerjakan soal ujian				
27	Saya tenang saat dilakukan sesi tanya jawab secara mendadak				
28	Saya yakin saat menjawab pertanyaan dari guru				
29	Meskipun memaksakan diri untuk terus belajar, saya merasa biasa saja				
30	Banyaknya materi yang diberikan tidak membuat saya terbebani				
31	Sebelum mengerjakan soal, saya mampu menenangkan diri sendiri				
32	Sesulit apapun soal yang diberikan, saya mampu mengerjakan dengan baik tanpa ada hambatan				

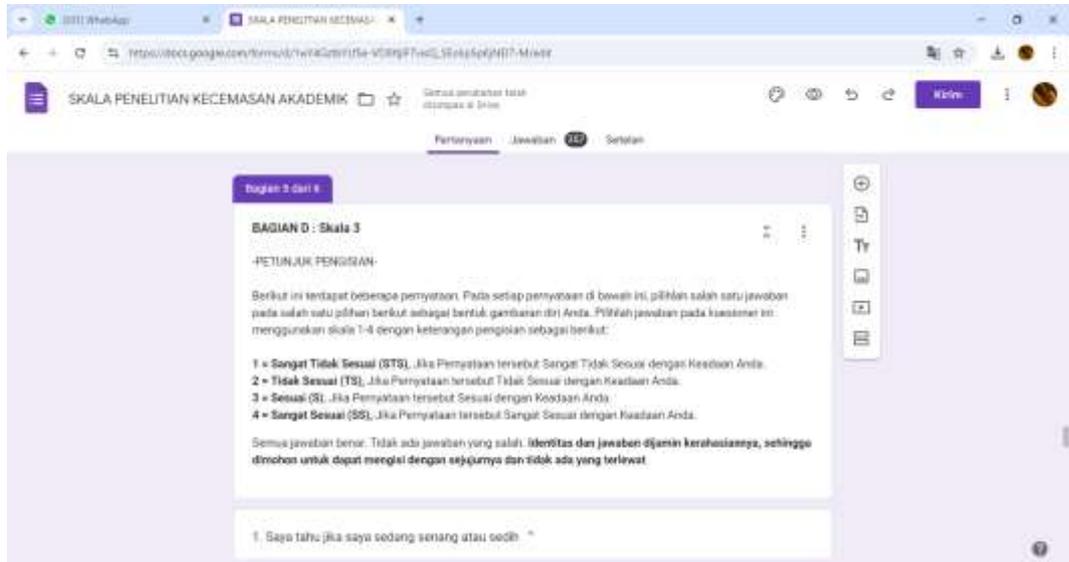
Bagian 2 Skala Motivasi Berprestasi



No	Aitem	STS	TS	S	SS
1	Saya menyelesaikan seluruh tugas dengan tepat waktu				
2	Saya lebih suka mengerjakan tugas yang sulit karena dapat meningkatkan kemampuan saya				
3	Saat saya mengalami kegagalan, saya mudah untuk bangkit				
4	Saya membuat jadwal guna mempermudah dalam mengerjakan tugas				
5	Saat ada waktu senggang, saya mengulas kembali materi yang diberikan guru				
6	Saya menjadi lebih bersemangat saat mendapat dukungan dari orang lain				
7	Saat menerima tugas dari guru, saya langsung mulai mengerjakannya				
8	Saya mengutamakan hal yang penting				
9	Terkadang saya telat mengumpulkan tugas				
10	Saat diberikan tugas, saya merasa malas untuk mengerjakan				
11	Saya lebih suka memilih tugas yang mudah				
12	Saya mudah menyerah saat mengalami kegagalan				
13	Saya cenderung mengambil keputusan secara spontan				
14	Saya merasa mudah lelah saat mengerjakan sesuatu				
15	Saya mengerjakan tugas saat <i>mood</i> saya sedang bagus				
16	Saya hanya belajar saat menjelang ujian saja				

17	Meskipun mendapat dukungan dari orang lain, saya tetap merasa malas				
18	Evaluasi yang diberikan oleh orang lain membuat saya lebih terpuruk				
19	Saya mengerjakan tugas saat mendekati pengumpulan				
20	Saya adalah orang yang mengesampingkan hal-hal yang penting				
21	Saya merasa senang dipuji orang lain saat memperoleh nilai yang bagus				
22	Saya berani menanggung risiko saat mencoba sesuatu yang baru				
23	Saya memiliki tujuan studi yang terstruktur dengan jelas				
24	Saya menyelesaikan tugas sebaik mungkin dengan kemampuan saya sendiri				
25	Saya disiplin dalam mengerjakan tugas				
26	Saat belajar saya memilih untuk memahami materi daripada sekedar membaca				
27	Kritik dan saran yang membangun membuat saya berkembang lebih baik lagi				
28	Apapun evaluasi yang saya dapatkan, saya akan menerimanya dengan senang hati				
29	Meskipun sedang sibuk, saya mampu membagi waktu untuk menyelesaikan tugas-tugas				
30	Saya menerapkan rencana belajar agar lebih efisien				
31	Saya cenderung mengerjakan tugas dengan bantuan orang lain				
32	Saya tidak mementingkan nilai, yang terpenting mengumpulkan tugas				
33	Saya tidak suka berinisiatif karena takut menghadapi risikonya				
34	Saya merasa sedih saat mendapatkan hasil yang buruk				
35	Saya bingung dengan tujuan studi saya kedepannya				
36	Saya merasa malas saat mengerjakan tugas yang sulit				
37	Saya menunda tugas yang dirasa mudah				
38	Saya pusing saat belajar memahami suatu materi				
39	Saya kesal saat mendapat kritik dan saran meskipun hal tersebut bersifat membangun				
40	Saya tidak peduli terhadap evaluasi yang diberikan				
41	Saat sedang sibuk, saya kesulitan menyelesaikan tugas dari guru				
42	Saya belajar sesuka hati saya				

Bagian 3 Skala Kecerdasan Emosional



No	Aitem	STS	TS	S	SS
1	Saya tahu jika saya sedang senang atau sedih				
2	Saya senang saat memperoleh hasil yang memuaskan				
3	Saat menghadapi masalah saya yakin dapat menyelesaikannya				
4	Saya yakin dapat mengerjakan tugas dengan baik				
5	Saya menghibur teman saat sedang sedih				
6	Saya bertindak responsif saat teman kesusahan				
7	Saya senang berdiskusi dengan orang lain				
8	Saya senang bekerja sama dengan orang lain				
9	Saya sulit membedakan perasaan senang dan sedih				
10	Saat memperoleh hasil yang memuaskan saya merasa biasa saja				
11	Saat marah saya mengeluarkan kata-kata yang kurang pantas				
12	Karena rasa takut yang tinggi saya memendamnya				
13	Saat menghadapi masalah saya mudah putus asa				
14	Saya ragu-ragu saat mengerjakan tugas				
15	Saat teman sedih, saya mengabaikannya				
16	Saat teman kesusahan saya tidak peduli				
17	Ketika berdiskusi dengan orang lain, saya malas				
18	Bekerja sama dengan orang lain membuat saya kesusahan				
19	Saya bangkit dari kesedihan dengan melakukan aktivitas yang saya sukai				

20	Saya tetap tenang saat mengerjakan soal ujian yang sulit				
21	Ketika ada teman yang toxic saya menghindar				
22	Melihat lawan bicara menggunakan ponselnya, sayapun ikut menggunakan ponsel saya				
23	Hal yang wajar bagi saya menggunakan ponsel saat berkomunikasi secara langsung				
24	Saya akan tetap menghidupkan ponsel meskipun sedang berbicara dengan lawan bicara				
25	Saat sedang berkomunikasi secara langsung, saya akan mengabaikan lawan bicara				
26	Saya mengapresiasi pencapaian teman saya				
27	Saat sedih saya mudah merasa terpuruk				
28	Saat mengerjakan soal ujian yang sulit saya panik				
29	Walapun teman saya toxic, saya tetap berteman dengannya				
30	Saat tertekan saya mudah murung				
31	Saya takut saat mencoba tantangan baru				
32	Saya menghiraukan teman saya yang sedang marah				
33	Saya adalah orang yang tidak sensitif terhadap perasaan orang lain				
34	Saat orang lain berpendapat saya mengejek pendapatnya				
35	Saya mencela teman saya ketika mendapat pencapaian				

Lampiran 5 Hasil Uji Validitas

1. Kecemasan Akademik

	Item-Total Statistics			Cronbach's Alpha if Item Deleted
	Scale Mean if Item Deleted	Scale Variance if Item Deleted	Corrected Item- Total Correlation	
y1	92,4286	188,899	,428	,904
y2	92,3143	193,222	,371	,905
y3	92,2571	192,255	,391	,905
y4	92,2286	195,946	,246	,907
y5	92,0571	189,761	,495	,903
y6	91,7429	193,197	,418	,904
y7	92,6000	192,012	,426	,904
y8	93,4000	197,600	,228	,906
y9	92,8571	190,832	,426	,904
y10	92,6286	198,005	,181	,907
y11	92,2857	193,975	,307	,906
y12	93,2000	188,929	,637	,901
y13	92,1143	185,457	,655	,901
y14	92,2000	191,929	,403	,904
y15	92,2286	189,887	,427	,904
y16	92,1143	193,104	,405	,904
y17	92,3714	186,946	,510	,903
y18	92,2000	187,635	,665	,901
y19	92,6571	190,408	,415	,904
y20	93,3429	195,350	,385	,905
y21	93,0000	192,588	,326	,906
y22	92,8857	187,987	,644	,901
y23	92,4857	186,610	,542	,902
y24	92,8000	191,224	,468	,904
y25	92,1429	186,950	,630	,901
y26	92,1429	190,479	,447	,904
y27	92,0286	198,558	,154	,907
y28	92,5429	188,020	,464	,904
y29	92,5714	187,958	,499	,903
y30	92,5143	188,787	,454	,904
y31	92,5143	190,316	,410	,904

y32	92,6286	191,770	,491	,903
y33	92,7143	192,681	,393	,905
y34	92,6571	192,938	,380	,905
y35	93,2286	190,946	,549	,903
y36	92,9143	191,787	,569	,903

2. Motivasi Berprestasi

Item-Total Statistics				
	Scale Mean if Item Deleted	Scale Variance if Item Deleted	Corrected Item- Total Correlation	Cronbach's Alpha if Item Deleted
m1	133,2857	385,387	,396	,934
m2	133,3143	391,222	,231	,935
m3	134,0000	380,471	,423	,934
m4	133,5429	384,373	,455	,934
m5	132,9429	392,761	,199	,935
m6	133,0000	391,412	,221	,935
m7	132,9714	388,029	,352	,935
m8	133,7143	385,092	,393	,934
m9	132,9143	389,492	,347	,935
m10	133,1429	390,538	,278	,935
m11	133,5429	386,255	,386	,934
m12	132,9714	386,793	,373	,934
m13	133,8857	381,516	,345	,935
m14	133,8000	373,047	,642	,932
m15	134,6000	384,365	,393	,934
m16	133,2571	373,785	,657	,932
m17	133,7143	374,798	,544	,933
m18	134,0571	376,114	,613	,933
m19	134,5429	379,138	,486	,934
m20	134,0286	371,852	,640	,932
m21	133,4000	381,776	,428	,934
m22	133,2571	373,785	,633	,932
m23	134,0571	377,938	,557	,933
m24	133,1143	379,045	,558	,933
m25	133,4286	389,429	,202	,936

m26	133,0000	387,706	,440	,934
m27	133,1429	386,420	,455	,934
m28	133,3714	389,652	,226	,935
m29	133,3143	381,339	,521	,933
m30	133,2571	387,255	,367	,934
m31	133,3429	386,350	,360	,934
m32	133,1714	382,558	,587	,933
m33	133,0286	386,087	,475	,934
m34	133,0857	387,963	,407	,934
m35	133,2286	384,593	,429	,934
m36	133,2000	382,988	,506	,934
m37	133,8571	383,891	,403	,934
m38	133,7429	373,961	,563	,933
m39	133,4857	377,316	,481	,934
m40	134,3429	384,173	,319	,935
m41	133,7714	369,711	,671	,932
m42	134,0857	372,610	,648	,932
m43	133,6857	376,928	,544	,933
m44	133,8571	374,244	,682	,932
m45	133,3143	368,751	,701	,932
m46	133,4571	375,197	,497	,934
m47	134,1429	377,714	,498	,934
m48	134,0857	371,610	,615	,932

3. Kecerdasan Emosional

Item-Total Statistics				
	Scale Mean if Item Deleted	Scale Variance if Item Deleted	Corrected Item- Total Correlation	Cronbach's Alpha if Item Deleted
k1	118,5714	301,958	,386	,928
k2	118,4857	302,845	,461	,927
k3	118,6571	304,938	,283	,928
k4	119,0571	307,820	,088	,930
k5	118,8000	290,518	,640	,925
k6	118,8286	293,264	,668	,925
k7	118,8857	296,634	,556	,926
k8	118,8286	301,970	,349	,928

k9	118,8857	296,045	,497	,927
k10	119,0286	295,264	,553	,926
k11	118,9429	296,232	,508	,926
k12	119,1143	295,810	,500	,926
k13	119,2857	291,916	,529	,926
k14	119,4286	291,311	,517	,926
k15	118,9429	290,879	,599	,925
k16	119,1429	289,950	,563	,926
k17	118,8857	285,869	,740	,924
k18	118,8286	290,617	,644	,925
k19	118,9143	286,198	,715	,924
k20	119,1143	286,751	,684	,924
k21	118,8571	306,891	,144	,930
k22	118,5714	301,193	,498	,927
k23	119,3714	299,005	,349	,928
k24	118,8571	299,008	,451	,927
k25	118,6286	298,652	,503	,927
k26	118,7429	301,491	,400	,927
k27	119,0857	295,139	,490	,927
k28	118,8000	305,047	,220	,929
k29	118,4571	303,197	,396	,928
k30	118,6286	298,711	,500	,927
k31	119,4000	306,600	,149	,930
k32	119,8571	292,714	,503	,926
k33	119,4000	299,541	,344	,928
k34	119,5143	297,787	,344	,928
k35	119,6571	296,644	,406	,928
k36	119,1143	289,869	,610	,925
k37	119,2571	284,314	,743	,924
k38	119,0000	289,118	,575	,926
k39	118,7143	295,445	,465	,927
k40	118,5714	298,134	,440	,927

Lampiran 6 Hasil Uji Reliabilitas

1. Kecemasan Akademik

Uji Reliabilitas

Sebelum		Sesudah	
Reliability Statistics		Reliability Statistics	
Cronbach's Alpha	N of Items	Cronbach's Alpha	N of Items
,906	36	,908	32

2. Motivasi Berprestasi

Uji Reliabilitas

Sebelum		Sesudah	
Reliability Statistics		Reliability Statistics	
Cronbach's Alpha	N of Items	Cronbach's Alpha	N of Items
,935	48	,937	42

3. Kecerdasan Emosional

Uji Reliabilitas

Sebelum		Sesudah	
Reliability Statistics		Reliability Statistics	
Cronbach's Alpha	N of Items	Cronbach's Alpha	N of Items
,928	40	,934	35

Lampiran 7 Hasil Uji Asumsi Klasik

1. Normalitas Motivasi Berprestasi, Kecerdasan Emosional dan Kecemasan Akademik

One-Sample Kolmogorov-Smirnov Test

		Unstandardized Residual
N		224
Normal Parameters ^{a,b}	Mean	,0000000
	Std. Deviation	3,43894708
Most Extreme Differences	Absolute	,054
	Positive	,046
	Negative	-,054
Test Statistic		,054
Asymp. Sig. (2-tailed)		,200 ^{c,d}

a. Test distribution is Normal.

b. Calculated from data.

c. Lilliefors Significance Correction.

d. This is a lower bound of the true significance.

2. Linearitas

a. Uji Linearitas Variabel Motivasi Berprestasi terhadap Kecemasan Akademik

ANOVA Table

			Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.
Kecemasan Akademik * Motivasi Berprestasi	Between Groups	(Combined) Linearity	6278,699	59	106,419	6,559	,000
		Deviation from Linearity	5508,660	1	5508,660	339,512	,000
			770,039	58	13,277	,818	,810
	Within Groups		2660,939	164	16,225		
	Total		8939,638	223			

b. Uji Linearitas Variabel Kecerdasan Emosional terhadap Kecemasan Akademik

ANOVA Table

			Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.
Kecemasan Akademik * Kecerdasan Emosional	Between Groups	(Combined)	5689,042	53	107,340	5,614	,000
		Linearity	4313,726	1	4313,726	225,600	,000
		Deviation from Linearity	1375,316	52	26,448	1,383	,064
	Within Groups		3250,597	170	19,121		
Total			8939,638	223			

3. Multikolinearitas

Coefficients^a

Model		Unstandardized Coefficients		Standardized Coefficients	t	Sig.	Collinearity Statistics	
		B	Std. Error	Beta			Tolerance	VIF
1	(Constant)	133,314	2,184		61,039	,000		
	Motivasi Berprestasi	-,271	,021	-,576	-12,909	,000	,670	1,492
	Kecerdasan Emosional	-,175	,021	-,364	-8,155	,000	,670	1,492

a. Dependent Variable: Kecemasan Akademik

Lampiran 8 Hasil Uji Regresi Berganda

1. Uji Hipotesis 1 Secara Parsial

		Coefficients ^a				
		Unstandardized Coefficients		Standardized Coefficients		
Model		B	Std. Error	Beta	t	Sig.
1	(Constant)	133,314	2,184		61,039	,000
	Motivasi Berprestasi	-,271	,021	-,576	-12,909	,000
	Kecerdasan Emosional	-,175	,021	-,364	-8,155	,000

a. Dependent Variable: Kecemasan Akademik

2. Uji Hipotesis 2 Secara Parsial

		Coefficients ^a				
		Unstandardized Coefficients		Standardized Coefficients		
Model		B	Std. Error	Beta	t	Sig.
1	(Constant)	133,314	2,184		61,039	,000
	Motivasi Berprestasi	-,271	,021	-,576	-12,909	,000
	Kecerdasan Emosional	-,175	,021	-,364	-8,155	,000

a. Dependent Variable: Kecemasan Akademik

3. Uji Hipotesis 3 Secara Simultan

		ANOVA ^a				
Model		Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.
1	Regression	6302,361	2	3151,180	264,064	,000 ^b
	Residual	2637,278	221	11,933		
	Total	8939,638	223			

a. Dependent Variable: Kecemasan Akademik

b. Predictors: (Constant), Kecerdasan Emosional, Motivasi Berprestasi

4. Koefisien Determinasi

Model Summary^b

Model	R	R Square	Adjusted R Square	Std. Error of the Estimate
1	,840 ^a	,705	,702	3,45447

a. Predictors: (Constant), Kecerdasan Emosional, Motivasi Berprestasi

b. Dependent Variable: Kecemasan Akademik

Lampiran 9 Hasil Skor Total Responden

Responden	Y	X1	X2	Responden	Y	X1	X2
1	87	109	84	113	77	106	104
2	83	126	103	114	71	149	120
3	83	109	80	115	88	107	105
4	89	102	97	116	72	131	129
5	65	137	140	117	85	118	93
6	83	124	92	118	80	125	129
7	88	114	103	119	86	129	121
8	81	111	113	120	87	103	93
9	81	142	105	121	86	108	102
10	96	91	95	122	87	100	88
11	84	115	108	123	87	110	92
12	87	120	106	124	97	107	92
13	71	147	136	125	86	109	96
14	87	123	95	126	87	107	104
15	90	112	105	127	93	103	86
16	91	105	93	128	85	112	101
17	77	114	126	129	86	104	101
18	97	91	82	130	86	100	99
19	90	93	105	131	88	106	109
20	79	128	86	132	87	118	112
21	84	128	105	133	86	112	102
22	93	97	99	134	84	115	105
23	86	118	106	135	71	137	120
24	79	128	108	136	85	112	94
25	84	120	86	137	83	118	118
26	82	118	93	138	77	122	124
27	84	119	96	139	100	86	62
28	87	112	103	140	84	115	108
29	90	100	80	141	91	103	103
30	85	124	110	142	83	120	121
31	73	128	116	143	85	104	119
32	77	131	114	144	81	109	93
33	86	112	108	145	87	115	96
34	78	121	111	146	91	118	91
35	82	122	113	147	94	84	96
36	80	119	109	148	90	114	110
37	84	110	91	149	85	106	107
38	79	120	109	150	79	121	102

39	95	80	100	151	86	109	104
40	81	125	121	152	79	124	109
41	88	118	99	153	84	113	102
42	81	130	109	154	74	134	116
43	86	112	86	155	85	122	102
44	96	82	70	156	90	114	84
45	90	102	95	157	87	102	90
46	92	97	102	158	87	111	96
47	83	123	103	159	81	107	111
48	85	111	81	160	79	115	107
49	82	116	119	161	87	107	117
50	82	130	102	162	79	133	113
51	93	107	86	163	81	108	105
52	78	131	80	164	93	108	104
53	79	125	116	165	88	104	118
54	68	152	131	166	86	115	93
55	78	133	107	167	79	126	116
56	88	118	117	168	88	128	96
57	93	104	76	169	75	132	120
58	88	96	115	170	79	124	106
59	83	113	117	171	79	132	114
60	84	122	100	172	79	106	117
61	88	96	96	173	89	107	91
62	93	109	89	174	83	111	115
63	87	117	95	175	93	101	104
64	75	133	113	176	85	109	101
65	76	130	112	177	87	107	83
66	72	151	116	178	92	96	98
67	79	127	111	179	75	140	124
68	88	115	92	180	82	107	97
69	77	132	119	181	90	109	97
70	79	129	123	182	85	114	100
71	84	119	106	183	74	128	116
72	85	122	107	184	85	111	100
73	90	115	97	185	86	107	102
74	88	106	95	186	74	135	128
75	72	141	126	187	68	156	135
76	80	107	96	188	76	127	126
77	79	132	111	189	85	114	102
78	74	144	116	190	85	110	106
79	91	105	84	191	86	102	95

80	76	116	136	192	81	116	115
81	83	111	105	193	65	133	140
82	85	110	108	194	80	102	98
83	74	125	114	195	83	112	95
84	82	118	100	196	84	122	103
85	81	126	115	197	86	95	111
86	83	123	108	198	86	119	94
87	79	123	125	199	81	122	115
88	87	115	104	200	89	107	94
89	84	118	108	201	98	90	81
90	87	119	103	202	86	101	131
91	77	131	115	203	78	134	115
92	100	107	113	204	85	112	96
93	84	112	89	205	87	120	108
94	87	102	105	206	83	102	100
95	79	130	113	207	81	128	106
96	91	108	102	208	81	112	110
97	89	111	90	209	91	94	107
98	78	137	116	210	68	128	140
99	79	113	114	211	85	116	99
100	78	117	109	212	77	118	108
101	81	102	97	213	87	90	118
102	67	131	125	214	88	105	96
103	78	131	120	215	86	97	95
104	76	130	127	216	85	115	96
105	80	123	115	217	72	140	120
106	80	118	101	218	86	103	101
107	77	136	111	219	85	113	106
108	80	109	105	220	83	118	107
109	95	76	83	221	90	102	111
110	75	119	125	222	85	99	89
111	80	131	103	223	84	125	114
112	81	117	111	224	82	121	102

Lampiran 10 Permohonan Izin Penelitian

 **KEMENTERIAN AGAMA REPUBLIK INDONESIA**
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI WALISONGO SEMARANG
FAKULTAS PSIKOLOGI DAN KESEHATAN
Jl. Prof. Dr. A. Hassan Kumpaka III Ngalyan 10174 Fax (024)76430119 Semarang 50105
Email: fak@uwalisongo.ac.id, Website: fak.uwalisongo.ac.id

Nomor : 4951/Un.10.7/D1/KM.00.01/08/2024 Semarang, 08 Agustus 2024
Lamp : -
Hal : Permohonan Izin Riset/Penelitian

Yth.
Kepala MAN 1 Jepara
Di Tempat

Assalamu 'alaikum Wa: Wb.
Dengan Hormat, Kami sampaikan bahwa dalam rangka penyusunan Skripsi untuk mencapai gelar Sarjana pada Fakultas Psikologi dan Kesehatan Universitas Islam Negeri Walisongo Semarang, dengan ini kami memohon kesediaan Bapak/Ibu untuk memberikan izin riset kepada :

Nama : Muhammad Akmal Rafi
NIM : 2007016098
Program Studi : Psikologi
Semester : IX
Judul Skripsi : Pengaruh Motivasi Berprestasi dan Kecerdasan Emosional terhadap Kecemasan Akademik pada Peserta Didik MAN 1 Jepara

Waktu Penelitian : 12 - 19 Agustus 2024
Lokasi Penelitian : MAN 1 Jepara

Demikian surat permohonan riset, dan dipergunakan sebagaimana mestinya.
Wassalamu 'alaikum Wa: Wb.

An. Dekan,
Wakil Dekan Bidang Akademik &
Kekembangan


Nuzulita Salim, Ph.D
NIP.197806112008012016

Tembusan :
Dekan Fakultas Psikologi dan Kesehatan UIN Walisongo Semarang

Lampiran 11 Dokumentasi Penelitian



Lampiran 12 Daftar Riwayat Hidup

DAFTAR RIWAYAT HIDUP

A. Identitas Diri

Nama : Muhammad Akmal Rafli
TTL : Jepara, 19 Juli 2002
Alamat : Bawu, RT 42/08, Batealit, Jepara
E-mail : Akmalraf1954@gmail.com

B. Riwayat Pendidikan

1. MIN 2 Jepara (2008-2014)
2. MTs N 1 Jepara (2014-2017)
3. MAN 2 Kudus (2017-2020)
4. UIN Walisongo Semarang (2020-2024)