

# Hubungan Dukungan Sosial Orangtua dengan Kecemasan Menghadapi Ujian Masuk Universitas pada Siswa Sekolah Menengah Atas Tingkat Akhir dalam Situasi Covid-19

Anastasia Putri\*<sup>id</sup>, Maria Nugraheni M. Rahayu<sup>id</sup>  
Universitas Kristen Satya Wacana Salatiga, Indonesia  
[✉ 802018262@student.uksw.edu](mailto:802018262@student.uksw.edu)

Submitted: 2022-06-15

Revised: 2022-06-24

Accepted: 2022-08-25

Copyright holder:

© Putri, A., & Rahayu, M. N. M. (2022)

This article is under:



How to cite:

Putri, A., & Rahayu, M. N. M. (2022). Hubungan Dukungan Sosial Orangtua dengan Kecemasan Menghadapi Ujian Masuk Universitas pada Siswa Sekolah Menengah Atas Tingkat Akhir dalam Situasi Covid-19. *Bulletin of Counseling and Psychotherapy*, 4(2). <https://doi.org/10.51214/bocp.v4i2.266>

Published by:

Kuras Institute

Journal website:

<https://journal.kurasinstitute.com/index.php/bocp>

E-ISSN:

2656-1050

**ABSTRACT:** *The purpose of this research is to determine the relationship between parental social support and anxiety in facing the University entrance exam test for the 12th grade students of Senior High School. The participants of this research are the 12th grade students of Senior High School who are about to take the University entrance exam test with a total of 122 participants. The sampling technique used in this research is quota sampling. The measurement instrument used is cognitive anxiety scale developed by Cassady & Johnson to measure anxiety and parental social support scale created by Gunandar referring to Sarafino's theory to measure parental social support. This research was conducted online with questionnaires distributed via Google Form to the 12th grade students of Senior High School. The correlation test uses Pearson correlation technique with the help of IBM SPSS program for Windows version 20. The result generated from this research shows that the correlation coefficient ( $r$ ) = -0.300 with the value of sig 0.000 ( $p < 0.05$ ). This means that there is a negative relationship between anxiety and parental social support for the 12th grade students of Senior High School. This also could mean the higher the parental social support obtained, the lower the anxiety become, and vice versa.*

**KEYWORDS:** *Social Support, Anxiety, High School Student, University Entrance Exam*

## PENDAHULUAN

Dunia saat ini tengah mengalami penyebaran sebuah virus yang dikenal dengan virus corona. Mona (2020) menyatakan Coronaviruses (COVID-19) merupakan bagian dari keluarga virus yang menyebabkan penyakit mulai dari flu hingga penyakit yang lebih berat seperti *Middle East Respiratory Syndrome (MERS-CoV)* and *Severe Acute Respiratory Syndrome (SARS-CoV)*. *World Health Organization* menyatakan kebanyakan individu yang terinfeksi virus ini akan mengalami penyakit pernapasan ringan hingga sedang tanpa memerlukan perawatan khusus tapi beberapa individu lainnya akan mengalami sakit parah dan memerlukan perhatian medis. Kementerian Kesehatan Republik Indonesia (2020) menyatakan bahwa penularan COVID-19 menyebar melalui droplet atau kontak dengan benda yang terkontaminasi baik secara langsung maupun tidak langsung. COVID-19 ditularkan dari orang yang bergejala (simptomatik) ke orang lain yang berada jarak dekat melalui droplet. Penularan droplet terjadi ketika seseorang berada pada jarak dekat (dalam 1 meter) dengan

seseorang yang memiliki gejala pernapasan (misalnya, batuk atau bersin) sehingga droplet berisiko mengenai mukosa (mulut dan hidung) atau konjungtiva (mata). Penularan juga dapat terjadi melalui benda dan permukaan yang terkontaminasi droplet di sekitar orang yang terinfeksi. Oleh karena itu, penularan virus COVID-19 dapat terjadi melalui kontak langsung dengan orang yang terinfeksi dan kontak tidak langsung dengan permukaan atau benda yang digunakan pada orang yang terinfeksi (misalnya, stetoskop atau termometer). Penularan virus corona memberikan dampak pada dunia, terutama perekonomian yang mulai melemah, tetapi kini dampaknya dirasakan juga oleh dunia pendidikan (Anhusadar, 2020).

Pendidikan merupakan suatu usaha guna mempersiapkan peserta didik melalui kegiatan bimbingan, pengajaran, dan latihan bagi peranannya di masa mendatang. Indonesia memiliki jenjang pendidikan yang diatur dalam Undang-undang RI No 2 tahun 1999 mengenai Sistem Pendidikan Nasional dalam Bab V Pasal 12 ayat 1 yang mengatakan bahwa jenjang pendidikan sekolah terbagi atas pendidikan dasar, pendidikan menengah dan pendidikan tinggi. Dalam hal ini pendidikan tinggi merupakan kelanjutan dari pendidikan menengah yang diselenggarakan untuk menyiapkan peserta didik menjadi anggota masyarakat yang memiliki kemampuan akademik dan/atau profesional yang mampu menerapkan, mengembangkan dan/atau menciptakan ilmu pengetahuan, teknologi dan kesenian. Menurut Indrajit (2006) perguruan tinggi adalah satuan pendidikan yang menyelenggarakan pendidikan tinggi yang terdiri atas akademi, politeknik, pendidikan tinggi, institut dan universitas yang mengatur dan menyelenggarakan penerimaan mahasiswa baru sementara itu Perguruan Tinggi Negeri atau PTN adalah perguruan tinggi yang didirikan dan diselenggarakan oleh pemerintah. Dalam Peraturan Menteri Pendidikan dan Kebudayaan Republik Indonesia Nomor 6 Tahun 2020, terdapat jalur penerimaan/seleksi mahasiswa baru pada perguruan tinggi negeri yaitu melalui seleksi nasional masuk perguruan tinggi negeri (SNMPTN) dan seleksi bersama masuk perguruan tinggi negeri (SBMPTN) dan seleksi lainnya.

SBMPTN adalah proses seleksi berdasarkan hasil ujian tulis berbasis komputer (UTBK) dan dapat ditambah dengan kriteria lain sesuai dengan talenta khusus yang ditetapkan pada PTN yang bersangkutan menurut Peraturan Menteri Pendidikan dan Kebudayaan Republik Indonesia Nomor 6 Tahun 2020. Ketentuan peserta yang diterima pada tes SBMPTN adalah sebanyak 40% dari setiap program studi pada PTN selain PTN badan hukum dan sebanyak 30% untuk program studi pada PTN badan hukum, hal ini tercantum dalam Peraturan Menteri Pendidikan Dan Kebudayaan Republik Indonesia Nomor 6 Tahun 2020 Tentang Penerimaan Mahasiswa Baru Program Sarjana Pada Perguruan Tinggi Negeri BAB III pasal 6 ayat 3 dan 4. Untuk pelaksanaan tes SBMPTN mengalami perubahan sejak tahun 2020 yakin menjadi 2 gelombang dikarenakan adanya COVID-19 (Detik.com, 2020), adapun sistem atau aturan yang diterapkan selama situasi COVID-19 pada pelaksanaan tes SBMPTN adalah dengan menjaga kesehatan dan tetap dirumah saja sebelum pelaksanaan tes berlangsung, mencari lokasi tes tanpa harus mendatangi lokasi ujian, terlebih dahulu makan/minum dari rumah, membawa dokumen yang menjadi persyaratan selama pelaksanaan tes berlangsung, wajib mengenakan masker dan sarung tangan, mengikuti segala prosedur sesuai dengan protokol kesehatan, apabila suhu di atas 37,5 derajat celcius maka peserta tes tidak diperkenankan untuk mengikuti tes SBMPTN (Kompas.com, 2020).

Menurut berita dari CNN Indonesia (2020, Juli 06) yang menyatakan bahwa siswa mengalami kekhawatiran dalam mengerjakan tes, takut gagal dan juga khawatir terhadap keselamatan saat tes karena situasi pandemi. Menurut SSC Sidoarjo (2020, April 14), siswa kelas XII SMA merasakan kegugupan, galau menentukan jurusan perkuliahan, bingung memikirkan Perguruan Tinggi. Kompas.com (2021, April 10) menyatakan terdapat kecemasan jika peserta tes ada yang mengalami gejala COVID-19, seperti suhu lebih dari 37,5 derajat celcius sehingga tidak diperkenankan untuk mengikuti tes dan dinyatakan gugur. Sementara itu dalam menghadapi proses pelaksanaan tes menurut detik.com (2021, Juni 24) peserta wajib mengikuti protokol kesehatan dengan selalu menggunakan masker serta sarung tangan yang telah disiapkan, menjaga jarak dan membawa *hand*

*sanitizer*. Sejalan juga dengan hasil survei yang dilakukan oleh peneliti pada lima subjek yang merupakan siswa kelas XII SMA X, yang mengatakan bahwa untuk menghadapi tes SBMPTN 2022 yang mendatang, para subjek merasakan adanya kecemasan apalagi sistem pelajaran yang hingga saat ini masih daring dikarenakan masih dalam situasi pandemi sehingga subjek merasa kurang bisa fokus dalam memahami materi, kekhawatiran akan kegagalan, dan juga situasi COVID-19 yang akhirnya membuat subjek tidak mendapatkan izin untuk mendapatkan bimbingan persiapan tambahan diluar rumah. Menurut Rambe (2017) Secara psikologis, kecemasan menghadapi ujian dipicu oleh kondisi pikiran, perasaan dan perilaku motorik yang tidak terkendali oleh para siswa.

Kecemasan menurut Cassidy dan Johnson (2002) adalah suatu peristiwa yang dapat terjadi ketika dalam situasi evaluatif atau dalam suatu kinerja yang terdiri dari adanya gabungan peningkatan aktivitas fisiologis dan perenungan untuk mencela diri sendiri. Gejala kecemasan terdiri atas dua bagian yaitu psikis/mental dan fisik. Gejala psikis seperti rasa khawatir, adanya perasaan takut serta perasaan gelisah dan gejala fisik berupa reaksi berlebihan seperti jantung berdebar, napas menjadi cepat, mulut kering, keluhan lambung, tangan dan kaki terasa dingin dan ketegangan otot (Maramis, 2009). Menurut Nevid, Rathus, dan Greene (2005) ada beberapa faktor yang dapat memengaruhi kecemasan yaitu, faktor biologi, faktor perilaku, faktor kognitif dan emosional, serta faktor sosial lingkungan. Salah satu faktor dari sosial lingkungan adalah kurangnya dukungan sosial. Dukungan sosial adalah sumber yang dirasa penting bagi individu dan diperoleh dari orang lain berupa dukungan emosional, dukungan penilaian, dukungan informasi dan dukungan instrumental (House dalam Macdonald, 1998). Dukungan sosial efektif dalam mengurangi tekanan psikologis, seperti depresi atau kecemasan (Afifa, 2020). Hal ini sejalan dengan Lastina (2013) bahwa adanya dukungan sosial mampu membuat individu mengalami rasa senang sehingga individu dapat berpikir secara jernih dan kecemasan pun dapat diminimalkan. Bentuk dukungan sosial dapat diterima individu melalui orang-orang yang berada dalam lingkungan sosial seperti orangtua, teman, pasangan atau tetangga (Maharani, 2014).

Hasil penelitian yang dilakukan oleh Sekarina (2018) membuktikan bahwa terdapat hubungan negatif yang signifikan antara dukungan sosial orangtua dengan kecemasan menghadapi dunia kerja pada siswa SMK Yudya Karya Magelang. Didukung oleh penelitian lain, Lastina (2013) membuktikan terdapat hubungan negatif yang signifikan antara dukungan sosial dengan kecemasan menghadapi ujian nasional pada siswa SMA Negeri 2 Kota Magelang, hubungan negatif menunjukkan semakin tinggi dukungan sosial maka semakin rendah kecemasan yang dialami. Namun penelitian yang dilakukan oleh Wijayati (2017) yang menyatakan bahwa tidak ada hubungan antara dukungan sosial dengan kecemasan perempuan dewasa awal yang belum menikah. Beberapa penelitian sebelumnya menunjukkan bahwa adanya hubungan negatif antara dukungan sosial dengan kecemasan, namun belum menemukan adanya penelitian mengenai hubungan antara dukungan sosial orangtua dengan kecemasan menghadapi ujian SBMPTN pada siswa kelas XII SMA khususnya dalam situasi COVID-19 dan adanya penelitian yang menyatakan bahwa tidak ada hubungan antara variabel dukungan sosial dengan kecemasan. Penelitian ini dilakukan agar mengetahui apakah terdapat hasil yang sama atau tidak apabila dilakukan dengan subjek yang berbeda dan dalam situasi COVID-19 dan dengan menggunakan teori yang berbeda pada penelitian sebelumnya.

## METODE

Penelitian ini menggunakan pendekatan penelitian kuantitatif korelasional. Penelitian korelasional merupakan penelitian yang bertujuan untuk mengetahui tingkat hubungan antara dua variabel (Arikunto, 2010). Populasi pada penelitian ini adalah siswa kelas XII SMA X yang mana terdapat dua jurusan yaitu, jurusan IPA dan IPS. Sampel penelitian diperoleh menggunakan *non-probability sampling* dengan teknik *quota sampling* yang mana sampel diperoleh berdasarkan kuota dengan tujuan untuk mendapatkan sampel sebanyak jumlah tertentu yang dianggap mewakili ciri pada suatu populasi (Azwar, 2012). Berdasarkan table Isaac & Michael apabila populasi berjumlah

Tabel 1. Jumlah Responden

No.	Siswa kelas XII SMA X	Populasi	Presentase	Sampel
1.	IPA	148	69%	84
2.	IPS	48	31%	38
	<b>Jumlah</b>	<b>216</b>	<b>100%</b>	<b>122</b>

Sumber data: Ms. Excel

Tabel 2. Hasil Uji Reliabilitas

Variabel	Cronbach Alpha	Kriteria Cronbach Alpha	Keterangan
Kecemasan	0,903	0,900	Sangat Reliabel
Dukungan sosial orangtua	0,971	0,900	Sangat Reliabel

Sumber: IBM SPSS program for Windows version 20

216 orang maka sampel pada penelitian ini dengan taraf kesalahan 10% berjumlah 122 orang. Sampel ditentukan dengan karakteristik siswa kelas XII SMA X dan yang hendak mengikuti ujian SBMPTN pada kelas IPA dan IPS.

Penelitian ini menggunakan skala psikologi yang mengacu pada instrumen yang dapat digunakan untuk mengukur variabel yang diteliti (Azwar, 2012). Skala dibuat dalam bentuk kuesioner dengan memberikan pertanyaan/ Pernyataan tertulis pada responden untuk dijawab. Kuesioner terbagi atas dua jenis skala, yaitu skala kecemasan yang dikemukakan oleh Cassady dan Johnson (2002) yang terdiri atas 27 aitem dan skala dukungan sosial dibuat oleh Gunandar (2017) yang mengacu pada teori teori Cutrona dan Gardner (dalam Sarafino, 2014) yang terdiri atas 38 aitem. Daya diskriminasi aitem merupakan kemampuan aitem dengan membedakan individu atau kelompok individu yang memiliki ataupun tidak memiliki atribut yang diukur (Azwar, 2012). Kriteria lolos seleksi aitem dianggap memberikan hasil atau kontribusi yang memuaskan dan baik apabila nilai koefisien korelasi  $\leq 0.30$  namun apabila jumlah aitem yang lolos tidak mencukupi jumlah yang diinginkan dapat dapat dipertimbangkan untuk menurunkan sedikit batas criteria menjadi  $\leq 0.25$  (Azwar, 2012).

Pengujian pertama pada skala kecemasan dengan menggunakan kriteria  $\leq 0.30$  terdapat 5 aitem yang gugur yaitu aitem nomor 3, 5, 13, 15, dan 16 kemudian pada uji coba kedua tidak ada lagi aitem yang gugur sehingga total aitem pada skala kecemasan sebanyak 22 aitem yang valid. Pengujian pertama pada skala dukungan sosial dengan menggunakan kriteria  $\leq 0.30$  terdapat 2 aitem yang gugur yaitu aitem nomor 18 dan 25, kemudian uji coba kedua tidak ada lagi aitem yang gugur sehingga total aitem pada skala dukungan sosial sebanyak 36 aitem yang valid. Uji reliabilitas instrumen ini diukur dengan menggunakan koefisien alpha (*Cronbach alpha*) dan hasil perhitungan dengan menggunakan program statistik IBM SPSS 20 dengan nilai  $\alpha > 0.9$ . Guilford (dalam Sugiyono, 2007) menyatakan bahwa suatu variabel dapat dikatakan reliabel jika memberikan nilai *Cronbach Alpha*  $> 0.9$  sehingga dapat disimpulkan bahwa instrumen yang digunakan dalam penelitian ini memiliki tingkat reliabilitas yang sangat reliable. Hasil uji reliabilitas pada variabel kecemasan dan dukungan sosial orang tua ditunjukkan pada tabel berikut. Uji hipotesis penelitian dilakukan dengan pengujian korelasi untuk mengetahui hubungan antara variabel dukungan sosial orangtua dengan kecemasan. Teknik *Pearson correlation* digunakan apabila data diasumsikan berdistribusi normal. Untuk itu perlu melakukan uji asumsi klasik yaitu uji normalitas dan uji linearitas. Perhitungan dilakukan dengan menggunakan IBM SPSS 20.

## HASIL DAN PEMBAHASAN

Ada 4 partisipan remaja perempuan yang menyelesaikan wawancaranya. M adalah remaja berusia 23 tahun dan ia merupakan anak kedua dari tiga bersaudara. Orang tuanya bercerai saat ia ada di kelas 6 SD kemudian ayahnya menikah kembali. Ia lebih banyak tinggal dengan ayahnya dan ibu sambungnya. Saat ini, ayahnya sudah meninggal dan ia memutuskan untuk tinggal di rumah sewa sendirian. Ia menghidupi dirinya dengan cara bekerja sebagai staf di perusahaan yang bergerak di bidang jasa. Partisipan kedua adalah N yang juga berusia 23 tahun. Ia tinggal bersama dengan ibunya

Tabel 3. Uji Hipotesis

<i>Correlations</i>			
		Kecemasan	Duksos
Kecemasan	<i>Pearson Correlation</i>	1	-.300**
	<i>Sig. (1-tailed)</i>		,000
	<i>N</i>	122	122
Duksos	<i>Pearson Correlation</i>	-.300**	1
	<i>Sig. (1-tailed)</i>	,000	
	<i>N</i>	122	122

setelah perceraian kedua orang tuanya. N tidak bersedia memberikan informasi mengenai perceraian kedua orang tuanya tersebut. Saat ini, ia hanya tinggal dengan kakak perempuannya setelah ibunya meninggal. Ia bekerja sebagai staf di institusi yang bergerak di bidang jasa pendidikan dan sedang mempersiapkan diri meneruskan kuliah ke jenjang magister. Yang ketiga adalah O yang merupakan anak tunggal dan tinggal bersama kedua orang tuanya. Ia baru saja lulus kuliah dan belum mendapatkan pekerjaan. Saat ini, ia lebih banyak menghabiskan waktunya untuk membuat konten kreatif di media sosial yang ia miliki. Berikutnya yang keempat adalah P yang berusia 18 tahun dan merupakan mahasiswa di Jakarta. Ia merupakan anak kedua dari dua bersaudara dan tinggal dengan kedua orang tuanya. Ia lebih banyak menghabiskan waktu di rumah setelah pulang kuliah dibandingkan ikut bermain dengan teman-temannya.

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara dukungan sosial orang tua dengan kecemasan menghadapi ujian SBMPTN pada anak kelas XII SMA X. Hasil dari perhitungan analisis data diperoleh hasil dari nilai *Sig. Deviation from linearity* adalah 0.600 ( $p > 0.05$ ) yang berarti variabel kecemasan memiliki hubungan linear dengan variabel dukungan sosial orang tua. Nilai dari koefisien korelasi data dengan menggunakan teknik *Product Moment* dari Pearson memiliki nilai koefisien korelasi  $r = -0.300$  dengan  $p = 0.000$  ( $p < 0.05$ ) yang menunjukkan adanya hubungan negatif signifikan antara kecemasan dengan dukungan sosial pada siswa-siswi kelas XII SMA X. Hasil negatif signifikan memiliki arti bahwa semakin tinggi dukungan sosial orang tua yang diterima oleh siswa-siswi kelas XII SMA X maka semakin rendah tingkat kecemasan yang dirasakan begitu pula sebaliknya, apabila dukungan sosial orang tua yang diterima rendah maka semakin tinggi tingkat kecemasan yang dirasakan.

Penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Asrifa (2021), yang menyatakan bahwa terdapat hubungan negatif signifikan antara dukungan orang tua terhadap kecemasan pada mahasiswa yang sedang menyusun skripsi. Penelitian lain yang dilakukan oleh Afifa (2020) juga menyatakan adanya hubungan negatif signifikan antara dukungan sosial dengan tingkat kecemasan dalam menghadapi ujian akhir nasional. Penelitian ini sejalan dengan kedua penelitian terdahulu yang dilakukan oleh Asrifa (2021) dan Afifa (2020) yang artinya semakin tinggi dukungan sosial yang diterima maka semakin rendah kecemasan yang dirasakan begitu juga sebaliknya. Pada teori yang dikemukakan oleh Cassady dan Johnson (2002) kecemasan adalah suatu respon dari individu apabila individu tersebut merasa terancam pada keadaan tertentu sehingga mengakibatkan terjadinya peningkatan pada aktifitas fisiologis serta timbulnya pemikiran untuk mencela diri sendiri dan mengalami kekhawatiran yang berlebihan pada suatu peristiwa yang belum tentu terjadi. Kecemasan menghadapi ujian adalah keadaan atau situasi yang buruk dan kurang menyenangkan yang dialami oleh individu ketika masa persiapan, menjelang dan saat pelaksanaan ujian (Afifah, 2020).

Kecemasan dapat diatasi siswa ketika menghadapi ujian SBMPTN apabila mendapatkan dukungan dari lingkungan. Dukungan yang besar dapat diterima melalui lingkungan keluarga yaitu orang tua (Azizah dalam Putri, 2020). Dukungan sosial yang berasal dari orang tua dapat meredakan rasa stres dan kekhawatiran sehingga dapat membantu memecahkan persoalan (Sarafino, 2014). Dukungan sosial menurut Cutrona dan Gardner (dalam Sarafino, 2014) merupakan bentuk perhatian,

kenyamanan, bantuan dan penghargaan yang didapatkan dari orang tua, teman, pasangan secara verbal atau non-verbal serta bantuan secara langsung maupun tindakan nyata yang diberikan sehingga memberikan pengaruh pada emosi atau perilaku individu yang menerima dukungan tersebut. Dukungan sosial dapat menurunkan kekhawatiran pada siswa kelas XII yang hendak dan mengikuti ujian SBMPTN karena adanya perhatian dan pengertian yang dapat meningkatkan kepercayaan diri terhadap kemampuan dan kesiapan dalam menghadapi tantangan serta perasaan positif mengenai diri sendiri. Kecemasan dapat terjadi karena adanya pikiran dari dalam diri mengenai kemampuan, tuntutan tes yang sulit, tekanan waktu dan konsekuensi pada hasil tes sehingga Wade dan Travis (2007) menjelaskan bahwa penting bagi para siswa untuk memperoleh dukungan sosial yang tinggi karena dapat menjadikan individu menjadi lebih optimis dalam menghadapi kehidupan di masa sekarang dan dimasa yang akan datang, lebih terampil dalam memenuhi kebutuhan psikologis dan memiliki tingkat kecemasan yang lebih rendah dengan mendapatkan bantuan, kemampuan untuk mencapai hal yang diinginkan sehingga menjadikan individu lebih mampu mengatasi sesuatu dan memiliki semangat hidup. Sumbangan efektif pada penelitian ini menunjukkan besarnya kontribusi antara dukungan sosial terhadap kecemasan dalam menghadapi ujian SBMPTN.

Dilihat dari koefisien determinasi atau  $r^2$  -0,300 yaitu sebesar 9%. Pengaruh dari dukungan sosial terhadap kecemasan sebesar 9% sehingga masih ada 91% lainnya yang dipengaruhi oleh faktor-faktor lainnya yang memberikan pengaruh pada kecemasan diluar faktor dukungan sosial. Data deskriptif pada variabel kecemasan menunjukkan bahwa sebagian besar siswa kelas XII SMA X yang menjadi responden dalam penelitian ini memiliki kecemasan pada tingkat yang sedang, yaitu sebanyak 97 partisipan dengan presentase 79.50% yang artinya sebagian besar siswa kelas XII SMA X yang menjadi responden dalam penelitian ini cukup merasakan reaksi fisiologis yang meningkat seperti detak jantung yang berdetak lebih keras, merasa bahwa diri tidak mampu dan memikirkan hal-hal yang bahkan belum tentu terjadi saat hendak menghadapi ujian SBMPTN. Beberapa siswa lainnya merasakan kecemasan dengan tingkat tinggi, yaitu sebanyak 15 orang dengan presentase 12.30% yang artinya adanya reaksi fisiologis yang meningkat seperti detak jantung yang berdetak lebih keras, merasa bahwa diri tidak mampu dan memikirkan hal-hal yang bahkan belum tentu terjadi saat hendak menghadapi ujian SBMPTN secara berlebihan dan siswa lainnya sebanyak 10 orang dengan presentase 8.20% memiliki kecemasan dengan kategori rendah yang artinya dapat dikatakan hampir tidak merasakan reaksi fisiologis yang meningkat seperti detak jantung yang berdetak lebih keras, merasa bahwa diri tidak mampu dan memikirkan hal-hal yang bahkan belum tentu terjadi saat hendak menghadapi ujian SBMPTN.

Data deskriptif pada variabel dukungan sosial menunjukkan bahwa sebagian besar siswa kelas XII SMA X yang menjadi responden dalam penelitian ini mendapatkan dukungan sosial yang berasal dari orang tua pada tingkat yang tinggi, yaitu sebanyak 77 orang dengan presentase 63.1% yang artinya siswa kelas XII X yang menjadi responden dalam penelitian ini mendapatkan perhatian, kenyamanan, penghargaan yang positif secara verbal maupun non-verbal bahkan bantuan langsung sehingga memberikan pengaruh pada emosi atau perilaku para siswa secara baik dan penuh. Sebanyak 44 siswa dengan presentase 36.1% mendapatkan dukungan sosial pada kategori sedang yang artinya bentuk dukungan, perhatian, kenyamanan, penghargaan yang positif secara verbal maupun non-verbal bahkan bantuan langsung cukup didapatkan sehingga kurang memberikan pengaruh pada emosi atau perilaku para siswa dan 1 orang siswa dengan presentasi 0.8% mendapatkan dukungan sosial tingkat rendah artinya siswa mendapatkan perhatian, kenyamanan, penghargaan yang positif secara verbal maupun non-verbal bahkan bantuan langsung dari orang tua dengan cukup rendah sehingga tidak memberikan pengaruh pada emosi atau perilaku para siswa ketika mengalami kecemasan saat hendak menghadapi ujian SBMPTN.

Penelitian ini tentu memiliki keterbatasan ketika proses pengambilan data dikarenakan sekolah melakukan pembelajaran daring sehingga cukup sulit untuk mengontrol kesediaan para siswa untuk mengisi kuesioner dan juga pengambilan data dilakukan dengan waktu yang hampir bersamaan

dengan kesibukan siswa yang hendak melaksanakan persiapan ujian sekolah dan proses pengambilan data tidak dilakukan dengan pengenalan langsung dikarenakan keterbatasan lokasi peneliti dan sekolah yang jauh sehingga melalui perantara guru. Sampling pada penelitian ini juga tidak representatif sehingga tidak bisa digeneralisasi pada populasi lain. Saran bagi peneliti selanjutnya agar lebih memperhatikan segala kondisi yang mendukung proses penelitian dan menggunakan variabel-variabel lainnya, seperti *self efficacy*, motivasi berprestasi dan kecerdasan emosional.

## KESIMPULAN

Penelitian ini menunjukkan bahwa terdapat hubungan negatif yang signifikan antara dukungan sosial orang tua dengan kecemasan menghadapi ujian SBMPTN pada siswa kelas XII SMA X dalam situasi covid-19. Dukungan sosial yang diberikan kepada para siswa kelas XII SMA memiliki peranan penting dalam meredakan rasa cemas terkhusus saat menghadapi ujian. Dukungan yang berasal dari orang tua merupakan dukungan pertama yang bisa diperoleh anak karena orang tua adalah lingkungan pertama yang dikenal oleh anak sejak anak mengenal dunia. Dukungan yang diberikan dapat berupa perhatian, cinta, pertolongan, bantuan-bantuan sehingga anak merasa bahwa dirinya dicintai, diperhatikan, diharapkan dan didukung oleh orang tua. Dukungan dari orang tua memberikan rasa optimis dan percaya diri ketika anak sedang menghadapi situasi sulit seperti kecemasan dalam menghadapi ujian.

## DAFTAR PUSTAKA

- Afifa, N. S. (2020). Dukungan sosial dengan tingkat kecemasan siswa dalam menghadapi ujian akhir nasional. *Jurnal Ilmiah Kesehatan Sandi Husada*, 11(1), 78-85.  
<https://doi.org/10.35816/jiskh.v11i1.221>
- Albertus, A. (2020, Juni 28). LTMPT: Ini protokol lengkap A sampai H pelaksanaan UTBK 2020 Terbaru. Diakses pada oktober 17, 2021. Kompas. [Google](#)
- Anhusadar, L. (2020). Persepsi mahasiswa PIAUD terhadap kuliah online di masa pandemi COVID 19. *Kindergarten: Journal of Islamic Early Childhood Education*, 3(1), 44-58.  
<http://dx.doi.org/10.24014/kjiece.v3i1.9609>
- Asrifa, N. D. (2021). Hubungan dukungan orang tua dengan kecemasan pada mahasiswa Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Sultan Ageng Tirtayasa angkatan 2017 yang sedang menyusun skripsi. *Jurnal al-Shifa Bimbingan Konseling Islam*, 2(1), 39-51.  
<http://dx.doi.org/10.32678/alshifa.v2i1.4696>
- Azwar, S. (2012). Reliabilitas dan validitas. *Yogyakarta: pustaka pelajar*. [Google Scholar](#)
- Cassady, J. C., & Johnson, R. E. (2002). Cognitive test anxiety and academic performance. *Contemporary educational psychology*, 27(2), 270-295.  
<https://doi.org/10.1006/ceps.2001.1094>
- CNN Indonesia (2020, Juli 06). Cemas peserta sbmptn saat ujian di tengah pandemi corona. [cnnindonesia.com](http://cnnindonesia.com)
- Danu Damarjati (2020, Juni 24). COVID-19 masih mewabah, UTBK-SBMPTN akan dilaksanakan 2 gelombang. detik. [Google](#)
- Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. (2020). Pedoman pencegahan dan pengendalian Coronavirus Disease 2019 (Covid-19). [infeksiemerging.kemkes](http://infeksiemerging.kemkes). [Google](#)
- Kementerian Pendidikan dan Kebudayaan Republik Indonesia. (2020). Penerimaan mahasiswa baru program sarjana pada perguruan tinggi negeri. [kemendikbud](http://kemendikbud). [Google](#)
- Lastina, F. F., & Abidin, Z. (2013). Hubungan antara dukungan sosial dengan kecemasan menghadapi ujian nasional pada siswa SMA Negeri 2 Kota Magelang. *Jurnal empati*, 2(3), 359-368.  
<https://doi.org/10.14710/empati.2013.7360>

- Macdonald, G. (1998). Development of a social support scale: An evaluation of psychometric properties. *Research on Social Work Practice*, 8(5), 564-576. <https://doi.org/10.1177/104973159800800505>
- Mahar Prastiwi (2021, April 10). Calon mahasiswa, simak jawaban LTMPT seputar persiapan UTBK-SBMPTN. *kompas*. [Google](#)
- Maharani, T. I., & Fakhurrozi, M. (2014). Hubungan dukungan sosial dan kecemasan dalam menghadapi persalinan pada ibu hamil trimester ketiga. *Jurnal Psikologi*, 7(2). [Google Scholar](#)
- Maramis, F. W. (2009). *Catatan ilmu kedokteran jiwa* (2<sup>nd</sup> ed). Surabaya: Airlangga University Press. [Google Scholar](#)
- Mona, N. (2020). Konsep isolasi dalam jaringan sosial untuk meminimalisasi efek contagious (kasus penyebaran virus corona di Indonesia). *Jurnal Sosial Humaniora Terapan*, 2(2). <https://doi.org/10.7454/jsht.v2i2.86>
- Nevid, S. J., Rathus, A. S., dan Greene, B. (2005). *Psikologi Abnormal* (5<sup>th</sup> ed). Jakarta: Penerbit Erlangga. [Google Scholar](#)
- Putri, H. M., & Febriyanti, D. A. (2020). Hubungan dukungan sosial orangtua dengan kecemasan menghadapi dunia kerja pada mahasiswa tingkat akhir fakultas Psikologi Universitas Diponegoro. *Jurnal Empati*, 9(5), 375-383. <https://doi.org/10.14710/empati.2020.29261>
- Rambe, Y. S. (2017). Hubungan self efficacy dan dukungan sosial dengan kecemasan siswa menghadapi Ujian Nasional Berbasis Komputer (UNBK) di SMK swasta PAB 12 Saentis. *Analitika: Jurnal Magister Psikologi UMA*, 9(1), 60-67. <https://doi.org/10.31289/analitika.v9i1.740>
- Sarafino, E. P., & Smith, T. W. (2012). *Health psychology: Biopsychosocial interactions* (7<sup>th</sup> ed). John Wiley & Sons. [Google Scholar](#)
- Sekarina, D. P., & Indriana, Y. (2018). Hubungan antara dukungan sosial orangtua dengan kecemasan menghadapi dunia kerja pada siswa kelas XII SMK Yudya Karya Magelang. *Empati*, 7(1), 381-386. <https://doi.org/10.14710/empati.2018.20254>
- SSC Sidoarjo (2020, April 14). 5 hal yang pasti dirasakan siswa kelas XII SMA saat semester akhir. *sidoarjo.bimbelssc*. [Google](#)
- Sugiyono, prof. dr. (2013). *Metode penelitian pendidikan pendekatan kuantitatif, kualitatif, dan R&D*. Bandung: Alfabeta. [Google Scholar](#)
- Undang-undang Republik Indonesia. (1989). *Sistem pendidikan nasional*. [Google](#)
- Wade, C & Travis, C. (2007). *Psikologi*. (9<sup>th</sup> ed). Jilid 2. (terjemahan: Padang Mursalin dan Dinastuti). Jakarta: Erlangga. [Google Scholar](#)