

BAB 1

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Kecemasan menjadi masalah kesehatan mental yang paling tinggi dialami remaja Indonesia, lebih tinggi pada perempuan (28,2%) dibandingkan pada remaja laki-laki (25,4%). Kemudian prevalensi hiperaktivitas atau masalah terkait pemusatan perhatian dialami lebih tinggi pada remaja laki-laki sebesar 12,3% dibanding remaja perempuan sebesar 8,8%. Sementara itu, remaja perempuan memiliki prevalensi tingkat depresi lebih tinggi sekitar 6,7% dibandingkan dengan remaja laki-laki (4,0%). Lebih lanjut lagi, prevalensi masalah perilaku dialami lebih besar pada laki-laki (3,5%) dibanding perempuan (1,2%), lalu tingkat stres pasca-trauma prevalensinya lebih tinggi pada remaja perempuan sebesar 2,0% dibandingkan remaja laki-laki sebesar 1,7%.¹

Pendidikan adalah proses yang terus berlangsung dalam perkembangan individu agar mereka dapat

¹GoodStats, “15,5 Juta Remaja Indonesia Mengalami Masalah Kesehatan Mental”. Diakses 2025, <https://googstats.id>.

menyesuaikan diri secara lebih baik dengan lingkungan fisik, sosial, dan spiritual dimana proses tersebut dapat mempengaruhi perkembangan individu dalam masyarakat. Pendidikan memiliki peran yang sangat penting dalam membentuk kualitas sumber daya manusia. Keberhasilan siswa dalam belajar tidak hanya ditentukan oleh faktor akademik, tetapi juga oleh faktor psikologis, salah satunya adalah kecemasan. Kecemasan akademik merupakan salah satu tantangan yang sering dihadapi siswa dalam proses belajar, terutama ketika menghadapi ujian, tugas yang menumpuk, atau tekanan dari lingkungan sekitar.² Jika kecemasan ini tidak dikelola dengan baik, maka dapat berdampak negatif terhadap konsentrasi belajar siswa dan menurunkan pencapaian akademiknya.³

² Nia Fuji Lestari, "JPdK Volume 1 Nomor 2 Tahun 2020 Halaman 105-107 Jurnal Pendidikan Dan Konseling Research & Learning in Faculty of Education Jurnal Pendidikan Dan Konseling Volume 1 Nomor 2 Tahun 2020 Jurnal Pendidikan Dan Konseling Volume 1 Nomor 2 Tahun 2020," *Jurnal Pendidikan Dan Konseling* 1, no. 2 (2020): 105–107.

³ Dhian Kusumastuti, "Kecemasan Dan Prestasi Akademik Pada Mahasiswa," *Analitika* 12, no. 1 (2020): 22–25, <https://doi.org/10.31289/analitika.v12i1.3110>.

Kecemasan adalah keadaan yang tidak menyenangkan, disertai dengan ketegangan dan kekhawatiran yang berasal dari dorongan bawah sadar yang ditekan, kecemasan terbagi menjadi tiga jenis, yaitu kecemasan realitas, kecemasan neurotik, dan kecemasan moral. Kecemasan adalah suatu keadaan emosional yang ditandai dengan perasaan khawatir, tegang, dan ketakutan yang berlebihan terhadap suatu situasi tertentu dalam dunia pendidikan, kecemasan akademik dapat menyebabkan gangguan kognitif seperti sulit berkonsentrasi, menurunnya daya ingat, serta ketidakmampuan dalam memahami materi pelajaran.⁴ Siswa dengan tingkat kecemasan yang tinggi cenderung mengalami kesulitan dalam mempertahankan fokus dan menyerap informasi dengan baik, yang pada akhirnya berdampak pada hasil belajar mereka.⁵ Konsentrasi belajar merupakan kemampuan siswa untuk memusatkan perhatian pada suatu tugas dalam waktu tertentu

⁴ Siti Afifah, "Pengaruh Kejenuhan Belajar Dan Interaksi Sosial Terhadap Konsentrasi Belajar Siswa Dengan Sistem Pesantren Modern," *Psikoborneo: Jurnal Ilmiah Psikologi* 7, no. 4 (2019): 528, <https://doi.org/10.30872/psikoborneo.v7i4.4827>.

⁵ H. Manik and M. Imamuddin, "Empat Landasan Konseling Islam Dalam Alquran," *Al-Hashif: Jurnal Pendidikan Dan Pendidikan Islam* 1, no. 1 (2023): 62–64.

tanpa terganggu oleh faktor eksternal maupun internal. Konsentrasi yang baik sangat penting dalam memahami dan mengolah informasi yang diberikan oleh guru. Namun, kecemasan akademik dapat menghambat proses ini karena siswa lebih banyak memikirkan kekhawatiran dan rasa takut dibandingkan dengan fokus pada materi pelajaran.⁶

Konsentrasi belajar memang begitu dibutuhkan dalam setiap kegiatan pembelajaran adanya pernyataan tersebut dikarenakan konsentrasi belajar merupakan poin penting yang paling mendukung peserta didik dalam belajar, jika peserta didik tidak dapat berkonsentrasi ketika pembelajaran tengah berlangsung maka akan berdampak kerugian diri peserta didik itu sendiri, dari pembelajaran tersebut peserta didik tidak mendapatkan apapun. Pentingnya konsentrasi bagi peserta didik menjadi syarat yang perlu dilakukan sebelum maupun pada saat proses pembelajaran agar tercapainya tujuan dari

⁶ Sagitha Artha Margiathi et al., "Dampak Konsentrasi Belajar Terhadap Hasil Belajar Peserta Didik," *Jurnal Primary Edu (JPE)* 1, no. 1 (2023): 63.

pembelajaran.⁷ Konsentrasi belajar memiliki kemampuan dalam memusatkan perhatian terhadap pembelajaran. Perhatian tersebut dipusatkan dan ditujukan pada materi pembelajaran maupun pada proses bagaimana cara perolehannya.⁸

Kemampuan siswa untuk berkonsentrasi saat belajar merupakan aspek penting dalam menunjang keberhasilan akademik. Konsentrasi memungkinkan siswa memahami pelajaran dengan lebih baik dan menyelesaikan tugas secara efisien. Namun, dalam kenyataannya, tidak sedikit siswa yang mengalami gangguan konsentrasi, salah satu penyebab utamanya adalah tingkat kecemasan. Kecemasan adalah kondisi mental yang ditandai dengan perasaan gelisah, takut, dan khawatir berlebihan. Pada siswa, kecemasan dapat timbul dari berbagai faktor, seperti tekanan dari lingkungan belajar, tuntutan prestasi, maupun masalah pribadi. Jika tidak ditangani

⁷ Adinda Kartika Sari and Nuriza Dora, “Konsentrasi Belajar Siswa Ditinjau Dari Peran Orang Tua Dalam Persiapan Pola Makan Dan Kecukupan Gizi” 15, no. 1 (2024): 59–62.

⁸ Encep Andriana, Siti Rokmanah, and Lusi Aprilia, “Analisis Tingkat Konsentrasi Belajar Peserta Didik Dalam Proses Pembelajaran Di Sd Negeri Tembong 2,” *Jurnal Holistika* 7, no. 1 (2023): 2, <https://doi.org/10.24853/holistika.7.1.1-5>.

dengan baik, kecemasan ini berpotensi mengganggu fokus dan proses belajar siswa.⁹

Hubungan kecemasan belajar matematika dengan konsentrasi belajar siswa, memiliki keterkaitan yang tinggi dengan fenomena atau permasalahan yang umum di temukan di lapangan, tetapi fenomena yang di temukan di SMA Negeri 6 Seluma ini kecemasan belajar dengan konsentrasi belajar cenderung lemah, Jika siswa kecemasan belajarnya lebih rendah, maka siswa cenderung lebih berkonsentrasi dalam proses belajar. Penulis mendapatkan gambaran awal pada April 2025 permasalahan ini dari wawancara dengan beberapa orang siswa-siswi SMA Negeri 6 Kabupaten Seluma Provinsi Bengkulu. Siswa pertama berinisial AE mengatakan bahwa pada saat dia mengalami kecemasan dalam belajar ia tetap bisa berkonsentrasi dalam belajarnya dengan mempersiapkan diri seperti belajar sebelum hari dimana mata pelajaran matematika itu di mulai agar kecemasan belajar berkurang sehingga

⁹ Rahma Sita Mawarni and Frita Devi Asriyanti, "Analisis Konsentrasi Belajar Siswa Kelas V Dalam Proses Pembelajaran Matematika Pada Materi Pengumpulan Dan Penyajian Data Di Sdn 2 Tanggulwelahan," *Jurnal Jipdas (Jurnal Ilmiah Pendidikan Dasar)* 3, no. 1 (2023): 110–113, <https://doi.org/10.37081/jipdas.v3i1.1303>.

konsentrasi belajar tidak terganggu. Siswa lainnya berinisial RA mengatakan bahwa ia masih berkonsentrasi dalam belajar walaupun mengalami kecemasan pada saat ingin ujian, RA ini ketika ingin ujian ia mempersiapkan diri dan belajar terlebih dahulu untuk meminimalisir kecemasan pada saat dimana ujian akan dimulai.

Berdasarkan hasil wawancara dengan siswa berinisial AE dan RA, kecemasan yang mereka alami disebabkan oleh faktor akademik, khususnya pada mata pelajaran matematika yang sering dianggap sulit dan menegangkan. Kecemasan tersebut muncul terutama ketika menghadapi ujian atau saat materi akan dimulai, karena adanya kekhawatiran tidak mampu mengerjakan soal dengan baik atau memperoleh nilai yang kurang memuaskan. Hal ini sejalan dengan teori kecemasan situasional dari Sigmund Frued, yang menjelaskan bahwa kecemasan dapat muncul pada kondisi tertentu seperti menjelang ujian. Selain itu, adanya tuntutan untuk mendapatkan hasil belajar yang baik juga menjadi faktor pendorong munculnya rasa cemas. Namun, kecemasan yang

dialami AE dan RA tergolong ringan atau adaptif karena dapat dikendalikan melalui persiapan belajar yang lebih matang, sehingga tidak terlalu mengganggu konsentrasi belajar mereka.

Berdasarkan latar belakang di atas, maka penulis tertarik untuk meneliti lebih jauh tentang **“Korelasi Antara Tingkat Kecemasan Belajar Matematika Dengan Konsentrasi Belajar Siswa Di SMA Negeri 6 Kabupaten Seluma Provinsi Bengkulu”**.

B. Rumusan Masalah

Dengan memperhatikan latar belakang masalah di atas dapat dibuat rumusan masalah sebagai berikut:

1. Bagaimana tingkat kecemasan belajar matematika siswa di SMA Negeri 6 Kabupaten Seluma Provinsi Bengkulu?
2. Bagaimana tingkat konsentrasi belajar siswa di SMA Negeri 6 Kabupaten Seluma Provinsi Bengkulu?
3. Apakah terdapat Korelasi antara tingkat kecemasan belajar matematika dengan konsentrasi belajar siswa SMA Negeri 6 Kabupaten Seluma Provinsi Bengkulu?

C. Tujuan Penelitian

Dari adanya pernyataan rumusan masalah maka Tujuan dalam penelitian ini adalah:

1. Untuk mengetahui kondisi tingkat kecemasan belajar matematika siswa SMA Negeri 6 Kabupaten Seluma Provinsi Bengkulu.
2. Untuk mengetahui kondisi konsentrasi belajar siswa SMA Negeri 6 Kabupaten Seluma Provinsi Bengkulu.
3. Untuk mengetahui terdapat Korelasi atau tidak antara tingkat kecemasan belajar matematika dengan konsentrasi belajar siswa SMA Negeri 6 Kabupaten Seluma Provinsi Bengkulu.

D. Batasan Masalah

Agar penelitian lebih terarah dan lebih fokus penelitian pada tingkat kecemasan belajar matematika dengan konsentrasi belajar siswa. Siswa yang diteliti adalah siswa dari kelas XI IPA dan IPS SMA Negeri 6 Kabupaten Seluma Provinsi Bengkulu, Penelitian ini membatasi kajian pada kecemasan belajar matematika yang berkaitan dengan kegiatan

akademik dan konsentrasi belajar siswa dalam proses pembelajaran, tanpa membahas faktor-faktor lain yang dapat memengaruhi konsentrasi belajar. serta penelitian ini hanya menelaah hubungan kedua variabel berdasarkan data hasil pengukuran dan analisis korelasional, tanpa melakukan intervensi atau perlakuan khusus.

E. Manfaat Penelitian

1. Manfaat Teoritis

Manfaat teoritis dalam penelitian ini untuk memberikan informasi mengenai Tingkat Kecemasan Belajar matematika Dengan Konsentrasi Belajar, siswa-siswi yang Aktif di sekolah SMA Negeri 6 Kabupaten Seluma Provinsi Bengkulu, dengan ini saya berharap bisa menjadi referensi untuk peneliti selanjutnya mengenai Korelasi Antara Tingkat Kecemasan Belajar Matematika Dengan Konsentrasi Belajar Siswa Di SMA Negeri 6 Kabupaten Seluma Provinsi Bengkulu.

2. Manfaat Praktis

a Bagi SMA Negeri 6 Seluma

Manfaat penelitian bagi SMA Negeri 6 Kabupaten Seluma Provinsi Bengkulu adalah memberikan pemahaman bahwa kecemasan belajar matematika tidak selalu berdampak negatif terhadap konsentrasi belajar.

b Bagi Program Studi Bimbingan dan Konseling Islam

Manfaat penelitian bagi Program Studi Bimbingan dan Konseling Islam adalah menjadi suatu acuan atau referensi dan juga menjadi literatur kajian bagaimana Korelasi Antara Tingkat Kecemasan Belajar Matematika Dengan Konsentrasi Belajar Siswa Di SMA Negeri 6 Kabupaten Seluma Provinsi Bengkulu.

c Bagi Peneliti Lanjutan

Manfaat penelitian bagi peneliti supaya dapat menambah menjadi salah satu wawasan keilmuan

lanjutan mengenai Korelasi Antara Tingkat Kecemasan Belajar Matematika Dengan Konsentrasi Belajar.

F. Kajian Terhadap Penelitian Terdahulu

Salah satu acuan penulis yaitu terletak pada penelitian terdahulu hal ini memudahkan penulis untuk memperkaya suatu teori yang digunakan dalam mengkaji penelitian yang akan dilakukan. Beberapa penelitian terdahulu yang berhubungan yaitu sebagai berikut:

Penelitian pertama; yang dilakukan oleh Intan Putri Wulandari dengan judul “ Hubungan antara kualitas tidur dengan konsentrasi belajar siswa (Studi kasus SMA Negeri 1 Batangan)”. Penelitian ini menggunakan analisis kuantitatif, koefisien korelasi yang digunakan untuk melihat konsentrasi belajar. sehingga disimpulkan bahwa H_a diterima dan H_o ditolak, yang mengatakan terdapat hubungan bermakna antara kualitas tidur dengan konsentrasi belajar siswa SMA Negeri 1 Batangan dengan koefisien korelasinya 0,452 yang berarti nilai korelasinya positif.

Adapun persamaan penelitian ini dengan penelitian yang dilakukan oleh Intan Putri Wulandari yaitu salah satunya variabelnya sama yaitu konsentrasi belajar, jenis penelitian ini menggunakan jenis penelitian kuantitatif dan juga penelitian ini ditunjukkan kepada siswa menengah atas. Kemudian perbedaan penelitian ini dengan penelitian Intan Putri Wulandari yaitu tempat penelitian yang digunakan oleh Intan Putri Wulandari SMA 1 Batangan.¹⁰

Penelitian kedua; yang dilakukan oleh Andri Ramadhan penelitian dengan judul “Pengaruh Lingkungan Belajar di Sekolah Terhadap Konsentrasi Belajar Siswa di SMP Negeri 19 Kota Jambi”. Penelitian ini menggunakan analisis kuantitatif dengan metode sensus dengan jumlah sampel sebanyak 129 Orang dan penelitian ini bertujuan menganalisis pengaruh lingkungan belajar terhadap konsentrasi belajar siswa. konsentrasi belajar siswa SMP Negeri 19 Kota Jambi dipengaruhi oleh lingkungan belajar

¹⁰ Intan Putri Wulandari, “Hubungan Antara Kualitas Tidur Dengan Konsentrasi Belajar Pada Remaja SMA,” *Angewandte Chemie International Edition*, 6(11), 951–952., 2023, 22–24, http://repository.unissula.ac.id/33950/2/30902000116_fullpdf.pdf. *Skripsi*

disekolah. Maka penelitian ini mengatakan positif berpengaruh.

Adapun persamaan dalam penelitian ini dengan penelitian yang dilakukan Andri Ramadhan yaitu keduanya menggunakan pendekatan kuantitatif dan salah satu variabel dalam judul juga sama yaitu konsentrasi belajar. Perbedaan dalam kedua penelitian ini yaitu dalam penelitian yang dilakukan oleh Andri Ramadhan dia meneliti seberapa pengaruhnya lingkungan belajar disekolah terhadap konsentrasi belajar siswa sedangkan dalam penelitian ini peneliti meneliti tentang hubungan antara tingkat kecemasan belajar dengan konsentrasi belajar siswa, dan juga letak variabelnya sama. Dalam penelitian Andri Ramadhan konsentrasi belajar itu pada variabel dependent (Y) dan pada penelitian ini juga sama di variabel dependent (Y).¹¹

Penelitian ketiga; yang dilakukan oleh Apriani yang berjudul “Hubungan Antara Kecemasan Belajar, Motivasi

¹¹ Andri Ramadhan, “Pengaruh Lingkungan Belajar Di Sekolah Terhadap Konsentrasi Belajar Siswa Di SMP N 19 Kota Jambi,” 2022, 1–111. *Skripsi*

Belajar Dengan Hasil Belajar Kelas X Selama Study From Home Di SMK Negeri 1 Bantaeng”. Jenis penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan metode sensus dengan jumlah sampel sebanyak 141 siswa dan penelitian ini bertujuan menganalisis hubungan antara kecemasan belajar, motivasi belajar dengan hasil belajar. Dan hubungan kecemasan belajar (X) terhadap motivasi belajar, hasil belajar (Y). Maka variabel antara kecemasan belajar terhadap motivasi belajar dan hasil belajar berhubungan.

Adapun persamaan dalam penelitian ini dengan penelitian yang dilakukan oleh Apriani yaitu keduanya menggunakan pendekatan kuantitatif dan salah satu variabel dalam judul juga sama yaitu kecemasan. Persamaan dari kedua penelitian ini yaitu dalam variabelnya sama yang diteliti oleh Apriani variabelnya tentang motivasi belajar dan hasil belajar, dan juga letak variabel kecemasan sama dalam keduanya. Dalam penelitian Apriani itu berada pada variabel

dependent (X) dan pada penelitian ini kecemasan terletak pada variabel dependent (X).¹²

Penelitian keempat; yang dilakukan oleh M. Syarifuddin Kabsuro yang berjudul “Hubungan Antara Tingkat Kecemasan Dengan Hasil Belajar Remedial Pada Pembelajaran Fiqih Siswa Kelas X Di MAN Gandeka Bantul Tahun Ajaran 2014/2015”. Jenis penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan metode sensus dengan jumlah sampel sebanyak 30 siswa dan penelitian ini bertujuan menganalisis hubungan antara kecemasan belajar, Dengan Hasil Belajar Remedial Pada Pembelajaran Fiqih. Hubungan kecemasan belajar (X) Hasil Belajar Remedial Pada Pembelajaran Fiqih (Y). Maka variabel antara Tingkat Kecemasan Dengan Hasil Belajar Remedial Pada Pembelajaran Fiqih Siswa Kelas X Di MAN Gandeka Bantul Tahun Ajaran 2014/2015 berhubungan negatif signifikan. Semakin tinggi kecemasan maka semakin rendah hasil belajar

¹² Apriani, “Hubungan Antara kecemasan Belajar, Motivasi Belajar Dengan Hasil Belajar Kelas X Selama Study From Home Di SMK Negeri 1 Bantaeng”. *Skripsi*

remedial pada pelajaran fiqih siswa kelas x di man gandeka bantul tahun ajaran 2014/2015.

Adapun persamaan dalam penelitian ini dengan penelitian yang dilakukan oleh M. Syarifuddin Kabsuro yaitu keduanya menggunakan pendekatan kuantitatif dan salah satu variabel dalam judul juga sama yaitu kecemasan belajar. Persamaan dalam penelitian M. Syarifuddin Kabsuro dengan penelitian saya itu berada pada variabel dependent (X) dan pada penelitian ini kecemasan terletak pada variabel dependent (X).¹³

Penelitian Kelima; yang dilakukan oleh Laksmi Anggita Mumpuni yang berjudul “Hubungan Antara Kecemasan Belajar dan Konsentrasi Belajar Pada Mahasiswa Universitas Muhammadiyah”. Jenis penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan metode sensus dengan jumlah sampel sebanyak 97 mahasiswa dan penelitian ini bertujuan menganalisis hubungan antara

¹³ Syarifuddin Kabsuro, “Hubungan Antara Tingkat Kecemasan Belajar Dengan Hasil Belajar Remedial Pada Pembelajaran Fiqih Siswa Kelas X Di MAN Gandeka Bantul Tahun Ajaran 2014/2015”. *Skripsi*

kecemasan belajar (X) terhadap konsentrasi belajar (Y). Maka variabel antara kecemasan belajar dan konsentrasi belajar berhubungan.

Adapun persamaan dalam penelitian ini dengan penelitian yang dilakukan oleh Laksmi Anggita Mumpuni yaitu keduanya menggunakan pendekatan kuantitatif dan variabelnya sama yaitu kecemasan belajar dan konsentrasi belajar. Hasil dari penelitian ini hasilnya negatif, artinya semakin cemas mahasiswa maka semakin tidak konsentrasi. Dalam penelitian Laksmi Anggita Mumpuni pada variabel dependent (X) kecemasan belajar dan pada penelitian ini kecemasan terletak pada variabel dependent (X) dan variabel independent (Y) konsentrasi belajar sama dengan penelitian ini variabel independent (Y) konsentrasi belajar.¹⁴

G. Sistem Penulisan Skripsi

BAB I : Pendahuluan berupa latar belakang, rumusan masalah, tujuan penelitian, batasan masalah

¹⁴ Laksmi Anggita Mumpuni, "Hubungan Antara Kecemasan Belajar dan Konsentrasi Belajar Pada Mahasiswa Universitas Muhammadiyah". (2025) *Skripsi*

,manfaat penelitian, kajian terhadap penelitian terdahulu, dan sistem penulisan skripsi.

BAB II : Kajian teori tentang landasan teori, terdiri dari penjelasan mengenai kecemasan belajar, konsentrasi belajar disertai dengan kerangka berfikir dan hipotesis penelitian.

BAB III : Metode penelitian, pada bab ini menjelaskan tentang pendekatan dan jenis penelitian, identifikasi variabel, definisi oprasional variabel, waktu dan lokasi penelitian, sumber data penelitian, populasi teknik sampling sampel, teknik pengumpulan data, validitas dan reliabilitas data, teknik analisis data.

BAB IV : Hasil dan Pembahasan, bagian dari bab ini menjelaskan hasil, pembahasan penelitian, deskripsi karakteristik responden, kategori skor variable, uji validitas, uji reabilitas. Teknik analisis data yaitu, uji normalitas, uji linieritas, dan uji hipotesis.

BAB V : Penutup, yang terdiri dari kesimpulan dan saran untuk responden, prodi bimbingan dan konseling islam dan penulis karya tulis ilmiah.

