



Jurnal Bimbingan Konseling Indonesia is licensed under  
[A Creative Commons Attribution-Non Commercial 4.0 International License.](https://creativecommons.org/licenses/by-nc/4.0/)

## Efektivitas Layanan Konseling Individual Pendekatan Psikoanalisis Klasik untuk Menurunkan Kecemasan Akademik Siswa IQ Superior

Sri Yani<sup>1)</sup>, Ade Chita Putri Harahap<sup>2)</sup>

<sup>1)</sup> Universitas Islam Negeri Sumatera Utara, Medan, Indonesia

E-mail: [sri0303201112@uinsu.ac.id](mailto:sri0303201112@uinsu.ac.id)

<sup>2)</sup> Universitas Islam Negeri Sumatera Utara, Medan, Indonesia

E-mail: [adechitaharahap@uinsu.ac.id](mailto:adechitaharahap@uinsu.ac.id)

---

**Abstrak.** Latar belakang penelitian ini adalah tuntutan keberhasilan belajar mengajar yang dapat menimbulkan kecemasan akademik pada siswa dengan IQ superior. Kecemasan akademik yang dirasakan oleh siswa IQ superior akan membutuhkan penyelesaian masalah melalui konseling individual yang dilaksanakan oleh guru BK dengan menggunakan pendekatan-pendekatan dalam bimbingan dan konseling seperti pendekatan psikoanalisis. Penelitian ini bertujuan untuk mengevaluasi efektivitas konseling individual dengan pendekatan psikoanalisis klasik dalam menurunkan kecemasan akademik siswa dengan IQ superior. Penelitian ini menggunakan metode kuantitatif eksperimen *designone gruop pretest-posttest* populasi. Populasi penelitian adalah siswa kelas VII dengan IQ superior, dan sampel terdiri dari 5 siswa dengan kecemasan akademik, dipilih melalui *purposive sampling*. Analisis data menggunakan uji *Wilcoxon Signed Rank Test*. Hasil yang didapat nilai *Significan Asymp. Sig (2-tailed)* sebesar 0,005 lebih kecil (<) dari 0,05 yaitu nilai *Significan Asymp. Sig (2-tailed)* yaitu 0,05 berdasarkan hasil yang didapatkan maka disimpulkan bahwa layanan konseling individual dengan pendekatan psikoanalisis klasik efektif untuk menurunkan kecemasan akademik siswa pada siswa dengan IQ superior. Implikasinya, sekolah dan konselor sebaiknya mempertimbangkan pendekatan ini dalam program konseling untuk membantu siswa mencapai potensi akademik optimal.

Kata Kunci: Kecemasan Akademik Siswa IQ Superior; Layanan konseling Individual; Pendekatan Psikoanalisis klasik.

---

### I. PENDAHULUAN

Pendidikan mempunyai kewajiban untuk mengembangkan mutu sumber daya manusia. Institusi pendidikan diharapkan bisa berpartisipasi dalam kemajuan ilmu pengetahuan dan teknologi yang bertambah pesat (Nasrullah et al., 2018). Banyak pengamatan yang diarahkan kepada pertumbuhan dan kemajuan pendidikan demi mengembangkan kualitas pendidikan. Pendidikan yang bermutu akan menciptakan sumber daya manusia yang bermutu juga (Rifa Hanifa Mardiyah et al., 2021). Berdasarkan memotivasi semua lapisan masyarakat dan mengamati kemajuan dunia pendidikan. Pemimpin dalam pendidikan mengutamakan

aspek-aspek kemusiaan yang berlandaskan pada aspek-aspek yang bisa membangun sumber daya manusia yang berkualitas di Indonesia agar sesuai dengan yang diharapkan (Wahyuni & Putra, 2020).

Karena kondisi pendidikan di Indonesia ini yang gawat darurat perlu adanya perubahan dalam dunia pendidikan salah satu tuntutan dalam dunia pendidikan yaitu konsep penelitian dan implementasi aktivitas belajar mengajar sudah harus menetapkan pusat pendidik wajib memperbaiki keyakinan mendasar pendidikan. Pendidik harus menyesuaikan serta menjalankan kegiatan belajar mengajar yang berkualitas. Setara pada tujuan pendidikan nasional yaitu

menciptakan individu yang berkualitas. Pendidikan yang bermutu yaitu pendidikan yang melahirkan tamatan yang mempunyai kemampuan dasar dalam belajar, maka dapat menunjang inovasi dalam pendidikan. Kenaikan kualitas pendidikan bisa dikerjakan dengan berbagai cara, contohnya peningkatan dan pengubahan kurikulum, peningkatan atau kualitas kompetensi guru, media belajar, artikel dan pembenahan metode pembelajaran (Heruman, 2016).

Dari peningkatan kualitas tersebut dapat dipastikan tercapailah tujuan pendidikan. Pencapaian tujuan pendidikan yang dirasakan siswa di sekolah menjadi bagian dari proses belajar. Proses belajar tersebut dilakukan untuk memahami sejauh mana perubahan yang sudah terjadi (Jogiyanto, 2007). Salah satu tujuan dari proses pembelajaran yaitu mencapai prestasi dalam belajar. Demi adanya penilaian akan memahami sejauh mana pencapaian sasaran belajar yang sudah dijalani oleh siswa. Pencapaian guna mengetahui kemampuan yang dimiliki oleh siswa bisa dilakukan dengan pemberian tugas harian, pembahasan, ujian bulanan, ujian semester, dan ujianakhir semester yang dilaksanakan setiap satu semester. Penilaian ini bisa menjadi tolak ukur siswa apakah mereka berprestasi dalam belajar atau tidak (Rusman, 2014).

Penilaian yang diberikan guru kepada siswa agar mengungkapkan prestasi belajar pada setiap proses belajar yang dirasakan oleh setiap siswa dalam mencapai tuntutan pendidikan yang ada, karena adanya yang harus dicapai maka muncul kecemasan akademik pada siswa. Kecemasan hadir sebab munculnya perasaan yang terlalu emosional. Karena hal ini memiliki hubungan bisa hadir sebab lingkungan yang mendukung, mulai dari lingkungan keluarga, sekolah, ataupun faktor penyebab. Ketakutan dan kecemasan siswa inilah yang mengganggu pikiran dan pandangan yang menjadikan fokus pada hal tersebut dan menjadikan siswa kurang fokus kepada proses belajarnya (Debi, 2018). Kecemasan akademik adalah suatu kondisi yang memiliki tanda

ketegangan fisiologis, perasaan kurang menyenangkan, dan perasaan khawatir maka suatu hal yang buruk bakal terjadi (Durand, V. Mark & Barlow, 2006). Terdapat beberapa sumber kecemasan oleh siswa kecemasan tersebut seperti kecemasan, emosional, dan gangguan hambatan saat menyelesaikan tugas (Riadi, 2018). Pemberian banyak tugas maupun kuis dengan tiba-tiba juga menjadikan siswa merasa takut, tertekan dan cemas, perasaan cemas, takut, atau stress akan ditimbulkan karena memiliki tuntutan yang wajib dilakukan di sekolah maupun lembaga pendidikan ditandai dengan kecemasan akademik (Johnson et al., 2014).

Dari pengertian kecemasan akademik di atas dapat disimpulkan dengan kecemasan mempengaruhi keadaan intelektual dan perasaan siswa ketika mulai belajar maupun mulai berhubungan pada pelajaran yang menimbulkan awal kecemasan. Hal ini sering dirasakan oleh siswa IQ superior maupun siswa lainnya dengan tuntutan pendidikan yang harus tercapai. Kecemasan timbul karena Ada beberapa faktor penyebab munculnya kecemasan akademik pada siswa IQ superior dan siswa IQ rata-rata. Pertama, yakni saat siswa merasa cemas menunjukkan sikap kesusahan khususnya dalam penjelasan penyampaian intruksi menyebabkan kehilangan proses yang menyatakan bahwa kecemasan mengurangi keaktifan (Matthews et al., 2013).

Kedua, kecemasan akademik pada siswa memberikan dampak pada kecenderungan untuk memikirkan suatu hal secara berlebihan dan berulang-ulang. Ketiga, kecemasan dapat menjadi aspek penghalang dalam belajar dan bisa menghalangi kemampuan berpikirseseorang. Keempat, jika siswa mempunyai kecemasan akademik yang terlalu berlebihan maka berpengaruh negatif pada siswa serta mendapat tekanan psikologis sehingga mencapai hasil belajar yang tidak memuaskan (Ottens, 1989).

Faktor penyebab timbulnya kecemasan akademik yaitu. 1), gangguan kesehatan. 2), kompetisi antar siswa yang ketat. 3), hubungan siswa dengan guru kurang baik. 4), kebiasaan belajar yang buruk. 5), fasilitas dan infrastruktur

sekolah yang tidak memadai. 6), persepsi siswa yang salah terhadap pandangan orang lain tentang hasil belajarnya. 7), ketidakmampuan menyesuaikan diri. 8), pengharapan orangtua yang tidak realistis terhadap hasil belajar anak. 9), orangtua yang otoriter. 10), adanya masalah keluarga. 11), diskriminasi dan 12). penolakan dari lingkungan.

Siswa IQ superior ini memiliki susunan pola pikir yang berbeda-beda sehingga menjadikan pengalaman masa remaja mereka unik dibandingkan dengan teman seusianya yang neurotipikal. Dalam hal ini kemampuan siswa dilihat dari bidang akademik, perkembangan sosial, dan emosional siswa. Pandangan orang lain terhadap siswa IQ superior cenderung buruk dan kurang baik karena anggapan bahwa siswa IQ superior ini memiliki keterampilan bersosialisasi yang sering dianggap buruk oleh sekitar. Masalah yang kadang dihadapi oleh siswa IQ superior sering kali berasal dari ketidaksinkronan dengan lingkungan pendidikan mereka. Seperti perkembangan yang tidak merata dengan teman seusianya dianggap bahwa mereka kurang mampu menyesuaikan kemampuan mereka yang di atas rata-rata dengan kemampuan siswa lainnya, siswa IQ superior sering dianggap angkuh, sombong dan egois yang mengakibatkan sulit mendapatkan teman yang memiliki minat yang sama dan sulit mengetahui cara untuk mengekspresikan dengan tepat dalam lingkungan sehingga terganggu pada lingkungan pendidikannya. Sedangkan menurut para ahli siswa IQ Superior dapat didefinisikan menjadi anak cerdas yang memiliki IQ kurang lebih 120-130 (Yusuf, 2012).

Adapun demikian siswa IQ superior ini selalu dipandang perfeksionis yang dikaitkan dengan kemampuan akademik, harga diri, serta berprestasi tinggi yang mengakibatkan menimbulkan masalah dengan tekanan yang didapat dari lingkungan, keluarga, dan teman sebaya bahwa siswa IQ superior harus menjadi sempurna. Padahal hal tersebut membuat ketidakmampuan mereka untuk melihat potensi diri merentasendiri berada dimana yang

melampaui peran mereka sebagai “siswa pintar” di kelas. Kemampuan siswa IQ superior pada bidang akademik membuat mereka cemas pada masa depan yang akan mereka hadapi, kecemasan yang berlebihan membuat mereka tidak fokus pada satu tujuan dalam hidup, melainkan menyiapkan perencanaan-perencanaan lain yang akan mereka capai pada masa yang akan datang. Kecemasan yang ditimbulkan akan berdampak pada pendidikan yang sedang ditempuh saat ini, misalnya siswa IQ superior sedang mempersiapkan jenjang pendidikannya mulai Sekolah Menengah Pertama melanjutkan ke Sekolah Menengah Atas dengan ini mereka akan mempersiapkan dengan matang semua yang diperlukan mulai dari sekolah-sekolah ternama, jurusan, serta apa saja yang akan mereka lakukan di sekolah tersebut. Namun hal ini akan berdampak negatif jika yang dimimpikan berbanding terbalik dengan apa yang terjadi nantinya, maka akan memberikan dampak pada pendidikan, sosial, dan emosional pada lingkungan sekitar.

Siswa IQ superior juga selalu mencoba hal-hal baru yang mengasah kemampuan akademik mereka lebih baik lagi tetapi hal ini juga dapat memberikan efek negatif pada pendidikan mereka, kemudian mereka tidak mampu mengetahui bidang mana yang sesuai untuk menunjang kemampuan yang dimilikinya. Karena semua bidang dapat mereka lewati dengan baik misalnya, pada bidang akademik mereka memiliki kemampuan yang baik kemudian pada bidang seni mereka juga memiliki nilai seni yang sangat baik, dan pada bidang olahraga mereka juga mampu mengikuti setiap cabang olahraga yang diikuti. Kemudian dari semua bidang yang dicoba mereka mampu melakukannya dengan baik, hal ini lah yang akan membuat mereka kesulitan dalam menentukan bakat dan minatnya lebih dominan ke bidang manakah diri mereka. Salah satu pendapat ahli mengatakan bahwa kemampuan awal seseorang yang merupakan kemampuan yang harus dilatih dan dikembangkan untuk mencapai suatu keahlian, pengetahuan dan kecerdasan khusus, misalnya kemampuan membawa acara, bermain alat musik, menyanyi,

dan lain-lain. Seseorang yang memiliki bakat bermain alat musik contohnya, atas bimbingan yang sama pada seseorang yang tidak memiliki bakat bermain alat musik, akan lebih ditunjang dengan kemauan, latihan, pengetahuan dan pengalaman agar bakat tersebut dapat tersalurkan dengan baik (Pairan, 2021).

Jika dilihat dari masalah diatas kecemasan akademik sangat berpengaruh pada pendidikan siswa di sekolah baik siswa IQ superior maupun siswa IQ rata-rata. Kecemasan akademik merupakan perasaan cemas dan khawatir terhadap apa yang akan terjadi, anggapan ini mengganggu saat mengerjakan tugas dan kegiatan yang bermacam-macam pada kondisi akademik. Kecemasan akademik terbentuk karena terganggunya aspek kognitif, psikomotorik seperti sulit tidur, overthinking, tidak mau kalah, kurang fokus (Nugraha et al., 2018). Selanjutnya (Banga, 1988) menyampaikan yaitu kecemasan akademik timbul karena kekhawatiran yang muncul disebabkan kegagalan belajar pada diri siswa.

Dari kecemasan akademik yang muncul dan dirasakan oleh siswa IQ superior maka siswa membutuhkan penyelesaian masalah dengan melakukan konseling individual pada guru BK atau Konselor. Konseling individual yaitu sebuah bantuan yang diberikan pada siswa atau individu dari Konselor (seorang ahli) dalam memahami pribadinya, mengenal lingkungannya sesuai dengan norma-norma yang berlaku, dan merencanakan masa depan (Rohman, 2018). Dengan menggunakan pendekatan-pendekatan dalam bimbingan dan konseling seperti pendekatan psikoanalisis. Dalam sejarah psikoanalisis membahas tentang ilmu psikologi sudah ditanggapai sebagai sebuah ilmu yang mandiri mulai tahun 1879 saat Wilhelm Munt membangu laboratorium psikologi di Jerman. Mulai waktu itu, ilmu psikologi bertumbuh cepat yang ditemui dengan munculnya beragam aliran-aliran. Adapun aliran pada ilmu psikologi ini yaitu prinsip kepribadian. Prinsip ini akhirnya diartikan bagi para ahli dengan penjelasan yang bermacam-

macam, beberapa penjelasan konsep kepribadian dari aliran psikoanalisis (Ja'far, 2016).

Teori psikoanalisis adalah prinsip yang menjelaskan tentang kenyataan dan pertumbuhan kepribadian. Bagian utama didalam prinsip ini yaitu motivasi, perasaan emosional dan bagian-bagian internal lainnya. Prinsip ini memperkirakan tentang kepribadian yang tumbuh karena adanya masalah-masalah dari segi psikologis yang kebanyakan dialami pada anak usia dini. Psikoanalisis adalah sistem yang berawal dari penemuan Sigmund Freud yang menjadi landasan dalam sebuah teori psikologis dan berkaitan dengan gangguan kepribadian manusia dan perilaku yang ditimbulkan. Psikoanalisis dalam melihat kejiwaan manusia yaitu sebagai bentuk dari adanya suat dorongan yang menyebabkan masalah. Dorongan-dorongan ini sebagian disadari dan sebagiannya lagi tidak disadari, bila sebagian besar dorongan dalam diri manusia itu tidak disadari, masalah yang muncul karena adanya dorongan yang saling berlawanan merupakan makhluk sosial.

Menurut Sigmund Freud struktur kepribadian terdiri dari: id, ego, dan superego. Id merupakan aspek biologis, sistem asli dalam kepribadian atau disebut juga dunia batin manusia yang tidak mempunyai kaitan langsung dengan dunia objektif, yang berisikan hal-hal yang dibawa sejak lahir dan sebagai tempat menyimpan energi psikis untuk menggerakkan ego dan superego. Berbeda dari id, ego merupakan aspek psikologis kepribadian yang muncul karena kebutuhan makhluk hidup untuk berhubungan dengan kenyataan. Ego berprinsip pada kenyataan dan menjawab dengan proses berfikir realitas dan dengan proses ego itu sendiri. Pendekatan psikoanalisis tidak dapat dipisahkan dari pendidikan jika di istilahkan seperti perkawinan yang satu sama lain membutuhkan keberadaannya namun mereka tidak mengetahui tujuan dari satu sama lain tersebut. Begitu juga dari penjelasan yang sudah dikemukakan diatas bahwa pendekatan psikoanalisis ini memiliki 3 aspek yaitu id, ego, dan superego didalamnya, adapun masalah-masalah yang lahir dari penjelasan diatas yaitu

pada pemberian layanan konseling individu dengan pendekatan psikoanalisis untuk menurunkan kecemasan akademik pada siswa IQ superior (Freud 2005).

Berdasarkan latar belakang masalah yang telah diuraikan, maka identifikasi masalah yang didapatkan sebagai berikut. Pertama, tingginya kecemasan akademik pada siswa IQ superior yang disebabkan oleh perasaan yang terlalu emosional. Kedua, kecemasan terhadap tuntutan pendidikan yang harus tercapai. Ketiga, kecemasan akademik memberikan dampak pada kecenderungan untuk memikirkan suatu hal secara berulang-ulang.

## II. METODE

Metode penelitian ini memakai pendekatan kuantitatif dengan metode eksperimen. Metode penelitian eksperimen bisa dimaknai sebagai penelitian yang dipergunakan buat mencari pengaruh perlakuan tertentu terhadap seseorang dengan keadaan yang terselesaikan. Desain yang dipakai atas penelitian ini adalah *pre-eksperimental design* ialah rancangan yang meliputi hanya satu kelompok atau kelas yang diberikan pra dan pasca uji, rancangan *one grup pretest and posttest design* ini dilakukan kepada satu kelompok tanpa adanya kelompok control atau pembanding. Penelitian ini menggunakan cara membandingkan kondisi sebelum diberikan perlakuan dan kondisi setelah diberi perlakuan. Sesuai pada desain yang digunakan pemeriksaan dilakukan sebanyak dua kali yaitu sebelum dan sesudah eksperimen. (Sugiyono, 2018).

Metode ini akan dilakukan dengan sampel yang diberi test awal (*pretest*) dan diberi test akhir (*posttest*) setelah diberi perlakuan. *Pretest* diberikan untuk mengetahui kemampuan dasar siswa IQ Superior tentang kecemasan akademik, sedangkan *posttest* diberikan untuk mengetahui kecemasan akademik pada siswa IQ Superior setelah diberikan perlakuan.

Adapun gambaran desain *one group pretest-posttest* dibawah ini:

O1 X O2

Ketentuan:

O1 : Jumlah tes awal (*pretest*)

O2 : Jumlah tes akhir (*posttest*)

X :Tindakan dengan layanan konseling individual pendekatan psikoanalisis klasik untuk menurunkan kecemasan akademik siswa IQ Superior

Populasi penelitian ini sebanyak 5 kelas VII yang berjumlah 150 siswa, dengan jumlah sampel 5 orang siswa yang diambil menggunakan metode *purposive sampling* memiliki IQ Superior dan memiliki kecemasan akademik pada kategori tinggi. Untuk mengukur kecemasan akademik siswa IQ Superior digunaka skala pengukuran yang sebelumnya telah di uji terlebih dahulu oleh *Profesional judgment* kemudian dibantu dengan memakai program SPSS.

Metode analisis data pada penelitian ini digunakan analisis statistik nonparametris. Analisis data yang dipakai pada penelitian ini yaitu *Wilcoxon Signed Rank Test* dengan uji nonparametris selama menganalisis signifikansi perbedaan antara dua data berpasangan berskala ordinal namun tidak berdistribusi secara normal.

## III. HASIL DAN PEMBAHASAN

Penelitian dilakukan terhadap siswa kelas VII yang berjumlah 150 siswa. Dengan jumlah sampel sebanyak 5 orang siswa dari masing-masing kelas VII yang diambil dengan menggunakan metode *purposive sampling* memiliski IQ superior dan memiliki kecemasan akademik pada kategori tinggi.

Pembahasan pada penelitian ini mencakup hasil penelitian mengenai kecemasan akademik siswa IQ Superior sebelum dan sesudah diberikan layanan konseling individu menggunakan pendekatan psikoanalisis klasik. Distribusi frekuensi kondisi kecemasan akademik siswa sebelum diberikan perlakuan (*pretest*).

TABEL 1  
 DISTRIBUSI FREKUENSI DAN PERSENTASE PRETEST

Kategori	Interval	Frekuensi	Persentase
Sangat Tinggi	114-130	0	0%
Tinggi	92-113	5	100%
Sedang	70-91	0	0%
Rendah	48-69	0	0%
Sangat Rendah	26-47	0	0%
<b>Total</b>			<b>100%</b>

Tabel di atas memperlihatkan bahwa kecemasan akademik pada siswa IQ Superior sebelum diberikan perlakuan mencapai 100%. Skor rata-rata kecemasan akademik siswa IQ Superior yaitu 113. Maka dapat ditarik kesimpulannya bahwa kecemasan akademik siswa IQ Superior berada pada kategori tinggi.

Pada tabel 2 terdapat distribusi frekuensi sesudah diberikan perlakuan (*posttest*) kondisi kecemasan akademik siswa setelah diberikan perlakuan (*posttest*) bisa diperhatikan pada tabel berikut:

TABEL 2  
 DISTRIBUSI FREKUENSI SISWA SESUDAH DIBERIKAN PERLUKUAN (POSTTEST)

Kategori	Interval	Frekuensi	Persentase
Sangat Tinggi	114-130	0	0%
Tinggi	92-113	0	0%
Sedang	70-91	0	0%
Rendah	48-69	5	100%
Sangat Rendah	26-47	0	0%
<b>Total</b>			<b>100%</b>

Tabel di atas memperlihatkan bahwa kecemasan akademik siswa IQ Superior sesudah diberikan perlakuan berada pada kategori rendah dengan presentase 100%. Skor rata-rata kecemasan akademik siswa IQ Superior yaitu 53. Maka dapat ditarik kesimpulannya bahwa layanan konseling individual pendekatan psikoanalisis klasik efektif untuk menurunkan kecemasan akademik siswa IQ Superior.

Untuk mengetahui perbedaan kondisi kecemasan akademik siswa sebelum dengan sesudah mendapatkan perlakuan maka dilakukanlah uji analisis data. analisis yang digunakan pada data penelitian ini adalah uji *wilcoxon*. Pengujian hipotesis akan dianalisis melalui statistik nonparametrik dengan uji *wilcoxon*. Perhitungan dilakukan dengan bantuan SPSS 23.

TABEL 3  
 HASIL UJI WILCOXON

PRETEST	
POSTEST	
Z	-2,032 <sup>b</sup>
Asymp. Sig (2-tailed)	,042

Tabel di atas memperlihatkan pada hasil uji *wilcoxon* yang angka probabilitas *Asymp. Sig* (2-tailed) 0,42 lebih kecil (<) dari 0,05 maka  $H_0$  diterima. Berdasarkan hasil yang didapat maka disimpulkan bahwa layanan konseling individual pendekatan psikoanalisis klasik efektif untuk menurunkan kecemasan akademik siswa IQ Superior.

Dari hasil yang diperoleh maka adanya perubahan sebelum dan sesudah diberikan layanan. Salah satu faktor yang mempengaruhi kecemasan akademik pada siswa IQ Superior adalah *pertama* gangguan kesehatan, *kedua* kompetisi antar siswa yang ketat, *ketiga* hubungan siswa dengan guru kurang baik, *keempat* fasilitas dan infrastruktur sekolah tidak memadai, dan *kelima* ketidakmampuan menyesuaikan diri.

Gangguan kesehatan dapat menyebabkan kecemasan akademik pada siswa IQ Superior dengan demikian siswa memiliki khawatir dan rasa takut atas gangguan kesehatan yang bisa terjadi pada diri siswa kapan saja. Sesuai dengan pendapat (Jannah, 2021) menyatakan bahwa salah satu penyebab kecemasan yaitu kecemasan yang disebabkan oleh penyakit karena perkara yang kurang jelas serta tidak berkaitan dengan apapun yang sesekali dibarengi atas perasaan emosional yang berpengaruh pada kelengkapan penderitanya.

Maka kecemasan muncul sebab timbulnya suatu perasaan emosional yang muncul melampaui batas arena itu, keduanya saling berkaitan disebabkan lingkungan yang mendukung.

Selanjutnya kompetisi antar siswa yang ketat dapat menyebabkan kecemasan akademik siswa IQ Superior. Hasil yang didapatkan setelah melaksanakan layanan konseling individual dengan pendekatan psikoanalisis klasik ternyata siswa menganggap persaingan itu merupakan ancaman bagi prestasi belajarnya. Sesuai dengan pendapat (Ahluwalia, 2022) menyatakan bahwa kompetisi merupakan dorongan dalam keadaan tertentu, tetapi dapat merusak yang lain. Dalam persaingan harus memiliki kesepakatan bersama untuk mendapatkan kemenangan, kompetisi harus mengandung satu tingkat kesamaan siswa yang efektif.

Selanjutnya hubungan siswa dengan guru kurang baik dapat menyebabkan kecemasan akademik siswa IQ Superior. Hasil yang didapatkan setelah melaksanakan layanan konseling individual dengan pendekatan psikoanalisis klasik bahwa siswa merasa takut untuk bertanya, berpendapat, dan berinteraksi dengan guru dan berdampak pada kurangnya penguasaan materi pembelajaran di kelas. Jadi hubungan guru dengan siswa adalah bagian penting yang menghasilkan minat belajar siswa, berarti proses belajar mengajar oleh guru dan nilai-nilai yang terkandung di dalamnya. Guru harus mampu mengalirkan pengetahuan yang dimiliki mulai dari aspek efektif, kognitif, dan psikomotorik. Guru mesti menciptakan suasana pembelajaran yang menyenangkan agar minat belajar siswa meningkat. Hal ini akan terjadi jika hubungan guru dengan siswa berjalan dengan baik (Firmansyah, 2015).

Selanjutnya fasilitas dan infrastruktur sekolah tidak memadai dapat menyebabkan kecemasan akademik siswa IQ Superior. Hasil yang didapat setelah melaksanakan layanan konseling individual dengan pendekatan psikoanalisis bahwa kurangnya alat praktek pada proses belajar mengajar dan ekstrakurikuler yang kurang mendukung bagi prestasi belajar siswa. Sarana

pendidikan adalah peralatan yang secara langsung digunakan demi menunjang proses pendidikan, terutama proses belajar mengajar, contohnya ruang kelas, meja, kursi, serta alat-alat dan media pengejaran. Karena hal ini pendidikan akan berjalan dengan baik ketika penggunaan sarana optimal digunakan oleh tenaga pendidikan yang berkaitan secara sempurna (Hasnadi, 2022).

Selanjutnya ketidakmampuan menyesuaikan diri dapat menyebabkan kecemasan akademik siswa IQ Superior. Hasil yang didapat setelah melaksanakan layanan konseling individual dengan pendekatan psikoanalisis klasik siswa tidak mampu menyesuaikan diri di lingkungan sekitar karena dari kecil sudah disibukkan dengan pendidikan yang telah direncanakan oleh orang tua. Sejalan dengan pernyataan (Harahap, 2019) yaitu karakter sangat dekat kaitannya dengan moral, tingkah laku, carapandang, kognitif, serta sikap yang diperlihatkan oleh seseorang. Sedangkan pengertian penyesuaian diri adalah sebagai penyesuaian diri terhadap lingkungan sosial, yaitu kemampuan individu untuk dapat berinteraksi secara efektif dan harmonis terhadap situasi serta keadaan sosial, kemudian mampu menjalin hubungan sosial dengan baik di lingkungan (Meichati, 1983). Jadi bisa disimpulkan maka pendidikan karakter merupakan investasi nilai-nilai moral kepada individu maupun kelompok dan mengarahkan untuk melaksanakan kebiasaan-kebiasan baik pada kehidupan sehari-hari contohnya sopan dan santun, etika dalam berbicara, sikap jujur, dan sebagainya (Harahap, 2019)

Tahapan konseling adalah mengubah perilaku. Dalam pendekatan psikoanalisa hakikat konseling adalah agar individu mengetahui ego dan memiliki ego yang kuat, yaitu menempatkan ego pada tempat yang benar seperti sebagai pihak mampu memilih secara rasional dan menjadi mediator antara Id dan Superego. Konseling dalam pandangan psikoanalisis adalah sebagai proses reduksi terhadap ego menjadi lebih realistik dan rasional (Pereira, 2017). Freud memandang sifat manusia pada dasarnya pesimistik, deterministik, mekanistik, dan

reduksionistik. Dimana manusia di lihat dari keyakinan filosofis bahwa semua peristiwa terjadi sebagai akibat dari adanya beberapa keharusan yang tidak dapat dielakkan. Freud menekankan peran naluri-naluri yang bersifat bawaan dan biologis. Beberapa konsep dasar dari Psikoanalisis klasik yaitu, pertama manusia bersifat tidak rasional, tidak sosial dan destruktif terhadap dirinya dan orang lain. Kedua, ketidak mampuan menaruh kepercayaan pada diri sendiri dan pada orang lain. Ketiga, ketidakmampuan mengakui dan mengungkapkan perasaan-perasaan benci dan marah, penyangkalan terhadap kekuatan sendiri sebagai pribadi, dan kekurangan perasaan-perasaan untuk mengambil keputusan tanpa diganggu gugat.

Pemberian layanan konseling individual dengan pendekatan psikoanalisis klasik bertujuan untuk membentuk kembali struktur karakter individu, dengan cara merekonstruksi, membahas, menganalisis, dan menafsirkan kembali pengalaman-pengalaman masa lalu yang terjadi di masa kanak-kanak. Membantu konseli untuk membentuk kembali struktur karakternya dengan menjadikan hal-hal yang tidak disadari menjadi disadari oleh konseli. Secara spesifik, membawa konseli dari dorongan-dorongan yang ditekan, memberikan kesempatan pada konseli untuk menghadapi situasi yang selama ini ia gagal mengatasinya.

Penelitian oleh Shedler (2010) menunjukkan bahwa terapi psikoanalitik memiliki dampak positif yang signifikan pada berbagai masalah mental. Dalam metaanalisis ini, ditemukan bahwa terapi psikoanalisis tidak hanya memberikan hasil yang signifikan dalam jangka pendek, tetapi juga memiliki efek jangka panjang yang bertahan lebih lama dibandingkan dengan beberapa bentuk terapi lain. Hal ini mendukung tujuan utama pendekatan psikoanalisis klasik dalam membantu konseli mencapai kesadaran diri yang lebih tinggi dan memperbaiki struktur karakter mereka.

Pendekatan yang dilakukan oleh konselor pada konseli dengan pendekatan psikoanalisis klasik yaitu. Pertama, konselor dalam sesi konseling membantu konseli dalam mencapai kesadaran diri,

ketulusan hati, dan hubungan pribadi yang lebih efektif dalam menghadapi kecemasan akademik dengan cara-cara yang realistis. Kedua, konselor membangun hubungan kerja sama yang baik dengan konseli kemudian melakukan serangkaian kegiatan mendengarkan dan menafsirkan. Penelitian oleh Beutel et al. (2013) mengkaji bagaimana terapi psikoanalitik dapat mengurangi kecemasan akademik. Mereka menemukan bahwa melalui teknik psikoanalisis, konseli mampu menghadapi dan mengatasi kecemasan yang berhubungan dengan situasi akademik yang sebelumnya tidak dapat mereka atasi. Temuan ini memperkuat pentingnya mendengarkan dan menafsirkan sebagai teknik efektif dalam membantu konseli menghadapi kecemasan akademik.

Ketiga, konselor memberikan perhatian kepada konseli atas penolakan atau pertahanan konseli yang tidak sejalan dengan tujuan konseling. Keempat, konselor membangun hubungan kerja sama dengan konseli dan kemudian melakukan serangkaian kegiatan mendengarkan dan menafsirkan. Konselor membantu konseli untuk mempercepat proses penyadaran hal-hal yang tersimpan dalam ketidaksadaran. Salah satu fungsi utama konselor adalah mengajarkan proses demi proses pada konseli agar mendapatkan pemahaman terhadap masalahnya sendiri, mengalami peningkatan kesadaran atas cara-cara berubah, sehingga konseli mampu mendapatkan kendali yang lebih rasional atas hidupnya sendiri.

Dengan didukung oleh penelitian-penelitian terdahulu, pendekatan psikoanalisis klasik terbukti efektif dalam membantu konseli mengatasi berbagai masalah mental dan meningkatkan kesadaran diri serta pengendalian atas hidup mereka. Penelitian oleh Shedler (2010) dan Beutel et al. (2013) memberikan bukti empiris yang kuat bahwa teknik psikoanalitik dapat menghasilkan perubahan yang signifikan dan bertahan lama dalam kehidupan konseli, termasuk dalam konteks menghadapi kecemasan akademik.



#### IV. KESIMPULAN

Kondisi kecemasan akademik siswa di MTs Negeri 2 Medan sebelum diberikan perlakuan ada pada kategori tinggi. Kemudian setelah diberikan perlakuan kondisi kecemasan akademik siswa ada pada kategori rendah. Ternyata layanan konseling individual dengan pendekatan psikoanalisis klasik efektif untuk menurunkan kecemasan akademik siswa IQ Superior. Bisa dilihat dari hasil analisis data sebelum (*pretest*) dan sesudah (*posttest*) diberikan layanan konseling individual dengan pendekatan psikoanalisis klasik.

#### V. DAFTAR PUSTAKA

- Ahluwalia, L., Anggarini, D. R., & Aldino, A. A. (2022). Strategi Peningkatan Kompetensi Siswa Smk Islam Adiluwih Untuk Menghadapi Persaingan Global. *Journal of Social Sciences and Technology for Community Service (JSSTCS)*.
- Banga, S. S. (1988). C-genome chromosome substitution lines in *Brassica juncea* (L.) Coss. *Genetica*.
- Beutel, M. E., Stark, R., Pan, H., Silbersweig, D., & Dietrich, S. (2013). Changes of brain activation pre- post short-term psychodynamic inpatient psychotherapy: An fMRI study of panic disorder patients. *Psychiatry Research: Neuroimaging*, 214(3), 231-239.
- Durand, V. Mark & Barlow, D. H. (2006). Intisari Psikologi Abnormal. In *Essentials of abnormal psychology*.
- Firmansyah Dani. (2015). Pengaruh Strategi Pembelajaran Dan Minat Belajar Terhadap Hasil Belajar Matematika. *Jurnal Pendidikan Unsika*.
- Freud, S. (2005). A general introduction to psychoanalysis. *Boni and Liveright*.
- Hasnadi. (2022). Manajemen Sarana Dan Prasarana Pendidikan. *Bidayah: Studi Ilmu-Ilmu Keislaman*.
- Harahap, A. C. P. (2019). Character building pendidikankarakter. *Al-Irsyad: Jurnal Pendidikan Dan Konseling*, 9(1).
- Heruman, R. dalam. (2016). Pengaruh Model Teams Games Tournament (Tgt) Terhadap Hasil Belajar Matematika Siswa Kelas 5 Sdn Mojotengah 2 Temanggung Semester Ii Tahun Pelajaran 2015/2016. *Pengaruh Model Teams Games Tournament )Tgt)*.
- Istiatoro Debi.(2018) “*Identifikasi Faktor Penyebab Kecemasan Akademik Pada Siswa Kelas XI Di SMA Negeri 3 Bantul*” *Jurnal Riset Mahasiswa Bimbingan Dan Konseling*. Volumen 4, Nomor 10.
- Ja’far, S. (2016). Struktur Kepribadian Manusia Perspektif Psikologi Dan Filsafat. *Psymphatic: Jurnal Ilmiah Psikologi*. <https://doi.org/10.15575/psy.v2i2.461>
- Jannah, N., Endah Muliatie, Y., & Kholili, N. (2021). Preventive Gerd With Education Stress Management Jelita Smes During The Covid-19 Pandemic In Manukan Surabaya. *Prosiding Konferensi Nasional Pengabdian Kepada Masyarakat Dan Corporate Social Responsibility (PKM-CSR)*.
- Jogiyanto. (2007). Sistem informasi keperilakuan / Jogiyanto HM. In *Contemporary Sociology*.
- Johnson, K., Simon, N., Wicks, M., Schaad, D., Barr, K. P., & O’Connor, K. (2014). Sleep habits, quality of life and satisfaction with academic success in second year medical students. *Journal of General Internal Medicine*.
- Matthews, G., Davies, D. R., Westerman, S. J., & Stammers, R. B. (2013). Human performance: Cognition, stress and individual differences. In *Human Performance: Cognition, Stress and Individual Differences*.
- Nasrullah, N., Sewang, A. M., Syamsudduha, S., & Said, N. (2018). Pembaruan Pemikiran Pendidikan Islam Muhammad Basiuni Imran (1906-1976 M). *Jurnal Diskursus Islam*.
- Nugraha, I., Nurhasanah, & A’yuna, Q. (2018). Hubungan regulasi diri dengan kecemasan akademis pada siswa SMA Negeri 1 Banda Aceh. *Jurnal Ilmiah Mahasiswa Bimbingan Dan Konseling*.
- Ottens, A. (1989). The Construction of an Academic Anxiety Coping Scale. *Journal of*

*College Student Development.*

- Pairan, P., & Abdullah, S. A. (2021). Pengembangan Komunitas Dalam Mewujudkan Lingkungan Ramah Anak Berkebutuhan Khusus. *Empati: Jurnal Ilmu Kesejahteraan Sosial*.
- Pereira, M., & Rekha, S. (2017). Problems, difficulties and challenges faced by counsellors. *internasional Juornal of Indian Psychology*, 4(3), 65-72
- Riadi, M. (2018). Pengertian, Aspek, Jenis dan Ciri Kontrol Diri. In <https://www.kajianpustaka.com/2018/06/pengertian-aspek-jenis-dan-ciri-kontrol-diri.html>.
- Rifa Hanifa Mardhiyah, Sekar Nurul Fajriyah Aldriani, Febyana Chitta, & Muhamad Rizal Zulfikar. (2021). Pentingnya Keterampilan Belajar di Abad 21 sebagai Tuntutan dalam Pengembangan Sumber Daya Manusia. *Lectura : Jurnal Pendidikan*.
- Rohman, A. (2018). Peran Bimbingan Dan Konseling Islam Dalam Pendidikan. *Jurnal PROGRESS: Wahana Kreativitas Dan Intelektualitas*.
- Rusman. (2014). Penerapan Pembelajaran Berbasis Masalah. *Edutech*.
- Shedler, J. (2010). The efficacy of psychodynamic psychotherapy. *American Psychologist*, 65(2), 98-109.
- Sugiyono. (2018). Metode Penelitian Pendidikan Pendekatan Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D. Alfabeta. Bandung. *E-Jurnal Ekonomi DanBisnis Universitas Udayana*.
- Wahyuni, I. W., & Putra, A. A. (2020). Kontribusi Peran Orangtua dan Guru dalam Pembentukan Karakter Islami Anak Usia Dini. *Jurnal Pendidikan Agama Islam Al-Thariqah*.
- Yusuf, S. (2012). Psikologi Perkembangan Anak dan Remaja. Bandung: RemajaRosdakarya. In *CIVED*.