



**UPAYA GURU BIMBINGAN KONSELING DALAM MENGATASI
KECEMASAN BELAJAR SISWA DI KELAS XI MIA 4 MAN 2
DELI SERDANG TAHUN AJARAN 2017/2018**

SKRIPSI

*Diajukan untuk Melengkapi Tugas-tugas dan Memenuhi Syarat-syarat
untuk Memperoleh Gelar Sarjana Pendidikan (S.Pd)
dalam ilmu Tarbiyah dan keguruan*

Oleh

Cut Amalia

Nim: 33.14.4.032

Pembimbing I

Pembimbing II

Dr. Afrahul Fadhilla Daulai, MA

NIP : 196812141993032001

Suhairi, ST,MM

NIP : 197711062007101001

**Program Studi: Bimbingan Konseling Islam
FAKULTAS ILMU TARBIYAH DAN KEGURUAN
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI
SUMATERA UTARA
MEDAN
2018**



**UPAYA GURU BIMBINGAN KONSELING DALAM MENGATASI
KECEMASAN BELAJAR SISWA DI KELAS XI MIA 4 MAN 2
DELI SERDANG TAHUN AJARAN 2017/2018**

SKRIPSI

*Diajukan untuk Melengkapi Tugas-tugas dan Memenuhi Syarat-syarat
untuk Memperoleh Gelar Sarjana Pendidikan (S.Pd)
dalam ilmu Tarbiyah dan keguruan*

Oleh

CUT AMALIA

NIM : 33.14.4.032

Program Studi Bimbingan Konseling Islam

**FAKULTAS ILMU TARBIYAH DAN KEGURUAN
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI
SUMATERA UTARA
MEDAN
2018**

ABSTRAK



Nama : Cut Amalia
NIM : 33144032
Fak/Jur : Ilmu Tarbiyah dan Keguruan/Bimbingan
 Konseling Islam
Pembimbing I : Dr. Afrahul Fadhilla Daulai MA
Pembimbing II : Suhairi ST,MM
Judul Skripsi : Upaya Guru BK dalam Mengatasi Kecemasan
 Belajar Siswa MAN 2 Deli Serdang

Untuk mengetahui pengaruh kecemasan belajar siswa terhadap prestasi belajar, untuk mengetahui upaya guru BK dalam mengatasi Kecemasan belajar siswa dan untuk mengetahui kendala yang dihadapi guru BK dalam menghadapi siswa yang mengalami kecemasan saat belajar serta mengetahui upaya dalam mengatasi kendala yang dihadapi guru BK dalam menghadapi kecemasan belajar yang dialami siswa MAN 2 Deli Serdang.

Metodologi penelitian yang digunakan adalah metode penelitian kualitatif, adapun yang menjadi informan penelitian ini adalah guru BK, kepala sekolah dan beberapa orang siswa.

Adapun temuan penelitian ini adalah sebagai berikut: (1) Kecemasan belajar siswa memang berpengaruh karena faktor yang menjadi penyebab dia mengalami kecemasan belajar pastinya akan menghambat prestasi belajar siswa; (2) Adapun upaya guru BK dalam mengatasi kecemasan belajar siswa adalah dengan memberikan layanan informasi, layanan orientasi, layanan konseling individu, layanan bimbingan kelompok, layanan konseling kelompok, dan layanan mediasi; (3) Kendala yang dihadapi guru BK dalam menghadapi siswa yang mengalami kecemasan belajar adalah dengan kekurangannya tenaga guru BK dan guru BK yang bukan berlatarbelakang BK; (4) Dalam mengatasi kendala yang di hadapi, maka guru BK diberikan pelatihan, seminar – seminar dan workshop terkait dengan Bimbingan Konseling, agar menambah wawasan tentang BK.

Diketahui oleh,
Pembimbing Skripsi I

Dr. Afrahul Fadhilla Daulai, MA
NIP : 196812141993032001

KATA PENGANTAR



Alhamdulillah, segala puji bagi Allah tuhan semesta alam atas rahmat dan karunia, petunjuk dan ridho-Nya penulis dapat menyelesaikan penulisan skripsi ini. Sholawat dan salam kepada Nabi Muhammad Rasulullah SAW yang telah membawa umat manusia dari zaman jahiliyah kepada kehidupan yang penuh dengan keimanan dan keislaman. Mudah-mudahan kita termasuk ke dalam golongan orang-orang yang mendapatkan syafaatnya di akhirat kelak.

Skripsi ini ditulis dalam rangka memenuhi sebagian persyaratan untuk memperoleh gelar Sarjana Pendidikan (S.Pd) pada Fakultas Ilmu Tarbiyah dan Keguruan UIN Sumatera Utara dengan judul: Upaya Guru Bimbingan Konseling Dalam Mengatasi Kecemasan Belajar Siswa MAN 2 Deli Sedang.

Penulis menyadari bahwa dalam penyusunan skripsi ini, banyak mendapat bantuan dari berbagai pihak, baik bantuan moral, maupun material dan penulis menyadari bahwa penyusunan skripsi ini tidak akan terwujud tanpa adanya bantuan, bimbingan dan motivasi dari berbagai pihak. Pada kesempatan ini penulis hanturkanterima kasih yang sebesar-besarnya kepada:

1. Bapak Prof. Dr. Saidurrahman, M. Ag selaku Rektor UIN Sumatera Utara yang telah memberikan kesempatan bagi penulis dalam mengikuti dan menjalankan perkuliahan di Universitas Islam Negeri Sumatera Utara hingga menyangang gelar sarjana;
2. Bapak DR. Amiruddin Siahaan, M.Pd selaku Dekan Fakultas Ilmu Tarbiyah dan Keguruan, seluruh Wakil Dekan I, II, dan III, beserta dosen-dosen dan staf

administrasi Fakultas Ilmu Tarbiyah dan Keguruan, yang telah memberikan kesempatan penulis untuk menjalankan perkuliahan pada Fakultas Ilmu Tarbiyah dan Keguruan UIN Sumatera Utara dan banyak membekali penulis dengan berbagai pengetahuan selama penulis menuntut ilmu di lembaga ini dan memberi kesempatan serta fasilitas belajar kepada penulis;

3. Ibunda Dr. Hj. Ira Suryani, M.Si selaku ketua Jurusan Bimbingan Konseling Islam yang telah banyak memberi dukungan dan semangat sehingga penulis terdorong dan bersemangat dalam menyelesaikan skripsi ini;
4. Bapak Dr. Haidir, M.Pd, selaku Sekretaris Jurusan Bimbingan Konseling Islam Fakultas Ilmu Tarbiyah dan Keguruan UIN Sumatera Utara.
5. Segenap dosen dan staff di Jurusan Bimbingan Konseling Islam, Fakultas Ilmu Tarbiyah dan Keguruan Universitas Islam Negeri Sumatera Utara, yang telah memberikan ilmunya kepada penulis.
6. Kepala Sekolah MAN Lubuk Pakam yaitu Bapak Burhanuddin M.Pd , Guru BK di MAN Lubuk Pakam Medan yaitu Ibu Parwis Nasution S. Pd,
7. Ibu Dr. Afrahul Fadhilla Daulay, MA selaku Dosen Pembimbing Skripsi I dan Bapak Suhairi ST,MM selaku Dosen Pembimbing Skripsi II, atas bimbingan, saran, dan motivasi yang diberikan.
8. Ayahanda tersayang H.Henry Safril yang akan selalu hadir dalam setiap sendi kehidupan penulis, dan Ibunda tersayang Hj.Nurkolbi Rambe yang dengan kegigihannya dan kesabarannya mendorong penulis untuk menyelesaikan skripsi ini.

9. Kepada saudara saya yang paling saya sayangi abang saya Fiki Azhari- , Azharul Azmi dan Adik saya Rahmat Risky serta Kakak Ipar Rahmadini Fitri dan Misahradarsi Dongoran.
10. Dan yang teristimewa sahabat-sahabat saya Aan Setiawan Lubis, M.Husni Thahir Tanjung, Haniyah Hamzah, Sabda Yagra, Adi Marpaung, Sri Ayu Suci Sundari, Kumaya Sari Hrp, Khairunisa, Haje , Yuyun Sundari, Nursalwa Batubara yang selalu memberikan Motivasi dan semangat berjuang bersama-sama.
11. Sahabat-sahabat saya di kelas yaitu Nurdiana Nasution , Nurlayna Sari , Nurul Huda Sitorus , Maulidiah Nasution , Noni Widya, , Endang Kurniasih, Nurlaila Syahfitri Gajah, , Muhammad Fikri Faruza, Muhammad Reza, Muklis Afrian serta keluarga besar BKI 4 yang selalu menemani dalam penyelesaian skripsi ini.
12. Semua pihak yang telah membantu dalam penyelesaian skripsi ini.

Peneliti mengharapkan semoga skripsi ini bermanfaat bagi orang banyak, terkhususnya dalam dunia pendidikan. Akhir kata semoga Allah senantiasa melimpahkan rahmat-Nya kepada pihak yang telah membantu peneliti dalam menyelesaikan skripsi ini. Amin Ya Robbal A'lamin. Wassalamualaikum Wr. Wb.

Medan, 10 Oktober 2018
Penulis

Cut Amalia
NIM. 33144032

DAFTAR ISI

ABSTRAK	i
KATA PENGANTAR.....	ii
DAFTAR ISI.....	v
DAFTAR TABEL	vii
DAFTAR LAMPIRAN	viii
BAB I : PENDAHULUAN	
A. Latar Belakang Masalah.....	1
B. Rumusan Masalah	10
C. Tujuan Penelitian	10
D. Manfaat Penelitian	11
BAB II : KAJIAN LITERATUR	
A. Konsep Dasar Guru Bimbingan dan Konseling	13
B. Konsep Dasar Kecemasan Belajar.....	26
C. Upaya Guru BK Mengatasi Kecemasan Belajar	39
D. Penelitian Terdahulu.....	42
BAB III : METODE PENELITIAN	
A. Desain Penelitian.....	45
B. Partisipan dan <i>Setting</i> Penelitian.....	46
C. Pengumpulan Data	47
D. Analisis Data	52
E. Prosedur Penelitian.....	52
F. Penjamin Keabsahan Data.....	53
BAB IV : HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN	
A. Temuan Umum Penelitian.....	55
B. Temuan Khusus Penelitian.....	72
C. Pembahasan Hasil Penelitian	87

BAB V : SIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan	94
B. Saran.....	95
DAFTAR PUSTAKA	97
LAMPIRAN.....	100

DAFTAR TABEL

Tabel 3.1 Instrumen Wawancara Penelitian.....	49
Tabel 4.1 Struktur Organisasi Madrasah Aliyah Negeri 2 Deli Serdang.....	60
Tabel 4.2 Data Pengajar di MAN 2 Deli Serdang.....	64
Tabel 4.3 Keadaan Siswa MAN 2 Deli Serdang.....	69
Tabel 4.4 Keadaan Sarana dan Prasarana MAN 2 Deli Serdang.....	70
Tabel 4.5 Daftar Nama Sampel Penelitian MAN 2 Deli Serdang.....	93

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1 Daftar Wawancara untuk Kepala Madrasah

Lampiran 2 Daftar Wawancara untuk Guru Bimbingan Konseling

Lampiran 3 Daftar Wawancara untuk Siswa

Lampiran 4 Dokumentasi

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Sekolah sebagai lembaga formal yang dapat meningkatkan kualitas pribadi peserta didiknya sehingga menghasilkan manusia yang menguasai ilmu pengetahuan dan teknologi serta pengembangan kepribadian yang berlangsung seumur hidup. Pendidikan merupakan bimbingan atau pertolongan yang diberikan oleh orang dewasa kepada perkembangan anak untuk mencapai kedewasaannya dengan tujuan agar anak cukup cakap melaksanakan tugas hidupnya sendiri tidak dengan bantuan orang lain.¹ Di dalam pendidikan bimbingan dan konseling hadir sebagai salah satu sarana program pendidikan terpenting di sekolah untuk mewujudkan pribadi peserta didik yang diharapkan dan mengarahkan kepada usaha pembaharuan pendidikan Nasional. Oleh karena itu tujuan pelaksanaan bimbingan dan konseling merupakan bagian yang tidak dapat dipisahkan dari tujuan pendidikan. Tujuan pendidikan Nasional adalah menghasilkan manusia yang berkualitas yang dideskripsikan dengan jelas dalam UU No. 20 Tahun 2003 pasal 3 tentang Sistem Pendidikan Nasional, yaitu :

Pendidikan Nasional berfungsi mengembangkan kemampuan dan membentuk watak serta peradaban bangsa yang bermartabat dalam rangka mencerdaskan kehidupan bangsa, bertujuan untuk berkembangnya potensial peserta didik agar menjadi manusia yang beriman dan bertaqwa terhadap Tuhan Yang Maha Esa, berakhlak mulia, sehat, berilmu, cakap, kreatif, mandiri, dan menjadi warga negara yang demokratis serta bertanggung jawab.²

¹ Feni.2014. *Pengembangan pendidikan karakter*. Bandung : Refika Aditama. hal.13

² Penyusun, Tim, Undang- Undang R.I. Nomor 20 Tahun 2003 *Tentang SISDIKNAS & Peraturan Pemerintah R.I. Tahun 2013 Tentang Standar Nasional Pendidikan*

Masa remaja cenderung menutup diri sehingga terkadang menyebabkan cemas yang berlebihan pada remaja bahkan sampai mengalami stress. Perubahan pada masa pubertas harus diimbangi oleh informasi, tanpa informasi yang tepat tentunya rasa cemas yang dimiliki remaja semakin besar. Kecemasan dipengaruhi oleh informasi. Kecemasan merupakan situasi afektif yang dirasa tidak menyenangkan yang diikuti oleh sensasi fisik yang memperingatkan seseorang akan bahaya yang mengancam. Dalam hal ini bimbingan konseling sangat berperan penting dalam mengatasi kecemasan belajar siswa disekolah.

Pernyataan diatas berkaitan dengan pentingnya bimbingan dan konseling di sekolah. Pada dasarnya bimbingan dan konseling merupakan suatu proses pemberian bantuan yang diberikan kepada siswa yang menyangkut kepribadiannya dan membentuk perilaku siswa dalam mengembangkan potensi yang ada dalam diri siswa.

Untuk mencapai tujuan bimbingan dan konseling ini tidak boleh dilakukan oleh sembarangan orang, melainkan oleh orang tertentu yang memiliki keahlian, pengetahuan, keterampilan, sikap dan pandangan yang disertai oleh kematangan pribadi dan kemampuan yang kuat untuk melakukan usaha bimbingan konseling, orang tersebut dinamakan guru pembimbing.

Jelas kiranya, bahwa tugas guru bimbingan konseling itu adalah sangat mulia karena kegiatan bimbingan konseling berorientasi kepada bagaimana mengajak, membuat anak didik selamat dan sukses dalam pencapaian prestasi belajar, tanpa terpengaruh oleh masalah-masalah yang melanda siswa .

Peran guru BK dalam bimbingan konseling sangatlah penting baik dalam keberlangsungan kegiatan belajar mengajar maupun sebagai tenaga pembina sekaligus membantu dalam menangani berbagai masalah yang dialami siswa. Dengan adanya guru BK dalam lembaga sekolah, maka memungkinkan teratasinya suatu masalah termasuk masalah kecemasan belajar.

Belajar merupakan kegiatan utama dalam setiap usaha pendidikan. Tanpa belajar sesungguhnya tidak ada pendidikan. Demikian pentingnya arti belajar sehingga sebagian besar upaya riset dan eksperimen psikologi dan pendidikan diarahkan kepada pencapaian pemahaman yang luas dan mendalam terhadap proses perubahan perilaku manusia, oleh karena itu usaha pendidikan tidak saja bertujuan meningkatkan kualitas akademik tetapi juga membentuk perilaku adaptif serta meningkatkan kemampuan pemecahan masalah peserta didik.

Semua orang pasti pernah merasakan kecemasan, orang yang menderita kecemasan mengalami suatu keadaan emosi yang tidak menyenangkan yang dicirikan oleh ketegangan, kegugupan, debar jantung yang begitu cepat sehingga menimbulkan perasaan khawatir yang begitu besar.

Kecemasan merupakan hal normal yang terjadi pada setiap individu. Namun kecemasan itu dapat dikatakan menyimpang. Jika individu tidak dapat meredakan (mengepresikan) rasa cemas tersebut dalam situasi dimana kebanyakan orang mampu menanganinya tanpa adanya kesulitan yang berarti

Permasalahan yang paling sering dialami oleh siswa disekolah adalah masalah kecemasan dalam belajar. Menurut Atkinson, R. L. Arkinson, R.C. Hilgard, E.R kecemasan adalah emosi yang tidak menyenangkan yang ditandai dengan

istilah-istilah seperti kekhawatiran, keprihatinan, dan rasa takut yang kadang-kadang kita alami dalam tingkatan yang berbeda-beda.³

Perasaan yang tidak menyenangkan ini umumnya menimbulkan gejala-gejala fisiologis (seperti gemetar, berkeringat, detak jantung meningkat, dan lain-lain) dan gejala-gejala psikologis (seperti panik, tegang, bingung, tidak dapat berkonsentrasi, dan sebagainya) pada siswa.⁴

Kecemasan belajar sangat umum terjadi pada siswa dalam kehidupan sehari-hari. Kecemasan belajar merupakan suatu keadaan yang dapat menghambat proses belajar. Kecemasan belajar terjadi akibat faktor internal maupun eksternal, karena kecemasan belajar tidak hanya terjadi akibat kecemasan pada diri sendiri tetapi juga cemas dengan pelajaran, dengan guru disekolah, dll.

Nawang Sari menerangkan bahwa kecemasan belajar adalah suatu kondisi yang tidak menyenangkan dalam belajar meliputi rasa takut, rasa tegang, khawatir, bingung, tidak suka yang sifatnya subjektif dan timbul karena adanya perasaan tidak aman terhadap bahaya yang diduga akan terjadi saat belajar berlangsung.⁵

Pendapat di atas dapat disimpulkan bahwa kecemasan belajar merupakan kondisi yang sangat menghambat proses belajar yang ditandai dengan rasa takut, khawatir, bingung, bahkan tidak menyukai pelajaran tertentu. Seperti halnya ketika siswa diminta untuk maju kedepan kelas untuk mengerjakan soal dari guru,

³Yanti, Supri, Dkk. (2013). *Hubungan Antara Kecemasan Dalam Belajar Dengan Motivasi Belajar. Jurnal Ilmiah Konseling Vol.2 No 1 Januari.*

⁴Munasiah. (2015). *Pengaruh kecemasan belajar dan pemahaman konsep matematika siswa terhadap kemampuan penalaran matematika. Jurnal Formatif 5(3): 220-232.* Program Studi Teknik Informatika, Fakultas Teknik, Matematika, dan IPA. Universitas Indraprasta PGRI

⁵Naning, Eky Saputri. *Jurnal Penelitian & Artikel Pendidikan. Konseling kelompok dengan teknik self control terhadap kecemasan belajar siswa.* FITK UMM

seharusnya siswa percaya diri saja dengan mengerjakan soal didepan kelas. Siswa mengetahui seberapa besar kemampuannya dan pasti jika salah malah justru kita akan tahu jawaban yang benar karena pasti akan dibenarkan oleh guru dan teman-teman.

Pada dasarnya rasa cemas atau kecemasan belajar bukanlah merupakan perilaku yang negatif, pada kondisi tertentu justru kecemasan belajar bahkan dapat memberikan dorongan untuk lebih baik dari apa yang dilakukan sebelumnya jika kecemasan belajar yang dialami siswa memacu semangat dan minat, akan membuat siswa lebih berhati-hati, berupaya untuk tidak gagal, maka kecemasan belajar justru dapat mendorong untuk lebih giat belajar.

Kecemasan belajar sebagai bentuk lain dari emosi idealnya berfungsi untuk memberikan informasi mengenai segala sesuatu yang akan dan sedang terjadi atau dialami dan memberikan motivasi bagi siswa untuk mencapai tujuan tertentu, serta dapat mengarahkan berbagai sikap, perilaku, dan tindakan-tindakan dalam mencapai tujuan tersebut.

Disekolah, banyak faktor-faktor pemicu timbulnya kecemasan pada diri siswa, yaitu target kurikulum yang terlalu tinggi, iklim pembelajaran yang tidak kondusif, pemberian tugas yang sangat padat, serta sistem penilaian ketat dan kurang adil dapat menjadi faktor penyebab timbulnya kecemasan yang bersumber dari faktor kurikulum. Begitu juga, sikap dan perlakuan guru yang kurang bersahabat, galak, judes dan kurang berkompeten merupakan sumber penyebab timbulnya kecemasan pada diri siswa yang bersumber dari faktor guru. Penerapan disiplin sekolah yang ketat dan lebih mengedepankan hukuman, iklim sekolah yang

kurang nyaman, serta sarana dan prasarana belajar yang sangat terbatas juga merupakan faktor-faktor pemicu terbentuknya kecemasan pada siswa yang bersumber dari manajemen sekolah.⁶

Menurut hasil penelitian Hill, sebagaimana yang dikutip oleh Hasan, membuktikan bahwa kecemasan dapat menjadi faktor penghambat dalam belajar. Penelitian ini melibatkan 10.000 siswa sekolah dasar menengah di Amerika menunjukkan bahwa sebagian besar siswa yang mengikuti tes gagal menunjukkan kemampuan mereka yang sebenarnya oleh situasi dan suasana tes yang membuat cemas. Sebaliknya, para siswa ini memperlihatkan hasil yang lebih baik jika berada pada kondisi yang lebih optimal, dalam arti unsur- unsur yang membuat siswa di bawah tekanan dikurangi atau dihilangkan sama sekali. Ini menunjukkan bahwa sebenarnya para siswa tersebut menguasai materi yang diujikan tapi gagal melibatkan kemampuan mereka yang sebenarnya karena kecemasan yang melanda mereka saat menghadapi tes.⁷

Namun kenyataan yang terjadi di lapangan sangat berbeda jauh dari apa yang seharusnya, karena kadang kala siswa merasakan kondisi yang kurang nyaman dalam proses belajar. Ketidaknyamanan tersebut menimbulkan kecemasan sehingga siswa menjadi tidak dapat konsentrasi dalam belajar.

Kecemasan, kekhawatiran akan ketidakberhasilan dalam belajar akan menjadi sesuatu yang wajar apabila berada pada batas kewajaran. Masalah akan

⁶ Rudiansyah.2016,Jurnal Ilmiah Pendidikan Kewarganegaraan Unsyiah. *Upaya Guru Dalam Mengatasi Kecemasan Siswa Dalam Menghadapi tes (Pencapaian Hasil Belajar Siswa Di SMP Negeri 3 Banda Aceh)* Vol. 1 No 1 96-109

⁷ Hasan, *Sisi Lain dari Ujian Nasional*.(<http://spiritentete.blogspot.com>) Diakses pada tanggal 26 September 2018.

muncul manakala siswa merasa tertekan terhadap tugas- tugas belajar, dan kondisi lingkungan yang kurang kondusif.

Berdasarkan beberapa teori kecemasan di atas, kecemasan terjadi karena siswa tidak yakin dengan kemampuan dalam mengatasi tugas-tugas akademiknya seperti, hasil belajar yang rendah, tidak tuntasnya pembelajaran yang dilakukan. Sedangkan dalam upaya mencegah dan mengatasi kecemasan siswa disekolah sudah seharusnya untuk mengoptimalkan pelayanan bimbingan dan konseling disekolah. Sebagaimana yang diketahui, bimbingan konseling adalah upaya bantuan yang diberikan seorang individu (konselor) kepada seorang individu (konseli) untuk mencapai tujuan permasalahan yang dihadapi dengan bantuan seorang konselor agar permasalahan yang dihadapi konseling dapat teratasi. Dengan begitu layanan bimbingan konseling dapat di jadikan sebagai pemecah masalah siswa dalam kecemasan belajar.

Pelayanan bimbingan konseling juga dapat dijadikan sebagai kekuatan inti disekolah guna mencegah dan mengatasi kecemasan siswa dalam hal ini, ketersediaan konselor profesional di sekolah tampaknya menjadi mutlak adanya. mengingat dampak yang ditimbulkan kecemasan belajar, maka perlu diadakan upaya untuk mengatasi kondisi tersebut, dalam penelitian ini peneliti menggunakan layanan bimbingan kelompok.

Salah satu cara untuk mengatasi kecemasan siswa dalam belajar adalah dengan layanan bimbingan kelompok, yang mana dalam bimbingan kelompok adanya interaksi saling mengeluarkan pendapat, memberikan tanggapan, saran, dan sebagainya. Dengan demikian siswa bisa mengutarakan permasalahan yang sedang

mereka alami dan diharapkan dengan adanya bimbingan kelompok, anak dapat menyelesaikan permasalahannya.⁸

Melakukan bimbingan secara kelompok biasanya sangat membantu siswa-siswa yang tengah mengalami kesulitan mengatasi kondisi stres yang ditimbulkan karena adanya tantangan kehidupan. Para ketua kelompok membantu anggotanya berpartisipasi untuk mengurangi dampak dari banyaknya kondisi stress yang nantinya berpotensi memunculkan masalah kesehatan dan kesehatan mental yang di inginkan. Bimbingan kelompok ini terutama berfokus pada eksplorasi dan resolusi terhadap masalah- masalah yang mengganggu, sehingga siswa- siswa yang terlihat bisa memodifikasi keyakinan, sikap-sikap serta perilaku-perilaku mereka dan juga sangat bermanfaat mencegah masalah- masalah perkembangan. Para partisipan mempunyai kesempatan untuk melakukan sharing atas pengalaman, pemikiran dan perasaan- perasaan pribadi mereka.

Kecemasan belajar yang muncul pada peserta didik di sekolah yaitu berkeringat berbicara di depan umum, memulai pelajaran di sekolah, gugup apabila ditanya guru, malas mengerjakan latihan yang diberikan guru dan mengerjakan ujian.⁹ Hal ini terkait dengan pembahasan kecemasan belajar yang dialami siswa MAN 2 Deli Serdang. Peneliti menemukan masalah mengenai kecemasan belajar di MAN 2 Deli Serdang yang terjadi seperti adanya siswa yang tidak mau berbicara di depan kelas ketika jam pelajaran berlangsung, kurangnya minat belajar bersama

⁸ Juntika, Achmad Nurihsan, (2005), *Strategi Layanan Bimbingan & Konseling*, (Bandung : Refika Aditama)

⁹ Naning, Eky Saputri. Jurnal Penelitian & Artikel Pendidikan. *Konseling kelompok dengan teknik self control terhadap kecemasan belajar siswa*. FITK UMM

atau berdiskusi dengan teman sekelas, adanya siswa yang tidak mengikuti ulangan harian dikarenakan siswa tersebut belum siap mengikuti ulangan harian, kemudian ditemukannya siswa yang tidak menyukai mata pelajaran matematika dan bahasa inggris, adanya pengakuan dari guru mata pelajaran bahwa nilai ulangan harian siswa rendah sehingga dilakukannya remedial oleh guru mata pelajaran, dan adanya pengakuan dari salah satu siswa bahwa ia bosan dengan metode pembelajaran yang disampaikan guru mata pelajaran. Permasalahan tersebut tidak terjadi hanya sekali saja tetapi sering terjadi, hal ini diakui oleh guru BK di MAN 2 Deli Serdang. Permasalahan ini harus segera di tuntaskan. Sebab, apabila masalah ini dibiarkan saja akan mengganggu dalam proses pembelajaran siswa. Dan bukan hanya itu saja apabila ini tidak diselesaikan maka akan mengalami permasalahan dalam perkembangan siswanya. Jika perkembangan siswa itu mengalami masalah perkembangan maka akan sulit dalam menghadapi masa depannya.

Melalui pelayanan bimbingan dan konseling, guru BK diharapkan mampu mengatasi masalah kecemasan yang dialami siswa disekolah pada saat belajar terkait dengan kecemasan belajar yang terjadi pada siswa dengan menerapkan beberapa upaya dalam bimbingan dan konseling. Upaya tersebut dilakukan guru bimbingan dan konseling secara optimal sesuai dengan kecemasan belajar yang dialami siswa.

Berdasarkan latar belakang masalah yang telah dikemukakan diatas, maka peneliti tertarik untuk meneliti lebih lanjut dan menuangkan dalam sebuah kajian karya ilmiah yang berjudul “ Upaya Guru Bimbingan Konseling Dalam Mengatasi Kecemasan Belajar Siswa MAN 2 Deli Serdang”.

B. Rumusan Masalah

1. Bentuk- bentuk kecemasan belajar yang bagaimana dialami siswa MAN 2 Deli Serdang ?
2. Bagaimanakah upaya guru BK dalam mengatasi Kecemasan belajar siswa di MAN 2 Deli Serdang?
3. Apa saja kendala yang dihadapi guru BK dalam menghadapi siswa yang mengalami kecemasan belajar di MAN 2 Deli Serdang?
4. Bagaimanakah upaya untuk mengatasi kendala yang dihadapi guru BK dalam menghadapi kecemasan belajar siswa di MAN 2 Deli Serdang?

C. Tujuan Penelitian

Berdasarkan dari rumusan masalah diatas, maka tujuan penelitian ini adalah untuk :

1. Untuk mengetahui pengaruh kecemasan belajar siswa bisa berpengaruh pada prestasi belajar di MAN 2 Deli Serdang ?
2. Untuk mengetahui upaya guru BK dalam mengatasi Kecemasan belajar siswa di MAN 2 Deli Serdang.
3. Untuk mengetahui kendala yang dihadapi guru BK dalam menghadapi siswa yang mengalami kecemasan saat belajar di MAN 2 Deli Serdang.
4. Untuk mengetahui upaya dalam mengatasi kendala yang dihadapi guru BK dalam menghadapi kecemasan belajar yang dialami siswa MAN 2 Deli Serdang.

D. Manfaat Penelitian

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan manfaat teoritis dan manfaat praktis sebagai berikut :

1. Manfaat Teoritis

Penelitian ini diharapkan dapat memperkaya dan memberikan sumbangan atau referensi ilmiah bagi jurusan bimbingan dan konseling, khususnya mengenai Upaya guru BK dalam mengatasi kecemasan belajar siswa diMAN 2 Deli Serdang.

2. Manfaat Praktis

Secara praktis, hasil penelitian ini dapat dimanfaatkan oleh :

- a) Bagi peneliti pribadi, sebagai penambah wawasan pengetahuan tentang fenomena yang terjadi di lapangan terkait dengan bimbingan dan konseling.
- b) Bagi siswa, penelitian ini semoga bermanfaat dalam meningkatkan kualitas belajar serta dapat dijadikan pedoman untuk mengatasi kecemasan dalam belajar.
- c) Bagi guru pembimbing, hasil penelitian ini bisa digunakan sebagai bahan pertimbangan untuk lebih meningkatkan profesionalisme kerja.
- d) Bagi Sekolah, MAN 2 Deli Serdang, hasil penelitian ini dapat digunakan sebagai informasi dalam menentukan kebijakan, khususnya yang berkaitan dengan peningkatan keprofesionalan guru pembimbing.

- e) Bagi peneliti selanjutnya, hasil penelitian ini bisa dijadikan referensi jika ingin mengadakan penelitian yang berhubungan dengan upaya guru Bimbingan konseling dalam mengatasi kecemasan belajar.

BAB II

KAJIAN LITERATUR

A. Konsep Dasar Guru Bimbingan dan Konseling

1. Pengertian Guru Bimbingan Konseling

Guru pembimbing berhubungan erat dengan adanya proses bimbingan. Bimbingan sendiri memiliki beberapa pengertian dasar. Guru pembimbing terdiri dari dua kata Guru dan Pembimbing. Menurut Kamus Besar Bahasa Indonesia, kata Pembimbing, berasal dari kata Bimbing, dengan tambahan prefiks Pe- yang berarti orang atau pelaku pembimbingan. Jadi pembimbing merupakan orang yang melakukan proses bimbingan atau pembimbingan. Sedangkan arti bimbingan menurut Lefever adalah bagian dari proses pendidikan yang teratur dan sistematis guna membantu pertumbuhan anak muda atas kekuatannya dalam menentukan dan mengarahkan hidupnya sendiri, yang akhirnya ia dapat memperoleh pengalaman-pengalaman yang dapat memberikan sumbangan yang berarti bagi masyarakat. Menurut Jones, Staffire & Stewart bimbingan adalah bantuan yang diberikan kepada individu dalam membuat pilihan-pilihan dan penyesuaian-penyessuaian yang bijaksana.¹⁰

Jadi dapat disimpulkan bahwa bimbingan adalah proses pemberian bantuan kepada murid (peserta didik), dengan memperhatikan murid itu sebagai individu dan makhluk social serta memperhatikan adanya perbedaan-perbedaan individu, agar murid itu dapat membuat tahap maju seoptimal mungkin dalam

¹⁰ Prayitno, (2004), *Dasar-Dasar Bimbingan dan Konseling*, Jakarta: PT Asdi Mahasatya, hal. 94-95

Proses perkembangannya dan agar dia dapat menolong dirinya menganalisa dan memecahkan masalah-masalahnya semuanya itu demi memajukan kebahagiaan hidup.

Guru bimbingan dan konseling adalah seorang guru yang bertugas memberikan bantuan psikologis dan kemanusiaan secara ilmiah dan professional sehingga seorang guru bimbingan konseling harus berusaha menciptakan komunikasi yang baik dengan murid dalam menghadapi masalah dan tantangan hidup.¹¹ Adapun pengertian konselor sekolah menurut rambu-rambu penyelenggaraan bimbingan dan konseling dalam pendidikan formal adalah sarjana pendidikan (S-1) bidang bimbingan dan konseling dan telah menyelesaikan program Pendidikan Profesi Konselor (PPK), sedangkan individu yang menerima pelayanan bimbingan dan konseling disebut konseli.¹² Guru pembimbing adalah orang yang mempunyai keahlian dalam melakukan konseling. Berlatar belakang pendidikan minimal sarjana strata satu (S1) dari Jurusan Psikologi Pendidikan dan Bimbingan (PPB), Bimbingan Konseling (BK), atau Bimbingan Penyuluhan (BP). Mempunyai organisasi profesi bernama Asosiasi Bimbingan Konseling Indonesia (ABKIN), melalui proses sertifikasi, asosiasi ini memberikan lisensi bagi para konselor. Khusus bagi para guru pembimbing pendidikan bertugas dan bertanggung jawab memberikan bimbingan dan layanan konseling pada peserta didik di satuan pendidikan (sering disebut guru BP/BK atau pembimbing).¹³

¹¹ Dewa Ketut Sukardi, (2008), *Proses Bimbingan dan Konseling di Sekolah*, (Jakarta: Rineka Cipta), Hal.6

¹² *Rambu-Rambu Penyelenggaraan Bimbingan dan Konseling Dalam Jalur Pendidikan Formal 2007*, Hal.8

¹³ [Http://Id.Wikipedia.Org/Wiki/Konselor](http://id.wikipedia.org/wiki/Konselor)

Menurut W.S. Winkel, seorang guru pembimbing (konselor) sekolah adalah orang yang memimpin suatu kelompok konseling sepenuhnya bertanggung jawab terhadap apa yang telah terjadi dalam kelompok itu. Dalam hal ini guru pembimbing (konselor) dalam institusi pendidikan tidak dapat lepas tangan dan menyerahkan tanggung jawab atas keberhasilan dan kegagalan kelompok sepenuhnya kepada para konseling sendiri. Ini berarti guru pembimbing baik dari segi teoritis maupun segi praktis harus bertindak sebagai ketua kelompok diskusi dan sebagai pengatur wawancara konseling bersama. Oleh karena itu guru pembimbing harus memenuhi syarat yang menyangkut pendidikan akademik, kepribadian, keterampilan berkomunikasi dengan orang lain dan penggunaan teknik-teknik konseling.¹⁴

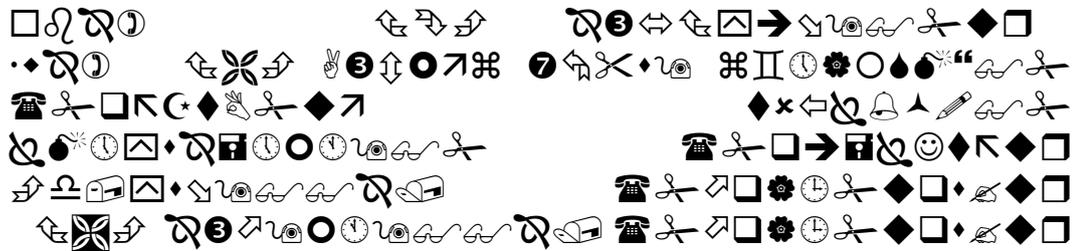
Berdasarkan pengertian di atas, maka guru pembimbing adalah seorang guru yang berfungsi sebagai pemberi bimbingan kepada individu atau siswanya, untuk mencapai pemahaman dan pengarahan diri yang dibutuhkan untuk melakukan penyesuaian diri secara maksimal kepada sekolah, keluarga serta masyarakat. Atau dengan kalimat lain, guru pembimbing adalah guru yang menjadi pelaku utama dalam suatu proses yang terus menerus dalam membantu perkembangan individu untuk mencapai kemampuannya secara maksimal dalam mengarahkan manfaat yang sebesar-besarnya baik bagi dirinya maupun masyarakat. Bantuan semacam itu sangat tepat diberikan disekolah, supaya setiap siswa lebih berkembang kearah yang semaksimal mungkin. Dengan demikian bimbingan menjadi bidang layanan khusus dalam keseluruhankegiatan pendidikan sekolah yang ditangani oleh tenaga-tenaga ahli dalam bidang tersebut.

2. Tugas-tugas Guru Pembimbing (Konselor)

Manusia diharapkan saling memberi bimbingan sesuai dengan kemampuan dan kapasitas manusia itu sendiri, sekaligus memberi konseling agar tetap sabar dan tawakal dalam menghadapi perjalanan kehidupan yang sebenarnya. Ayat ini

¹⁴ W.S Winkel, (1991), *Bimbingan Dan Konseling Di Institusi Pendidikan*, (Jakarta: PT. Grasindo), hal. 495

menunjukkan agar manusia selalu mendidik diri sendiri maupun orang lain, dengan kata lain membimbing kearah mana seseorang itu akan menjadi baik atau buruk. Hal tersebut sesuai dengan Q.S Al-Ashr Ayat 1-3.



Artinya : *Demi masa. Sungguh mereka dalam kerugian, kecuali mereka yang beriman dan melakukan amal kebaikan saling menasehati supaya mengikuti kesabaran dan saling menasehati supaya mengamalkan kesabaran. (Al-Ashr [103]-(1-3).*

Keterkaitan antara surah Al-Asr dengan tugas guru BK atau konselor ialah dimana di dalam pengertian bimbingan dan konseling itu tersirat makna bahwa seorang konselor bertugas dan berkewajiban untuk dapat mengarahkan para kliennya yaitu bisa saja dengan memberikan masukan, arahan serta nasehat kepada klien, juga dalam menyampaikan nasehat kepada klien, seorang konselor harus memberikan nasehat yang baik kepada klien, dan harus menyampaikan nasehat tersebut secara lemah lembut serta sabar agar klien dapat menerima nasehat tersebut. Adapun tugas- tugas guru pembimbing yaitu :

- a) Memahami konsep-konsep Bimbingan dan konseling serta ilmu bantuan lainnya.
- b) Memahami karakteristik pribadi siswa, khususnya tugas-tugas perkembangan siswa dan faktor-faktor yang mempengaruhinya.
- c) Mensosialisasikan (memasyarakatkan) program layanan bimbingan dan konseling.

- d) Merumuskan perencanaan program layanan bimbingan dan konseling.
- e) Melaksanakan program layanan bimbingan, yaitu: layanan dasar bimbingan, layanan responsif, layanan perencanaan individual, dan layanan dukungan system. Dalam hal ini, guru pembimbing dituntut untuk memiliki pemahaman dan keterampilan dalam melaksanakan layanan-layanan: orientasi, informasi, bimbingan kelompok, konseling individual maupun kelompok, pembelajaran, penempatan, dan referral.
- f) Mengevaluasi program hasil (perubahan sikap dan perilaku siswa, baik dalam aspek pribadi, sosial, belajar maupun karier).
- g) Menindaklanjuti (*follow up*) hasil evaluasi. Kegiatan tindak lanjut ini mungkin bisa berbentuk: usaha perbaikan/ penyempurnaan program, peningkatan kualitas layanan, penambahan fasilitas, dan penyampaian informasi hasil evaluasi kepada pihak terkait di sekolah.
- h) Menjadi konsultan bagi guru dan orang tua siswa. Sebagai konsultan dia berperan untuk menolong mereka, melalui pemberian informasi, konsultasi, atau dialog tentang hal ihwal siswa. Dengan kegiatan ini, guru dan orang tua diharapkan dapat membantu siswa dalam rangka mengembangkan dirinya secara optimal. Konsultasi dengan guru, dapat menyangkut : motivasi belajar siswa, tingkah laku siswa, kebiasaan belajar siswa, dan pengelolaan kelas.
- i) Bekerjasama dengan pihak-pihak lain yang terkait.
- j) Mengadministrasikan program layanan bimbingan.
- k) Menampilkan pribadi secara matang, baik menyangkut aspek emosional, sosial, maupun moral-spiritual. Berdasarkan temuan penelitian, sifat pribadi

konselor atau guru pembimbing yang disenangi siswa adalah: baik hati/ramah, mau membantu memecahkan masalah siswa, bertanggung jawab, tidak pilih kasih/adil, berwawasan luas, memahami psikologi, kreatif, disiplin, beriman dan bertaqwa kepada Tuhan Yang Maha Esa.

l) Memiliki kemauan dan kemampuan untuk senantiasa mengembangkan model layanan bimbingan, seiring dengan kebutuhan dan masalah siswa, serta perkembangan masyarakat (sosial-budaya, atau dunia industry).

m) Mempertanggungjawabkan tugas dan kegiatannya kepada kepala sekolah.¹⁵

3. Syarat-syarat untuk menjadi seorang guru BK (pembimbing)

Supaya pembimbing dapat menjalankan pekerjaannya dengan sebaik-baiknya, maka pembimbing harus memenuhi syarat-syarat tertentu, yaitu:

- a) Seorang pembimbing harus mempunyai pengetahuan yang cukup luas, baik dari segi teori maupun segi praktik. Segi teori merupakan hal yang penting karena segi inilah yang menjadi landasan di dalam praktik. Praktik tanpa teori merupakan praktik yang ngawur. Segi praktik sangatlah perlu dan penting karena bimbingan dan konseling merupakan ilmu yang harus diterapkan dalam praktik sehari-hari (*applied science*) sehingga seorang pembimbing akan canggung apabila ia hanya menguasai teori saja tanpa memiliki kecakapan di dalam praktik.
- b) Dari segi psikologi, seorang pembimbing harus dapat mengambil tindakan yang bijaksana jika pembimbing telah cukup dewasa secara

¹⁵Syamsu Yusuf, (2005), *Landasan Bimbingan dan Konseling*, Bandung: PT Remaja Rosdakarya, hal. 35-36

psikologis, yang dalam hal ini dimaksudkan sebagai adanya kemantapan atau kestabilan di dalam psikisnya, terutama dalam hal emosi.

- c) Seorang pembimbing harus sehat jasmani dan psikisnya. Apabila jasmani dan psikis tidak sehat maka hal itu akan mengganggu dalam menjalankan tugasnya.
- d) Seorang pembimbing harus mempunyai kecintaan terhadap pekerjaannya dan juga terhadap anak atau individu yang dihadapinya, sikap ini akan menimbulkan kepercayaan kepada anak. Tanpa adanya kepercayaan dari pihak anak maka tidaklah mungkin pembimbing dapat menjalankan tugas dengan sebaik-baiknya.
- e) Seorang pembimbing harus mempunyai inisiatif yang baik sehingga usaha bimbingan dan konseling dapat berkembang kearah keadaan yang lebih sempurna untuk kemajuan sekolah.
- f) Karena bidang gerak dari pembimbing tidak terbatas pada sekolah saja maka seorang pembimbing harus supel, ramah tamah, dan sopan santun di dalam segala hal perbuatannya sehingga pembimbing dapat bekerja sama dan memberikan bantuan secukupnya untuk kepentingan anak-anak.
- g) Seorang pembimbing diharapkan mempunyai sifat-sifat yang dapat menjalankan prinsip-prinsip, serta kode etik bimbingan dan konseling dengan sebaik-baiknya.¹⁶

4. Fungsi Guru BK di Sekolah

¹⁶Amin Budiamin, (2009), *Bimbingan dan Konselling, Direktorat Jenderal Pendidikan Islam Departemen Agama RI*, h. 40-41

Fungsi seorang pembimbing di sekolah adalah membantu kepala sekolah beserta stafnya di dalam menyelenggarakan kesejahteraan sekolah (School welfare). Sehubungan dengan itu, seorang pembimbing mempunyai tugas-tugas tertentu, antara lain:

- a) Mengadakan penelitian atau observasi terhadap situasi atau keadaan sekolah, baik mengenai peralatan, tenaga, penyelenggaraan, maupun aktivitas-aktivitas yang lain.
- b) Berdasarkan atas hasil penelitian atau observasi tersebut maka pembimbing berkewajiban memberikan saran-saran atau pendapat, baik kepada kepala sekolah maupun staf pengajar yang lain demi kelancaran dan kebaikan sekolah.
- c) Menyelenggarakan bimbingan terhadap anak-anak, baik yang bersifat preventif, preservative, maupun yang bersifat korektif atau kuratif.
 - 1) Preventif, yaitu dengan tujuan menjaga jangan sampai anak-anak mengalami kesulitan dan menghindarkan hal-hal yang tidak diinginkan. Hal ini dapat ditempuh dengan cara:
 - a. Mengadakan papan bimbingan untuk berita-berita atau pedoman-pedoman yang perlu mendapatkan perhatian dari anak-anak.
 - b. Mengadakan kotak masalah atau kotak tanya untuk menampung segala persoalan atau pertanyaan yang diajukan secara tertulis sehingga apabila ada masalah maka dapat dengan segera diatasi.

- c. Menyelenggarakan kartu pribadi sehingga pembimbing atau staf pengajar yang lain dapat mengetahui data dari anak yang bersangkutan apabila memerlukannya.
- d. Memberikan penjelasan-penjelasan atau ceramah-ceramah yang dianggap penting, diantaranya tentang cara belajar yang efisien.
- e. Mengadakan kelompok belajar sebagai salah satu cara atau teknik belajar yang cukup baik apabila dilaksanakan dengan sebaik-baiknya.
- f. Mengadakan diskusi dengan anak-anak secara kelompok atau perseorangan mengenai cita-cita, kelanjutan studi, atau pemilihan pekerjaan.
- g. Mengadakan hubungan yang harmonis dengan orang tua atau wali murid agar ada kerja sama yang baik antara sekolah dengan orang tua.

Masih banyak lagi langkah-langkah yang dapat diambil dalam rangka bimbingan preventif ini.

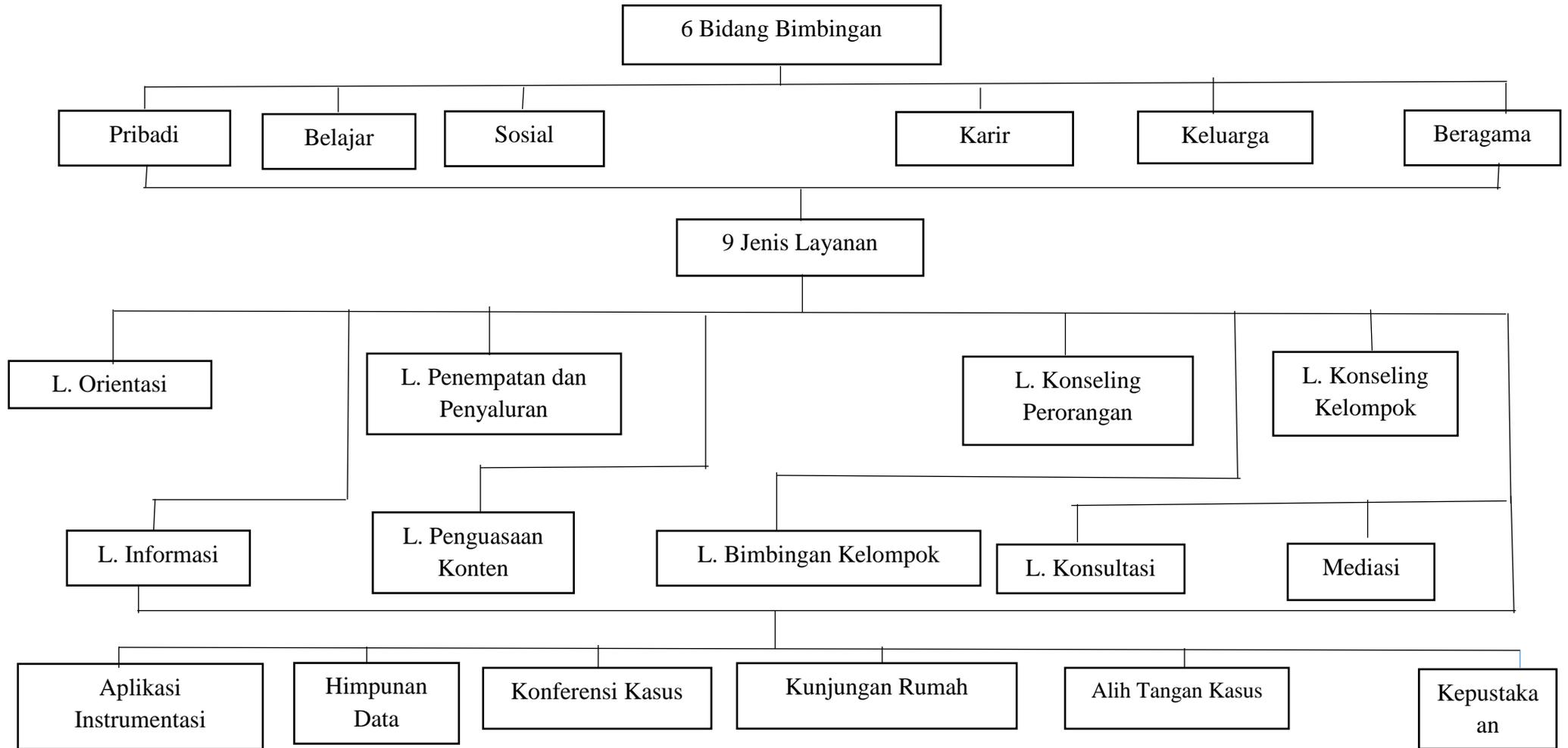
- 1) Preservatif, yaitu usaha untuk menjaga keadaan yang telah baik agar tetap baik, jangan sampai keadaan yang baik menjadi keadaan yang tidak baik.
- 2) Korektif, yaitu mengadakan konseling kepada anak-anak yang mengalami kesulitan, yang tidak dapat dipecahkan sendiri dan yang membutuhkan pertolongan dari pihak lain.

- a. Kecuali hal-hal tersebut, pembimbing dapat mengalami langkah-langkah yang yang dipandang perlu demi kesejahteraan sekolah atas persetujuan kepala sekolah.¹⁷
- b. Tugas guru pembimbing dalam mengatasi kecemasan belajar siswa.

Dalam menjalankan tugasnya, guru pembimbing harus mengacu kepada BK pola 17 plus karena guru pembimbing sebagai sosok dalam penentu berhasil atau tidaknya proses konseling itu. Adapun BK pola 17 plus terdiri atas enam jenis bidang bimbingan : bimbingan pribadi, belajar, sosial, karir, berkeluarga, beragama. Dan Sembilan jenis layanan : layanan orientasi, informasi, penempatan dan penyaluran, penguasaan konten, konseling perorangan, bimbingan kelompok, konseling kelompok, konsultasi, mediasi. Serta lima kegiatan pendukung: aplikasi instrumentasi, himpunan data, konferensi kasus, kunjungan rumah, dan alih tangan kasus. Pada tabel 2.1

¹⁷ Ibid, hal. 38-40

STRUKTUR POLA 17 PLUS (GAMBAR. 2.1 PROSES POLA 17 PLUS)



Sebagai pejabat fungsional guru pembimbing dituntut melaksanakan berbagai tugas pokok fungsionalnya secara professional, adapun tugas pokok guru pembimbing menurut SK Menpan No. 84/ 1993 ada lima yaitu : menyusun program bimbingan , melaksanakan program bimbingan, evaluasi pelaksanaan program, analisis hasil pelaksanaan bimbingan, dan tindak lanjut dalam program bimbingan terhadap peserta didik yang menjadi tanggung jawabnya.

Salah satu layanan yang ada didalam pola 17 plus yaitu layanan bimbingan kelompok, bimbingan kelompok adalah proses bantuan yang diberikan kepada individu dalam situasi kelompok yang mempergunakan dinamika kelompok secara terarah dan positif. Tujuannya untuk memberi informasi dan data untuk mempermudah perbuatan keputusan dan perilaku yang bersifat mencegah timbulnya masalah dan mengembangkan potensi individu.

Dalam bidang bimbingan belajar, pelayanan bimbingan dan konseling di sekolah berusaha membantu peserta didik untuk dapat mengatasi kecemasan yang dialaminya dalam belajar.

1. Makna Bimbingan Belajar

Menurut Oemar Hamalik adalah bimbingan yang ditujukan kepada siswa untuk mendapat pendidikan yang sesuai dengan kebutuhan, bakat, minat, kemampuannya dan membantu siswa untuk menemukan cara-cara yang efektif dan efisien dalam mengatasi masalah belajar yang dialami siswa.¹⁸

¹⁸Oemar Hamalik, 2004. *Proses Belajar Mengajar*. Jakarta : Bumi Aksara. hal.195

Sedangkan tim Jurusan Psikologi Pendidikan mengatakan bahwa bimbingan belajar adalah proses pemberian bantuan kepada murid dalam memecahkan kesulitan-kesulitan yang berhubungan dengan masalah belajar.¹⁹

Berdasarkan pendapat para ahli di atas, maka dapat disimpulkan bahwa bimbingan belajar adalah suatu proses pemberian bantuan kepada siswa dalam menyelesaikan masalah-masalah belajar yang dihadapi siswa, sehingga tercapai tujuan belajar yang diinginkan.

Bimbingan belajar adalah suatu proses pemberian bantuan kepada murid dalam memecahkan masalah-masalah belajar yang dihadapi siswa, sehingga tercapai tujuan belajar yang diinginkan.

2. Tujuan bimbingan belajar

Menurut Abu Ahmadi dan Widodo Supriyono tujuan pelayanan bimbingan belajar secara umum adalah membantu murid-murid agar mendapatkan penyesuaian yang baik di dalam belajar situasi belajar, sehingga setiap murid dapat belajar dengan efisien sesuai kemampuan yang dimilikinya, mencapai perkembangan yang optimal

3. Fungsi Bimbingan Belajar

Bimbingan belajar berfungsi untuk membantu siswa dalam pemahaman diri sesuai dengan kecakapan bakat dan minat, bimbingan belajar bermanfaat untuk memperoleh gambaran tentang bagaimana menemukan cara yang efektif dan efisien dalam menyelesaikan pendidikan agar sesuai dengan apa yang

¹⁹ Mulyadi, 2010. *Diagnosis Kesulitan Belajar*. Nuha Litera Hal. 107

diharapkan, serta membantu individu untuk menemukan pilihan yang tepat dalam lapangan pekerjaan sesuai dengan kemampuan siswa setelah menyelesaikan bidang pendidikan yang dijalani.

4. Bentuk- bentuk bimbingan belajar

Ada beberapa layanan bimbingan belajar yang bisa diberikan kepada para siswa di sekolah atau madrasah. Bentuk- bentuk layanan tersebut :

- a. Layanan Informasi
- b. Layanan Orientasi
- c. Layanan Individual
- d. Layanan bimbingan Kelompok.
- e. Dan lain sebagainya.

B. Konsep Dasar Kecemasan Belajar

1. Pengertian Kecemasan

Siapapun di dunia ini tentu pernah mengalami perasaan cemas, yang membedakannya adalah bagaimana mereka menyikapi terjadinya perasaan ini. Ada yang mampu mengendalikannya namun tidak jarang yang justru mereka dikendalikan oleh perasaan ini, sehingga mereka tenggelam di dalamnya. Kehidupan sekarang ini sering disebut sebagai “*age of anxiety*” yaitu abad kecemasan. Kecemasan adalah merupakan bagian dari kehidupan manusia. Kecemasan dijelaskan oleh Arkoff adalah : *Anxiety as a state of arousal caused by threat to well-being.*

Jadi, kecemasan merupakan suatu keadaan yang mengoncangkan karena adanya ancaman terhadap kesehatan.

Kecemasan yang biasanya bermanfaat untuk bertahan hidup justru menimbulkan hal-hal negatif dalam kehidupan kita. Hal ini tidak jadi masalah jika hanya terjadi untuk sementara waktu. Bila kecemasan berlangsung cukup lama, kita mulai mencemaskan rasa cemas itu sendiri. Akibatnya, kita akan takut menghadapi kecemasan di dalam diri kita, sehingga kecemasan berubah menjadi masalah kecemasan. Kecemasan memotivasi kita untuk mengambil tindakan dalam mengatasi bahaya.

Istilah “kecemasan” mengacu pada perasaan tidak nyaman dan ketakutan, ditambah dengan beberapa gejala fisik yang tidak menyenangkan, termasuk ketegangan (otot yang menegang), denyut jantung yang bertambah cepat nafas memburu, mulut kering, badan berkeringat dan gemetar. Apabila rasa cemas semakin parah, berbagai hal yang lebih buruk bisa muncul, misalnya rasa pusing, pingsan, dada sakit, pandangan buram, perasaan tercekik, badan terasa panas dan dingin, mual dan sering buang air atau diare.²⁰ Kecemasan kadang-kadang dapat dianggap sebagai gejala yang hampir sama dengan rasa takut, sehingga dapat mengganggu terwujudnya perilaku sehat dan keduanya dapat menimbulkan perilaku abnormal.

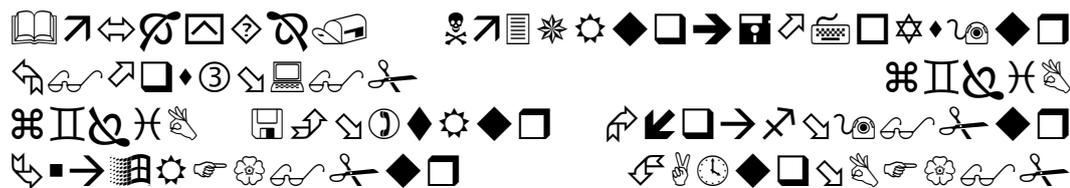
Pernyataan tersebut didukung oleh pendapat Soebroto yang menyatakan bahwa kecemasan merupakan suatu gejala yang disejajarkan dengan ketakutan, seperti ketakutan, kecemasan merupakan suatu pengalaman kejiwaan yang mengganggu terwujudnya perilaku yang sehat dan melahirkan perilaku abnormal

²⁰ Froggatt, Wayne, 2003. *Free from Stress- Panduan untuk mengatasi kecemasan*, Jakarta, PT. Bhuana Ilmu Populer. Hal. 87

yang ditimbulkan oleh adanya ancaman eksternal yang dianggap sebagai bahaya. Perbedaannya adalah pada ketakutan, sumber penyebabnya dapat ditunjukkan secara nyata sedangkan pada kecemasan, sumber penyebabnya tidak dapat ditunjukkan secara nyata.

Pendapat lain menyatakan bahwa kecemasan merupakan manifestasi dari berbagai emosi yang tercampur aduk yang terjadi ketika seseorang sedang mengalami tekanan perasaan dan tekanan batin. Keadaan ini membutuhkan penyelesaian secara tepat dan memuaskan sehingga individu akan merasa aman, namun pada kenyataannya tidak semua masalah dapat diselesaikan dengan baik oleh individu bahkan ada yang cenderung dihindari oleh individu tersebut. Situasi ini menimbulkan perasaan yang tidak menyenangkan dalam bentuk perasaan gelisah, takut atau merasa bersalah. Keadaan ini yang biasanya disebut dengan kecemasan.²¹

Dalam Al-qur'an cemas atau kecemasan disebut dengan kata Al-Khauf sedang takut ketakutan disebut dengan istilah khasyyah. Salah satu ayat Al-qur'an menerangkan bahwa cemas atau kecemasan merupakan bagian dari kondisi hidup manusia. Allah menjadikan kecemasan itu sebagai bagian dari ujian terhadap manusia terutama untuk melihat sejauh mana kesabaran manusia dalam menghadapinya. Firman Allah SWT.



²¹Darajat, (1990), *Kesehatan Mental*. (Jakarta : Gunung Agung) hal. 67



Artinya : *Dan sungguh akan Kami berikan cobaan kepadamu, dengan sedikit ketakutan, kelaparan, kekurangan harta, jiwa dan buah-buahan. dan berikanlah berita gembira kepada orang-orang yang sabar. (Al-Baqarah 155).*

Karena kecemasan merupakan cobaan maka dengan usaha yang sungguh-sungguh manusia akan bisa mengatasi kecemasan itu secepat apapun menyimpannya

Dari uraian di atas disimpulkan bahwa kecemasan merupakan manifestasi emosi yang bercampur baur dan dialami oleh individu sebagai suatu reaksi terhadap ancaman, tekanan, kekhawatiran yang mempengaruhi fisik dan psikis.

2. Bentuk-Bentuk Kecemasan

Menurut Spilberger, kecemasan ada dua bentuk, sebagai *trait anxiety* dan *state anxiety*. Kecemasan sebagai suatu *trait*, yaitu kecenderungan pada diri seseorang untuk merasa terancam oleh sejumlah kondisi yang sebenarnya tidak bahaya. Kecemasan dalam kategori ini lebih disebabkan karena kepribadian individu tersebut memang mempunyai potensi cemas dibanding dengan individu lain. Kecemasan sebagai suatu keadaan (*state anxiety*), yaitu keadaan dan kondisi emosional sementara pada diri seseorang yang ditandai dengan perasaan tegang dan khawatir yang dirasakan dengan sadar serta bersifat subjektif dan meningginya aktivitas sistem syaraf otonom, sebagai suatu keadaan yang berhubungan dengan situasi-situasi lingkungan khusus.²²

Freud mengemukakan tiga macam kecemasan yaitu:

²² Triantoro Safarai & Nofrans Eka Sahputra, *Manajemen Emosi*, h 53-54

1. Kecemasan realistik, yaitu takut akan bahaya yang datang dari luar; cemas atau takut jenis ini bersumber dari *ego*.
2. Kecemasan Neurotis, yaitu kecemasan yang bersumber dari *id*, kalau-kalau insting tidak dapat dikendalikan sehingga menyebabkan orang berbuat sesuatu yang dapat dihukum.
3. Kecemasan moral yang bersumber pada sumber *ego*, kecemasan ini dinamakan juga kecemasan kata hati. Kecemasan ini disebabkan oleh pertentangan moral yang sudah baik dengan perbuatan-perbuatan yang mungkin menentang norma-norma moral itu.²³

Berdasarkan macam-macam kecemasan diatas dapat disimpulkan bahwa ada beberapa macam kecemasan yaitu kecemasan sebagai suatu *trait*, yaitu kecenderungan pada diri seseorang untuk merasa terancam oleh sejumlah kondisi yang sebenarnya tidak bahaya, kecemasan sebagai suatu keadaan (*state anxiety*), kecemasan realistik, kecemasan neurotis, kecemasan moral.

B. Belajar

1. Pengertian Belajar

Menurut pengertian secara psikologis belajar merupakan suatu proses perubahan, yaitu perubahan tingkah laku sebagai hasil dan interaksi dengan lingkungannya dalam memenuhi kebutuhan hidupnya. Perubahan-perubahan tersebut akan nyata dalam seluruh aspek tingkah laku.

²³ Sofyan S. Willis, *Konseling Individual, Teori dan Praktek*, (Bandung:Alfabeta, 2014),h. 59

Belajar merupakan suatu proses usaha yang dilakukan seseorang untuk memperoleh suatu perubahan tingkah laku yang baru secara keseluruhan, sebagai hasil pengalaman sendiri dalam interaksi dengan lingkungannya.²⁴

Durton mengartikan belajar adalah suatu perubahan dalam diri individu sebagai hasil interaksi lingkungannya untuk memenuhi kebutuhan dan menjadikannya lebih mampu melestarikan lingkungan secara memadai. *“Learning is a change the individual due to interaction of that individual and his environments which fills a need and makes him capable of dealing adequality with his environment”*.²⁵

Menurut Hilgrad dan Bower, belajar (*to learn*) memiliki arti : *to gain knowledge, comprehension, or mastery of trough experience or study, to fix in the mind or memory; memorize; to acquire trough experience, to become in forme of to find out*. Menurut definisi tersebut, belajar memiliki pengertian memperoleh pengetahuan atau menguasai pengetahuan melalui pengalaman, mengingat, menguasai pengalaman, dan mendapatkan informasi atau menemukan. Dengan demikian, belajar memiliki arti dasar adanya aktivitas atau kegiatan dan penguasaan tentang sesuatu.²⁶

²⁴Slameto, *Belajar dan Faktor-faktor yang Mempengaruhinya* (Jakarta: PT. Rineka Cipta,2010), hlm.2

²⁵Mutadi, *Pendekatan Efektif dalam Pembelajaran Matematika* (Semarang : Balai Diklat Keagamaan Semarang, 2007), hlm. 12

²⁶Baharuddin, *Teori Belajar dan Pembelajaran* (Jogjakarta: Arruz Media,2010), hlm.13

Sedangkan menurut James O. Wittaker mengemukakan bahwa belajar adalah proses dimana tingkah laku ditimbulkan atau diubah melalui latihan atau pengalaman.²⁷

Dari pendapat-pendapat diatas, dapat disimpulkan bahwa belajar adalah suatu proses yang ditandai dengan adanya perubahan pada diri seseorang. Perubahan sebagai hasil dari berbagai bentuk seperti perubahan pengetahuan, pemahaman sikap, tingkah laku, ketrampilan, kecakapan, kebiasaan serta perubahan aspek-aspek lain yang ada pada individu yang belajar. Proses terjadinya belajar sangat sulit diamati. Karena itu orang cenderung melihat tingkah laku manusia untuk disusun menjadi pola tingkah laku yang akhirnya tersusunlah suatu model yang menjadi prinsip-prinsip belajar yang bermanfaat sebagai bekal untuk memahami, mendorong dan memberi arah kegiatan belajar.

2. Prinsip-prinsip Belajar

Prinsip-prinsip belajar yang dapat dilaksanakan dalam situasi dan kondisi yang berbeda dan oleh setiap peserta didik secara individual adalah sebagai berikut:²⁸

- a. Berdasar prasyarat yang diperlukan untuk belajar. Dalam belajar peserta didik diusahakan partisipasi aktif, meningkatkan minat dan membimbing untuk mencapai tujuan intruksional.

²⁷Aunurrahman, *Belajar dan Pembelajaran* (Bandung: Alfabeta, 2009), hlm. 35

²⁸ Slameto, *Belajar dan Faktor-faktor yang Mempengaruhinya*, hlm. 27-28

- b. Sesuai hakikat belajar. Belajar adalah proses kontinguitas (hubungan antara pengertian yang lain) sehingga mendapat pengertian yang diharapkan stimulus yang diberikan dapat menimbulkan respon yang diharapkan.
- c. Sesuai materi atau bahan yang akan dipelajari. Belajar bersifat keseluruhan dan materi itu harus memiliki struktur penyajian yang bisa ditangkap pengertiannya.
- d. Syarat keberhasilan belajar

Belajar memerlukan sarana yang cukup, sehingga peserta didik dapat belajar dengan tenang.

C. Kecemasan Belajar

Kecemasan belajar merupakan perwujudan sikap seorang pelajar yang cemas pada bidang akademiknya karena berbagai faktor. Kecemasan belajar sangat umum terjadi pada siswa dalam kehidupan sehari-hari. Kecemasan belajar merupakan suatu keadaan yang dapat menghambat proses belajar. Kecemasan belajar terjadi akibat faktor internal maupun eksternal, karena kecemasan saat belajar tidak hanya terjadi akibat kecemasan pada diri sendiri tetapi juga karena cemas dengan pelajaran, dengan guru disekolah,dll.

Menurut Nawangsari menerangkan bahwa kecemasan belajar adalah suatu kondisi yang tidak menyenangkan dalam belajar meliputi rasa takut, rasa tegang, khawatir, bingung, tidak suka yang sifatnya subjektif dan timbul karena

adanya perasaan tidak aman terhadap bahaya yang diduga akan terjadi saat belajar berlangsung.²⁹

Rasa takut yang ditimbulkan oleh adanya ancaman belajar menyebabkan seseorang akan menghindar diri dan sebagainya. Kecemasan dapat ditimbulkan oleh bahaya dari luar, mungkin juga bahaya dari dalam diri seseorang, dan pada umumnya ancaman itu samar- samar. Bahaya dari timbul bila ada sesuatu yang tidak dapat diterimanya. Misalnya pikiran, perasaan, keinginan, dan dorongan. Didalam situasi belajar yang menekan juga cenderung menimbulkan kecemasan pada diri siswa.

Dalam hal ini, Spielberger membedakan kecemasan atas dua bagian yaitu : Kecemasan sebagai suatu sifat (*trait anxiety*), yaitu kecenderungan pada diri seseorang untuk merasa terancam oleh sejumlah kondisi emosional sementara pada diri seseorang yang ditandai dengan perasaan tegang dan kekhawatiran yang dihayati secara sadar bersifat subyektif, dan meningginya aktifitas system syaraf otonom. Sebagai suatu keadaan, kecemasan biasanya berhubungan dengan situasi-situasi lingkungan yang khusus, misalnya situasi tes.³⁰

Rasa cemas besar pengaruhnya pada tingkah laku manusia. Penelitian-penelitian yang dilakukan membuktikan siswa-siswa dengan tingkat kecemasan yang tinggi tidak berprestasi sebaik siswa- siswa dengan tingkat kecemasan

²⁹ Naning,Eky Saputri. Jurnal Penelitian & Artikel Pendidikan. *Konseling kelompok dengan teknik self control terhadap kecemasan belajar siswa*. FITK UMM

³⁰ Slameto, *Belajar dan Faktor- faktor yang mempengaruhinya*, (Jakarta: Rineka Cipta, 203),h. 185.

yang rendah pada beberapa jenis tugas, yaitu tugas-tugas yang ditandai dengan tantangan, kesulitan, penilaian prestasi, dan batasan waktu. Misalnya dalam penelitian Sarason dan kawan-kawan yang memberikan suatu tugas yang meminta pemikiran analitis pada siswa-siswa dengan tingkat kecemasan tinggi dan rendah, dengan memberikan batasan waktu dan tanpa batasan waktu. Siswa-siswa dengan tingkat kecemasan yang tinggi membuat lebih banyak kesalahan pada situasi waktu yang terbatas, sedangkan siswa-siswa dengan tingkat kecemasan yang rendah lebih banyak membuat kesalahan dalam situasi yang tidak terbatas. Interaksi ini jelas menunjukkan kelemahan siswa-siswa dengan tingkat dalam situasi yang sangat menekan.

Data yang dikumpulkan Spielberger menunjukkan bahwa pada tahap dimana pekerjaan sekolah paling menantang bagi siswa (tidak terlalu sulit atau terlalu mudah), siswa-siswa dengan tingkat kecemasan yang rendah berprestasi lebih baik dari pada siswa-siswa dengan tingkat kecemasan yang tinggi.³¹

Oleh karena itu pengajar dan konselor seharusnya bekerja sama agar dapat memberikan kehangatan dan dorongan serta sedikit kritik yang diperlukan pada siswa-siswa dengan tingkat kecemasan yang tinggi, agar mereka dapat berprestasi dengan sebaik-baiknya.

Kirkland membuat suatu kesimpulan mengenai hubungan antara tes, kecemasan dan hasil belajar yaitu :

³¹ Ibid, h 186

- a. Tingkat kecemasan yang sedang biasanya mendorong belajar, sedang tingkat kecemasan yang tinggi mengganggu belajar.
- b. Siswa- siswa dengan tingkat kecemasan yang lebih rendah merasa cemas dalam menghadapi tes dari siswa- siswa yang pandai.
- c. Bila siswa cukup mengenal jenis tes yang dihadapi, maka kecemasan akan berkurang.
- d. Pada tes- tes yang mengukur daya ingat, siswa- siswa yang sangat cemas memberikan hasil yang lebih baik dari pada siswa-siswa yang kurang cemas. Pada tes-tes yang membutuhkan cara berfikir yang fleksibel, siswa yang sangat cemas hasilnya lebih buruk.
- e. Kecemasan terhadap tes bertambah bila tes dipakai untuk menentukan tingkat-tingkat siswa.³²

1) Kecemasan di Kelas

Hampir setiap orang pernah merasa cemas. Banyak siswa menjadi cemas menjelang ujian yang mereka tahu akan sulit, dan sebagian besar mereka tahu akan sulit, dan sebagian besar merasa gugup ketika mereka harus mempresentasikan pidato yang telah dipersiapkan didepan teman-teman sekelas mereka. Perasaan kecemasan yang bersifat sementara ini merupakan contoh dari kecemasan kondisi meski demikian, beberapa siswa merasa cemas pada situasi yang sebetulnya tidak sulit, bahkan walaupun situasinya tidak membahayakan atau mengancam. Misalnya, beberapa siswa sangat gugup

³² Rahman, Ulfiani, Dkk. (2015) *Pengaruh Kecemasan Dan Kesulitan Belajar Matematika Terhadap Hasil Belajar Matematika Pada Siswa Kelas X Ma Negeri 1 Watampone Kabupaten Bone*. Jurnal Matematika Dan Pembelajaran (M A P A N) Vol. 3 No. 1, Juni.

sebelum ujian yang sangat mudah, dan yang lainnya sangat cemas bahwa mereka tidak dapat berkonsentrasi pada tugas matematika yang paling mudah. Siswa yang menunjukkan suatu pola merespon dengan kecemasan bahkan dalam situasi yang tidak mengancam mengalami apa yang disebut kecemasan sifat, suatu kondisi kronis yang sering menghambat performa yang maksimal.

Sejumlah kecil kecemasan sering meningkatkan performa, ini dikenal sebagai kecemasan yang membantu (*Facilitating anxiety*). Sedikit mengalami siswa untuk bertindak. Misalnya, itu dapat membuat mereka masuk kelas, membaca buku, mengerjakan tugas, dan belajar untuk ujian. Hal itu juga membuat siswa mengerjakan tugas kelas mereka dengan seksama dan merenung sejenak sebelum memberikan respons. Sebaliknya banyak kecemasan biasanya menghambat performa yang efektif, ini dikenal sebagai kecemasan yang merugikan (*debilitating anxiety*). Kecemasan yang berlebihan membuat konsentrasi dan perhatian siswa terhadap tugas yang diberikan menjadi terganggu.

Tingkat kecemasan yang sangat tinggi dalam situasi sulit dapat mengganggu beberapa aspek kognisi yang penting bagi kesuksesan pembelajaran dan performa:

- 1) Memperhatikan apa yang perlu dipelajari
- 2) Memperoleh informasi secara efektif
- 3) Memanggil kembali informasi dan menunjukkan keterampilan yang sebelumnya telah dipelajari

Kecemasan cenderung mengganggu proses-proses tersebut ketika suatu tugas memberikan tuntutan yang berat memori kerja maupun memori jangka panjang. Misalnya ketika suatu tugas melibatkan pemecahan masalah atau kreativitas. Dalam situasi semacam ini, siswa mungkin sedemikian sibuk bekerja dengan buruk sehingga mereka tidak dapat memfokuskan pikiran mereka pada apa yang perlu mereka selesaikan.

2) Faktor- Faktor Kecemasan belajar

Di sekolah, banyak faktor-faktor pemicu timbulnya kecemasan pada diri siswa. Menurut Akhmad Sudrajat ada tiga faktor penyebab tingginya kecemasan pada diri siswa, yaitu:

- a. Target kurikulum yang terlalu tinggi, iklim pembelajaran yang kompetitif, pemberian tugas yang sangat padat, serta sistem penilaian yang sangat ketat dan kurang adil dapat menjadi faktor penyebab timbulnya kecemasan yang bersumber dari faktor kurikulum.
- b. Sikap dan perlakuan guru yang kurang bersahabat, galak, judes, terlalu tegas dan kurang kompeten merupakan sumber penyebab timbulnya kecemasan pada diri siswa yang bersumber dari faktor guru.
- c. Penerapan disiplin sekolah yang ketat dan lebih mengedepankan hukuman, iklim sekolah kurang nyaman, serta sarana dan prasarana belajar sangat terbatas juga merupakan faktor pemicu terbentuknya

kecemasan pada diri siswa yang bersumber dari faktor manajemen sekolah.³³

3) Sumber- sumber Kecemasan

Siswa terkadang mengembangkan perasaan kecemasan tentang stimuli tertentu melalui proses kondisioning klasik. Mereka juga lebih mungkin mengalami kecemasan, khususnya kecemasan yang merugikan, ketika menghadapi suatu ancaman yaitu situasi dimana mereka percaya bahwa mereka memiliki sedikit atau bahkan tidak sama sekali kesempatan untuk sukses. Kecemasan yang membantu lebih umum ketika siswa menghadapi suatu tantangan, situasi dimana mereka percaya mereka mungkin dapat mencapai kesuksesan dengan sejumlah usaha yang signifikan namun masuk akal. Anak- anak dan remaja cenderung memiliki tingkat kecemasan tertentu, mungkin yang membantu, mungkin yang merugikan dalam banyak kondisi seperti yang dijabarkan berikut ini:

- a. Situasi dimana keselamatan fisik terancam. Misalnya, jika kekerasan lazim terjadi disekolah atau lingkungan sekitar mereka.
- b. Situasi dimana kepantasan diri (self worth) terancam. Misalnya, ketika seseorang mengucapkan kata-kata yang merendahkan rasa atau jender mereka.

³³Supri Yanti, Jurnal Ilmiah Konseling Volume 2 Nomor 1 Januari 2013, *Hubungan Antara Kecemasan Belajar Dengan Motivasi Belajar*. Fakultas Ilmu Pendidikan, Universitas Negeri Padang

- c. Kepedulian tentang penampilan fisik. Misalnya, merasa terlalu gemuk atau kurus, atau mencapai masa pubertas lebih cepat atau lebih lama dibandingkan teman-temannya.
- d. Situasi baru. Misalnya, pindah ke sekolah baru
- e. Penilaian atau evaluasi dari orang lain. misalnya, menerima nilai rendah dari seseorang guru atau dikucilkan oleh teman-teman.
- f. Frustrasi dengan mata pelajaran . misalnya, pernah merasa kesulitan dengan konsep matematika, bahasa inggris tertentu.
- g. Tuntutan kelas yang berlebihan. Misalnya, diharapkan mempelajari banyak materi dalam jangka waktu singkat.
- h. Ujian kelas. Misalnya, menjalani ujian penting, khususnya ujian yang mempengaruhi kesempatan naik kelas atau kelulusan dan kekhawatiran masa depan. Misalnya, bagaimana mencari penghidupan setelah SMA.³⁴

3. Upaya Guru BK Mengatasi Kecemasan Belajar

Suharsimi Arikunto (1993) menyatakan kecemasan harus diusahakan menyingkirkannya, atau sekurang-kurangnya dapat ditekan menjadi minimal. Mengingat dampak negatifnya, maka perlu ada upaya- upaya tertentu untuk mencegah dan mengurangi kecemasan siswa disekolah. Upaya- upaya tersebut menurut Akhmad Sudrajat diantaranya dapat dilakukan melalui :

³⁴Jegne Eliis Ormrod, Psikologi Pendidikan, *Membantu Siswa Tumbuh dan berkembang*, (Jakarta: Erlangga, 2008), h.80-82

- a. Menciptakan suasana pembelajaran yang menyenangkan. Selama kegiatan pembelajaran berlangsung guru seyogyanya dapat mengembangkan sense of humor dirinya maupun para siswanya.
- b. Melakukan kegiatan selingan, misalnya “*game*” atau “*Ice break*” tertentu, terutama dilakukan pada saat suasana kelas sedang tidak kondusif. Dalam hal ini keterampilan guru dalam mengembangkan dinamika kelompok sangat diperlukan.
- c. Sewaktu-waktu ajaklah siswa untuk melakukan kegiatan pembelajaran di luar kelas, sehingga dalam proses pembelajaran tidak selamanya siswa harus terkurung di dalam kelas.
- d. Memberikan materi dan tugas-tugas akademik dengan tingkat kesulitan yang moderat, artinya tidak terlalu mudah dan tidak terlalu sulit.
- e. Menggunakan pendekatan humanistik dalam pengelolaan kelas.
- f. Mengembangkan sistem penilaian yang menyenangkan, dengan memberikan kesempatan kepada siswa untuk melakukan penilaian diri atas tugas dan pekerjaan yang telah dilakukannya.
- g. Guru seyogyanya berupaya untuk menanamkan kesan positif dalam diri siswa, dengan hadir sebagai sosok yang menyenangkan, ramah, cerdas, penuh empati dan dapat diteladani, bukan menjadi sumber ketakutan.
- h. Pengembangan manajemen sekolah yang memungkinkan tersedianya sarana dan prasarana pokok yang dibutuhkan untuk

kepentingan pembelajaran siswa, seperti ketersediaan alat tulis, tempat duduk, ruangan kelas dan sebagainya.

- i. Menciptakan lingkungan yang nyaman dan terbebas dari berbagai gangguan, terapkan disiplin sekolah yang manusiawi serta hindari bentuk tindakan kekerasan fisik maupun psikis di sekolah, baik yang dilakukan oleh guru, teman maupun orang-orang yang berada di luar sekolah.
- j. Mengoptimalkan pelayanan bimbingan dan konseling di sekolah. Pelayanan bimbingan dan konseling dapat dijadikan sebagai kekuatan inti di sekolah guna mencegah dan mengatasi kecemasan siswa, misalnya melalui kegiatan bimbingan kelompok, konseling kelompok atau kegiatan ekstra kurikuler. Hal ini berarti ketersediaan konselor profesional di sekolah tampaknya menjadi mutlak adanya.

Melalui upaya-upaya di atas diharapkan para siswa dapat terhindar dari berbagai bentuk kecemasan dan mereka dapat tumbuh dan berkembang menjadi individu yang sehat secara fisik maupun psikis.³⁵

³⁵Supri Yanti, Jurnal Ilmiah Konseling Volume 2 Nomor 1 Januari 2013, *Hubungan Antara Kecemasan Belajar Dengan Motivasi Belajar*. Fakultas Ilmu Pendidikan, Universitas Negeri Padang

B. Penelitian Terdahulu

Berdasarkan hasil telaah kepustakaan, maka ditemukan beberapa penelitian yang relevan dengan penelitian yang berkaitan kecemasan belajar, diantaranya sebagai berikut :

1. Jurnal Pendidikan Matematika Vol. 1, No.3 September-Desember 2015, Aminah Ekawati yang berjudul “ Pengaruh Kecemasan Terhadap Hasil Belajar Siswa Kelas VII SMPN 13 Banjarmasin. Hasil penelitian memperoleh kesimpulan bahwa kecemasan mempengaruhi hasil belajar siswa dengan kuat. Sehingga guru perlu mengantisipasi kecemasan yang terjadi ini, agar hasil belajar yang diperoleh dapat maksimal. Kecemasan siswa berkaitan dengan perasaan gelisah, dan khawatir yang timbul dalam diri siswa.
2. Skripsi Asmidar Sitorus yang berjudul “ penerapan Konseling Behavior Kognitif Untuk Menurunkan Kecemasan Belajar Siswa Di MAN 1 Medan. Penerapan konseling behavior kognitif dilaksanakan melalui konseling kelompok dan konseling perorangan. Jenis kecemasan belajar siswa yaitu masalah keterbatasan waktu belajar, kurangnya kemampuan siswa mengeluarkan pendapat, seringnya terlambat masuk sekolah, adanya keletihan dan kejenuhan yang dialami siswa dalam belajar akibat terlalu banyaknya tugas- tugas pekerjaan rumah yang diberikan oleh guru.
3. Skripsi Arif Santoso yang berjudul “ Upaya Mengatasi Kecemasan Menghadapi Ujian Semester melalui Layanan Konten Pada Siswa Kelas

7 SMP 4 BAE Kudus” hasil penelitian menunjukkan bahwa kesiapan siswa dalam menghadapi ujian semester sebelum mendapatkan layanan yaitu pra siklus hanya 3 siswa (9,38%) yang cukup, kurang 22 siswa (68,8%) dan sangat kurang 7 siswa (21,9%), setelah diberikan layanan pada siklus I terdapat 21 siswa sudah baik. Pada siklus II didapatkan 6 siswa (18,75%) cukup, 19 siswa (59,38%) baik dan 7 siswa (21,9%) sangat baik.

4. Jurnal Konseling Andi Matappa Volume 1 Nomor 1 Februari 2017 Hal 39-45 yang berjudul “ Penerapan Layanan Konseling Untuk Mengatasi Kecemasan Siswa” hasil penelitian menunjukkan bahwa (1) Jenis- Jenis Kecemasanyang dialami siswa yang diteliti bersifat psikologis (pusing, gelisah, dan tidak bisa tidur. (2) faktor- faktor yangmenyebabkan terjadinya kecemasan siswa, adalah prestasi belajar yang tidak sesuai dengan harapan. (3) guru pembimbing dalam mengatasi kecemasan akademik pada siswa, belum menggunakan pendekatan yang jelas dalam menangani siswa. (4) pendekatan pelayanan konseling belum efektif, baik menurut pandangan siswa maupun guru BK itu sendiri.
5. Jurnal Ilmiah Mahasiswa Pendidikan Kewarganegaraan Unsyiah, Volume 1, Nomor 1:96-109 Agustus 2016 yang berjudul “ Upaya guru dalam mengatasi kecemasan siswa dalam menghadapi tes (pencapaian hasil belajar) siswa di SMP Negeri 3 Banda Aceh” hasil penelitian yang diperoleh adalah : bentuk- bentuk kecemasan siswa yang dialami dalam menghadapi pencapaian hasil belajar adalah 1) kurangnya konsep

belajar seperti buku tentang cara praktis belajar, guru yang memotivasi.

2) kurang penguasaan materi, 3) gugup, gemetar, berkeringat saat mengerjakan tes hasil belajar, 4) rasa takut yang bisa membuatnya dihukum (neorotik) dan kecemasan yang membuat rasa malu, 5) putus asa, melamun.

BAB III

METODE PENELITIAN

A. Desain Penelitian

Metode penelitian yang digunakan adalah metode kualitatif karena peneliti ingin menggali secara maksimal dan mendalam data- data tentang upaya guru bimbingan konseling dalam mengatasi kecemasan belajar melalui layanan bimbingan kelompok siswa kelas XI MIA 4 di MAN 2 Deli Serdang melalui instrument observasi langsung dan wawancara. Hal ini sebagaimana ditegaskan oleh Strauss dan Corbin dalam Salim bahwa “ penelitian kualitatif adalah salah satu jenis penelitian tentang kehidupan seseorang, cerita perilaku. Dan juga tentang fungsi organisasi, gerakan sosial atau hubungan timbal balik”.

Keberhasilan penelitian sangat tergantung dari data lapangan, maka ketetapan, ketelitian, rincian, kelengkapan dan keluesan pencatatan informasi yang diamati lapangan sangat penting, artinya pencatatan data di lapangan yang tidak cermat akan merugikan peneliti sendiri dan akan menyulitkan dalam analisis untuk penarikan kesimpulan penelitian.

Didalam penelitian kualitatif, peneliti sekaligus berperan sebagai instrument penelitian. Berlangsungnya proses pengumpulan data, peneliti benar- benar diharapkan mampu berinteraksi dengan obyek (siswa) yang dijadikan sasaran penelitian. Dengan arti kata, peneliti menggunakan pendekatan alamiah dan peka terhadap gejala- gejala yang dilihat dari lapangan

maka ketetapan, ketelitian, rincian, kelengkapan dan keluwesan pencatatan data di lapangan yang tidak cermat akan merugikan peneliti sendiri dan akan menyulitkan dalam analisis untuk penarikan kesimpulan penelitian.

Penggunaan metode penelitian kualitatif memungkinkan seseorang untuk mengetahui kepribadian orang dan melihat mereka sebagaimana mereka memahami dunianya, seperti dalam mengatasi maupun mengurasi kecemasan belajar.

Penelitian kualitatif menghasilkan deskripsi atau uraian berupa kata-kata tertulis atau lisan dari perilaku para aktor yang dapat diamati dari situasi sosial. Selanjutnya tujuan penelitian kualitatif untuk membentuk pemahaman-pemahaman yang rasional. Aktivitas internal yang dilakukan dalam penelitian ini di antaranya adalah mengamati orang dalam lingkungan hidupnya, berinteraksi dengan mereka, berusaha memahami bahasa dan tafsiran mereka tentang dunia sekitarnya. Dalam hal ini penelitian mengumpulkan berbagai data dan informasi melalui observasi terhadap fenomena serta makna yang melatarbelakanginya. Data observasi dan wawancara akan dipaparkan sesuai dengan apa yang dimaksud oleh informan, alasan-alasan yang menjadi dasar melakukan sesuatu kemudian diinterpretasi berdasarkan maksud dan alasan pelakunya.

B. Partisipan dan Setting Penelitian

Sampel dalam penelitian ini adalah seluruh kelas XI MIA 4 MAN 2 Deli Serdang tahun 2017/2018 yang berjumlah 32 siswa dan Guru Bimbingan Konseling. Penelitian objek dilakukan berdasarkan hasil wawancara, dan dokumen guru BK yang memiliki karakteristik sebagai berikut : (1) tidak siap menghadapi sebuah tantangan, (2) takut menghadapi sesuatu yang baru didepannya,(3) tidak memiliki kepercayaan diri sehingga efek yang ditimbulkan ketika siswa menghadapi kecemasan tersebut menimbulkan yaitu efek kesedihan yang mendalam sebelum menghadapinya, kemudian keseriusan dalam belajar terganggu dikarenakan merasa nilai yang didapatkan tidak bagus.

C. Pengumpulan Data

Untuk menghimpun data yang diperlukan dari lapangan, maka metode/ instrumen yang peneliti gunakan adalah:

1. Wawancara (*interview*)

Teknik *interview* adalah metode yang digunakan dengan cara bercakap-cakap, berhadapan, tanya jawab untuk mendapatkan keterangan masalah penelitian. Wawancara terhadap informan sebagai sumber data dan informasi dilakukan dengan tujuan penggalan informasi tentang fokus penelitian. Dengan kata lain wawancara dilakukan untuk mengkonstruksi mengenai orang, kejadian kegiatan, organisasi, perasaan, motivasi, tuntutan, kepedulian dan lain-lain.³⁶

³⁶Salim, *Metodologi Penelitian Kualitatif*, (Bandung: Citapustaka Media, 2015), hal. 119

Esterberg mendefinisikan wawancara sebagai pertemuan dua orang atau lebih untuk bertukar informasi dan ide melalui tanya jawab, sehingga dapat dikonstruksikan makna dalam suatu topik tersebut. Dengan wawancara, maka peneliti akan mengetahui hal-hal yang lebih mendalam tentang informan dalam menginterpretasikan situasi dan fenomena yang terjadi, dimana hal ini tidak bisa ditemukan melalui observasi.³⁷

Laporan ketika melakukan wawancara sebagai berikut:

- a. Siapa yang melakukan wawancara.
- b. Di mana wawancara berlangsung.
- c. Kapan wawancara berlangsung.
- d. Berapa lama wawancara berlangsung.
- e. Apa ada pengarahan diberikan sebelum wawancara berlangsung.
- f. Bagaimana hasil wawancara direkam: pakai audio atau catatan tertulis.³⁸

Dalam penelitian kualitatif deskriptif, wawancara di bagi atas beberapa bagian. Bagian-bagian tersebut adalah sebagai berikut:

- a. Wawancara terstruktur digunakan sebagai teknik pengumpulan data, bila telah mengetahui informasi yang akan diperoleh;

³⁷ Sugiyono, *Metode Penelitian Kualitatif, Kuantitatif, dan R & D*, (Bandung: Alfabeta, 2011), hal. 211

³⁸Syaukani, *Metode Penelitian Pedoman Praktis Penelitian dalam Bidang Pendidikan*, (Medan: Perdana Publishing, 2015), hal 129

- b. Wawancara semi terstruktur digunakan untuk menemukan permasalahan secara lebih terbuka, yang diajak wawancara diminta pendapat, dan ide-idenya;
- c. Wawancara tak terstruktur digunakan saat penelitian pendahuluan.³⁹

Dalam melakukan wawancara, peneliti menyiapkan instrumen penelitian berupa pertanyaan-pertanyaan tertulis untuk diajukan, mencatat apa yang dikemukakan oleh informan dan informan diajak untuk mengemukakan pendapatnya. Oleh karena itu, jenis wawancara yang digunakan oleh peneliti termasuk ke dalam jenis wawancara semi terstruktur.

Wawancara yang akan peneliti lakukan dalam penelitian nantinya yaitu mewawancarai informan, antara lain: guru BK, kepala sekolah, siswa/i serta guru-guru yang bertugas sebagai pegawai akademis di MAN 2 Deli Serdang. Pertanyaan dalam wawancara yang akan peneliti lakukan nantinya terkait tentang Upaya Guru Bimbingan Konseling Dalam Mengatasi Kecemasan Belajar Siswa di MAN 2 Deli Serdang.

Adapun kisi- kisi antara sumber data, metode dan instrument pengumpulan data dengan judul “ Upaya Guru Bimbingan Konseling Dalam Mengatasi Kecemasan Belajar Siswa MAN 2 Deli Serdang” adalah sebagai berikut:

³⁹ Sugiyono, *Metode Penelitian Kualitatif, Kuantitatif, dan R & D*, hal. 211

Tabel 2

Instrumen Wawancara Penelitian

No	Nama Interviewer	Indikator	Skor
1	Kepala Sekolah	<ol style="list-style-type: none"> 1. Latar belakang pendidikan guru BK 2. Sarana dan prasarana pendukung bimbingan dan konseling disekolah 3. Penggunaan layanan bimbingan kelompok oleh guru BK 4. Upaya guru bimbingan konseling mengatasi kecemasan belajar siswa 5. Kendala yang dihadapi guru BK melakukan program layanan bimbingan konseling 	5
2	Guru Bimbingan dan Konseling	<ol style="list-style-type: none"> 1. Mengetahui siswa yang mengalami kecemasan belajar 2. Untuk mengetahui apakah kecemasan belajar siswa berpengaruh terhadap prestasi belajarnya 3. Faktor-faktor penyebab siswa mengalami kecemasan belajar 4. Upaya dalam mengatasi siswa yang mengalami kecemasan belajar 5. Kendala dalam menghadapi dan mengatasi siswa yang mengalami kecemasan belajar 6. Layanan yang diberikan kepada siswa yang mengalami kecemasan belajar 7. Peran guru BK dalam mengatasi kecemasan belajar siswa 	7
3	Siswa	<ol style="list-style-type: none"> 1. Kecemasan belajar yang dialami 2. Penyebab siswa mengalami kecemasan belajar 3. Usaha dalam mengatasi kecemasan belajar 	15

		<p>4. Layanan yang diberikan dalam mengatasi kecemasan</p> <p>5. Kendala yang dialami saat mengatasi kecemasan</p>	
--	--	--	--

Sumber : Instrumen wawancara penelitian Tahun Ajaran 2018/2019

B. Pengamatan (Observasi)

Observasi adalah pengumpulan data yang dilakukan dengan mengadakan pengamatan secara cermat dan teliti. Melakukan observasi tidak hanya sekedar melakukan pengamatan biasa, melainkan melakukan pengamatan dan pengindraan dengan penuh ketekunan dan ketabahan sehingga objek yang tanpa observasi tidak bisa terungkap datanya, menjadi terungkap datanya. Observasi juga bisa dilakukan dengan menggunakan alat bantu.⁴⁰

Observasi memiliki beberapa jenis, diantaranya adalah sebagai berikut:

- a. Observasi partisipatif yaitu peneliti mengamati apa yang dikerjakan orang, mendengarkan apa yang diucapkan, dan berpartisipasi dalam aktivitas mereka. Observasi ini digolongkan menjadi partisipatif pasif, partisipasi moderat, observasi yang terus terang atau tersamar dan observasi lengkap.
- b. Observasi terus terang atau tersamar yaitu peneliti menyatakan terus terang kepada sumber data bahwa ia sedang melakukan penelitian.
- c. Observasi tak terstruktur yaitu observasi yang tidak dipersiapkan secara sistematis tentang apa yang akan diobservasi.⁴¹

⁴⁰Mohammad Ali, *Memahami Riset Perilaku dan Sosial*, (Jakarta: Bumi Karsa, 2014), hal.

⁴¹ Sugiyono, *Metode Penelitian Kualitatif, Kuantitatif, dan R & D*, hal. 210

Penerapan teknik observasi yang penulis lakukan dalam penelitian adalah observasi partisipatif dimana peneliti mengamati apa yang dikerjakan informan, mendengarkan apa yang diucapkan, berpartisipasi dalam aktivitas mereka dan peneliti menyatakan terus terang kepada informan bahwa peneliti melakukan penelitian yang terkait dengan Upaya guru bimbingan dan konseling dalam mengatasi kecemasan belajar siswa.

C. Studi Dokumen

Studi dokumen yaitu mencari data atau hal-hal mengenai variabel yang berupa catatan-catatan, transkrip, buku, surat kabar, majalah, prasasti, notulen, agenda, dan sebagainya atau setiap naskah tertulis atau film yang telah dipersiapkan karena dibutuhkan untuk seorang penyidik. Dalam hal ini peneliti akan mengkaji dan menelaah semua dokumen yang tertera dan tercatat di MAN 2 Deli Serdang terkait dengan upaya guru BK di sekolah tersebut.

D. Analisa Data

Analisis adalah proses penyusunan data agar ditafsirkan. Menyusun data berarti menggolongkannya dalam pola, tema atau kategori. Teknik analisis data pada jenis penelitian ini berkaitan erat dengan metode pengumpulan data, yaitu observasi dan wawancara. Dengan demikian, pengumpulan data dilakukan melalui terdisi teknik analisis data.⁴²

Adapun teknik analisis data yang digunakan peneliti dalam penelitian ini adalah analisis data kualitatif. Data-data naratif yang diperoleh dari hasil

⁴²Sri Yunita, *Metodologi Penelitian*, (Medan: Anugerah Press, 2017), hal. 28

wawancara dan observasi, diinterpretasi untuk selanjutnya dianalisis. Data yang diperoleh dalam lapangan segera harus dituangkan dalam bentuk tulisan dan dianalisis

E. Prosedur Penelitian

Penelitian ini melalui empat tahap, yaitu:

1. Tahap sebelum ke lapangan meliputi kegiatan:
 - a. Penyusunan proposal;
 - b. Menentukan fokus penelitian;
 - c. Konsultasi fokus penelitian;
 - d. Konsultasi fokus penelitian kepada dosen pembimbing untuk mengurus surat izin penelitian seminar proposal;
 - e. Memilih lapangan penelitian;
 - f. Memilih dan memanfaatkan informasi;
 - g. Menyiapkan perlengkapan penelitian.
2. Tahap pekerjaan lapangan, meliputi kegiatan pengumpulan data dan informasi terkait dengan fokus penelitian dan pencatatan data.
3. Tahap analisis data, meliputi kegiatan:
 - a. Kegiatan analisis data;
 - b. Penafsiran data;
 - c. Pengecekan keabsahan temuan data;
 - d. Memberi makna.
4. Tahap penulisan laporan, meliputi kegiatan:
 - a. Penyusunan hasil penelitian;

b. Perbaikan hasil konsultasi;⁴³

F. Penjaminan Keabsahan Data

Keabsahan data dalam penelitian ini ditentukan dengan menggunakan kriteria kreadibilitas. Kredibilitas dimaksudkan untuk membuktikan bahwa apa yang berhasil dikumpulkan sesuai dengan kenyataan yang ada dalam latar penelitian. Teknik pemeriksaan keabsahan data, yaitu:

1. Perpanjangan keikutsertaan;
2. Ketekunan pengamat;
3. Trianggulasi;
4. Pengecekan sejawat;
5. Kecukupan referensi;
6. Kajian kasus negatif; dan
7. Pengecekan anggota.⁴⁴

Untuk memenuhi keabsahan temuan tentang upaya guru bimbingan dan konseling dalam mengatasi kecemasan belajar siswa di MAN 2 Deli Serdang, digunakan teknik pemeriksaan sebagai berikut: (a) perpanjangan keikutsertaan pengamat; (b) ketekunan pengamat; serta (c) trianggulasi. Trianggulasi disini yang digunakan dengan satu cara yaitu membandingkan perolehan data pada teknik yang berbeda dalam fenomena yang sama.

⁴³ Suharsimi Arikunto, *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktek*, (Jakarta: Rineka Cipta, 1993), hal.

⁴⁴Lexy J. Moleong, *Metode Penelitian Kualitatif*, hal. 103

BAB IV

HASIL PENELITIAN

A. Temuan Umum

1 Sejarah Berdirinya Madrasah Aliyah Negeri 2 Deli Serdang

Tempat pelaksanaan penelitian ini adalah Madrasah Aliyah Negeri 2 Deli Serdang. Berdasarkan hasil wawancara yang peneliti lakukan kepada kepala sekolah dan tata usaha MAN 2 Deli Serdang, sejarah berdirinya MAN 2 Deli Serdang dapat dikemukakan bahwa sebelumnya berdiri pada tanggal 01 Agustus 1996. Pada saat itu Kanwil Departemen Agama berusaha untuk mendirikan sekolah madrasah disetiap Kabupaten. Hal ini dikarenakan adanya kebutuhan dan mengingat animo masyarakat yang positif sehingga pemerintah berusaha untuk mendirikan madrasah di setiap Kabupaten.

Apabila dilihat dari Diknas, untuk menciptakan lembaga pendidikan terlebih dahulu harus ada bangunan, setelah itu siswa, namun dalam hal ini sebaliknya guru dan siswa sudah ada, akan tetapi bangunan pada saat itu belum memungkinkan. Memang pada saat itu sudah ada cikal bakal nya di Batang Kuis yaitu Madrasah Swasta yang bersifat Aliyah, yang sudah berdiri selama 3 tahun, hanya saja masih ada satu atau dua ruangan dan itu pun dari swadaya masyarakat. Madrasah inilah yang akan dinegerikan oleh pemerintah, mengingat animo masyarakat yang begitu positif dan siswa yang banyak untuk sekolah di Madrasah Aliyah, sehingga Madrasah ini membutuhkan ruangan yang cukup banyak.

Selanjutnya, Madrasah Negeri Lubuk Pakam yang beralamat di Jln. Karya Agung, Komplek PEMDA Kabupaten Deli Serdang, kecamatan Lubuk Pakam. Pada awalnya Madrasah ini adalah Swasta YPM Batang Kuis yang pada saat itu berada di Jln. Medan Batang Kuis atau dekat Kantor POS Batang Kuis. Dan pada tahun 1995, YPM Batang Kuis ini di negerikan dengan nama MAN Lubuk Pakam yang mendapat kepercayaan dari pemerintah melalui kantor pemerintahan Agama, Provinsi Sumatera Utara. Sejak tahun 1996 nama YPM Batang Kuis menjadi Madrasah Aliyah Negeri Lubuk Pakam dengan Kepala Madrasah Drs. Burhan HS, BA. Dan sampai saat ini merupakan satu satunya Madrasah Aliyah Negeri yang ada di Lubuk Pakam dibawah pengawasan Bapak Drs. H. Bawaihi.

MAN 2 Deli Serdang adalah Madrasah yang dilengkapi dengan Workshop dan keterampilan serta Laboratorium yang lengkap seperti Laboratorium keterampilan, komputer, IPA dan Bahasa.

Pembentukan MAN 2 Kabupaten Deli Serdang adalah dalam rangka meningkatkan mutu pendidikan Madrasah, maka dari itu perlu diadakan percobaan (*eksperiment*) dalam pembaharuan kurikulum Madrasah dan untuk mengembangkan didaktik dan metodik modern. Karena tugasnya yang khusus maka dalam melakanakannya, MAN 2 Deli Sedang diperlukan tenaga pengajar yang benar-benar berkualifikasi dan ahli dalam bidang studinya masing-masing.

Latar belakang berdirinya MAN 2 Deli Sedang ini adalah keinginan untuk menciptakan anak didik yang bertaqwa, berakhlak mulia, berilmu pengetahuan dan mampu bersaing dengan lembaga pendidikan yang lain. Pembentukan MAN Lubuk

Pakam Kab. Deli Serdang tidak didirikan oleh pemerintah, akan tetapi hasil dan swasdaya masyarakat. Pada Tahun 1998 Madrasah ini mendapat bantuan dari kepala kantor pemerintah Kementrian Agama yang pada saat itu Dapartemen Agama. Adapun bentuk bantuan yang diberikan yaitu : 3 (tiga) ruang belajar, yaitu kelas I, kelas II, dan kelas III. Sehingga pembelajaran pada saat itu dilaksanakan pada pagi dan sore hari. Kemudian pada tahun 1999, pada masa itu kepala Madrasah dipimpin oleh Drs. Musa. Kementrian Agama kembali memberikan bantuan lagi sebanyak dua ruang belajar dengan sistem imbal swadaya (20% dari masyarakat selebihnya dari pemerintah) sehinga jumlah lokal seluruhnya berjumlah delapan lokal. Dan pada masa dibawah pimpinan kepala Madrasah Dra. Marliana Nasution, jumlah lokal mencapai 14 lokal.⁴⁵

2 Profil MAN Lubuk Pakam

Nama Sekolah : Madrasah Aliyah Negeri 2 Deli Serdang

Alamat : Jln. Karya Agung Komplek Pemkab Deli Serdang Lubuk
Pakam

Kode Pos : 20514

Desa/ Kel : Syahriad

Kec/ Kota : Kec. Lubuk Pakam

⁴⁵ Wawancara dengan Kepala MAN Lubuk Pakam di Ruangan Kepala Madrasah Aliyah Negeri MAN Lubuk Pakam, Jln. Karya Agung, Komplek PEMDA Kabupaten Deli Serdang, senin tanggal 25 Juli 2018 pukul 08.30 WIB,

Kab. Kota : Kab. Deli Serdang

NPSN : 19264727

Status sekolah : Negeri

Jenjang Pendidikan : MA

Akreditasi : "A"

Tahun Pendirian : 01 Agustus 1996

Tahun beroperasi : 2008

Luas tanah : 8.875 cm

3. Visi, Misi dan Tujuan Madrasah Aliyah Negeri 2 Deli Serdang

A. Visi

Mewujudkan pendidikan yang Berkualitas, Kompetitif, Islami dan Peduli lingkungan.

B. Misi

Berdasarkan visi di atas maka misi sekolah adalah sebagai berikut:

1. Menyelenggarakan pendidikan yang Berkualitas, Berbudaya, Kreatif, Inovatif dan Menyenangkan.
2. Mengefektifkan PMB di Madrasah sehingga terbentuk warga Madrasah yang Berkualitas, Kompetitif, dan Bertanggung Jawab.
3. Memadukan penyelenggaraan program pendidikan umum dan pendidikan agama.

4. Mengucapkan salam ketika bertemu dengan sesama muslim dilingkungan Madrasah.
5. Mensosialisasikan peraturan dan tata tertib Madrasah kepada seluruh warga madrasah.
6. Menciptakan lingkungan Madrasah yang bersih, sejuk dan asri.

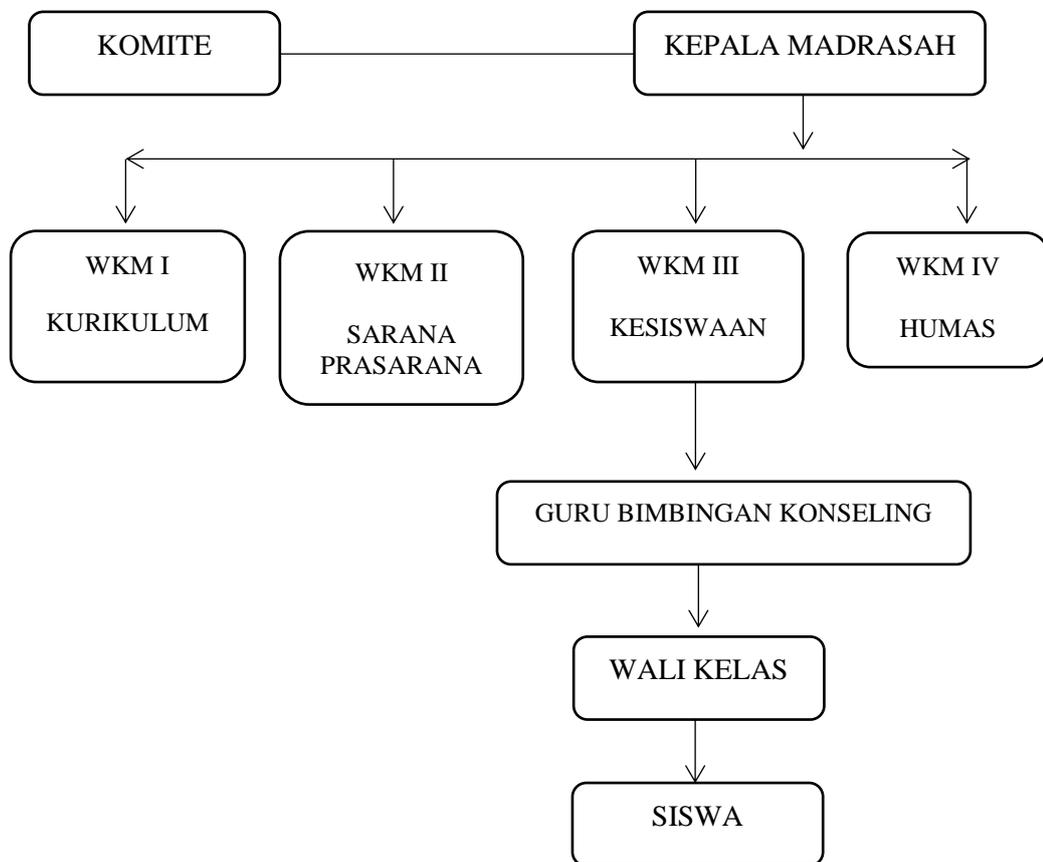
C. Tujuan

1. Terlaksananya proses kegiatan belajar mengajar secara efektif dan efisien sehingga kecerdasan, kedisiplinan, keingintahuan, ketangguhan siswa meningkat.
2. Tersedianya sarana dan prasarana kegiatan belajar mengajar yang menjadi sehingga memiliki daya dukung maksimal terhadap terlaksananya kegiatan belajar mengajar yang efektif dan efisien.
3. Tersedianya tenaga pendidikan dan kependidikan yang memenuhi standar yang ditetapkan sebagai pendukung terciptanya kegiatan belajar mengajar yang efektif, efisien, dengan hasil yang optimal.
4. Terwujudnya kedisiplinan dan tanggung jawab siswa, guru dan pegawai.
5. Peningkatan kecerdasan siswa sehingga nilai rata-rata ujian nasional 7,50 terpenuhi dan kelulusan siswa yang dapat diterima di PTN sebesar 42%.
6. Menghafal Al-qur'an Juz 30 dan Juz 1 secara tuntas 100% bagi siswa yang telah diluluskan.
7. Meraih prestasi tingkat provinsi dan tingkat Nasional untuk program ekstrakuler.
8. Peserta didik dapat aktif berbahasa Arab dan Inggris sebesar 25%

9. Peserta didik putra dapat meningkatkan rasa percaya diri, cinta ilmu dan nilai religius dengan memiliki kemampuan menjadi khatib sholat jumat sebesar 25%.
10. Terwujudnya lingkungan Madrasah yang bersih, sejuk dan sari.

D. Strukur Organisasi Madrasah Aliyah Negeri 2 Deli Serdang

4.1 Gambar Struktur Organisasi BK yang ada Di MAN 2 Deli Serdang



Struktur Organisasi Madrasah Aliyah Negeri 2 Deli Serdang

Uraian tugas masing-masing personil pada struktur organisasi BK yang ada di MAN Lubuk Pakam adalah sebagai berikut :

1. Kepala sekolah

Sebagai penanggung jawab kegiatan pendidikan secara menyeluruh, khususnya pelayanan bimbingan konseling, tugas kepala sekolah adalah sebagai berikut :

- a. Mengkoordinasi segenap kegiatan yang diprogramkan dan berlangsung disekolah, sehingga pelayanan pengajaran, latihan dan bimbingan konseling merupakan suatu kesatuan yang terpadu, harmonis dan dinamis.
- b. Menyediakan sarana prasarana, tenaga kerja sehingga terlaksananya pelayanan bimbingan dan konseling yang efektif dan efisien.
- c. Melakukan pengawasan dan pembinaan terhadap perencanaan dan pelaksanaan program, penilaian dan upaya tindak lanjut pelayanan bimbingan dan konseling.
- d. Mempertanggung jawabkan pelaksanaan pelayanan bimbingan dan konseling disekolah kepada kanwil/ kandept yang menjadi atasannya.

2. Wakil kepala sekolah

Sebagai pembantu kepala sekolah, wakil kepala sekolah membantu kepala sekolah dalam melaksanakan tugas kepala sekolah.

3. Guru pembimbing (Konselor Sekolah)

- a. Membantu memasyarakatkan pelayanan BK kepada siswa.
- b. Merencanakan program bimbingan dan konseling.

- c. Melaksanakan kegiatan program satuan layanan bimbingan dan konseling.
- d. Melaksanakan segenap satuan kegiatan pendukung bimbingan dan konseling.
- e. Menilai proses dan hasil pelaksanaan satuan layanan dan kegiatan pendukung bimbingan dan konseling.
- f. Menganalisis tindak lanjut berdasarkan hasil penilaian layanan dan kegiatan pendukung bimbingan dan konseling.
- g. Mengadministrasikan kegiatan satuan layanan dan kegiatan pendukung bimbingan dan konseling.
- h. Mempertanggung jawabkan tugas dan kegiatannya dalam pelayanan bimbingan dan konseling secara menyeluruh kepada koordinator BK serta kepala sekolah.
- i. Bekerjasama dengan guru bidang studi dalam penyelenggaraan layanan penguasaan konten.

4. Guru mata pelajaran

Sebagai tenaga ahli tenaga pengajaran dan praktik dalam bidang studi atau program latihan tertentu dan sebagai personil yang sehari-hari langsung berhubungan dengan siswa, peranan guru mata pelajaran dan guru praktik dalam pelayanan bimbingan dan konseling adalah :

- a. Membantu memasyarakatkan pelayanan bimbingan dan konseling kepada siswa.

- b. Membantu guru pembimbing mengidentifikasi siswa-siswi yang memerlukan layanan BK, serta mengumpulkan data tentang siswa-siswa tersebut.
- c. Mengalih tangankan siswa yang memerlukan layanan bimbingan dan konseling kepada guru pembimbing.
- d. Membantu mengembangkan suasana kelas, hubungan guru, hubungan siswa-siswa yang menunjang pelaksanaan pelayanan BK.
- e. Memberikan kesempatan dan kemudahan kepada siswa yang memerlukan layanan kegiatan bimbingan dan konseling untuk mengikuti layanan yang dimaksudkan itu.
- f. Berpartisipasi dalam kegiatan khusus penanganan masalah siswa seperti konferensi kasus.
- g. Membantu mengumpulkan informasi yang diperlukan dalam rangka pelayanan BK dan upaya tindak lanjutnya.

5. Wali kelas

Sebagai pengelola kelas tertentu, dalam pelayanan BK, wali kelas berperan :

- a. Membantu guru pembimbing melaksanakan tugas-tugasnya, khususnya dikelas yang menjadi tanggung jawabnya.
- b. Membantu guru mata pelajaran melaksanakan peranannya dalam pelayanan BK khususnya dikelas yang menjadi tanggung jawabnya.
- c. Membantu memberikan kesempatan dan kemudahan bagi siswa, khususnya yang dikelas yang menjadi tanggung jawabnya untuk mengikuti kegiatan pelayanan BK.

- d. Berpartisipasi aktif dalam kegiatan khusus bimbingan dan konseling, seperti konferensi kasus.
- e. Mengalih tangankan siswa yang memerlukan layanan BK kepada guru pembimbing.

6. Sumber daya Madrasah Aliyah Negeri Lubuk Pakam

a. Guru dan staf

Guru merupakan komponen penting sekolah yang turut menentukan perkembangan dan kemajuan sekolah pada saat ini MAN 2 Deli Serdang memiliki guru PNS sejumlah 40 orang dan 8 orang berstatus honor secara terperinci dapat dikemukakan pada tabel sebagai berikut :

Tabel 4.1

Keadaan Guru Madrasah Aliyah Negeri 2 Deli Serdang

No	Guru	Jumlah
1.	PNS	32
2.	Honor	25
Jumlah		57

Sumber : Tata Usaha MAN 2 Deli Serdang

Tabel 4.2

Daftar Nama Guru Pegawai dan Honorer Madrasah Aliyah Negeri 2 Deli Serdang

No	Nama Guru	Bidang Studi	Pendidikan Terakhir
1	Dra. SITI AISYAH	Bidang Studi Bahasa Arab	S-1
2	Dra. HERAWATI	Bidang Studi Qur'an Hadis	S-1
3	Dra. NADRAH HANIM	Bidang Studi Matematika	S-1
4	Dra. ERNAWATI	Bidang Studi Sosiologi	S-1
5	Dra. NURHATI RITONGA, M.A	Bidang Studi Bahasa Indonesia	S-2
6	WAHIDIN PURBA, S.Pd, M. Hum	Bidang Studi Bahasa Inggris	S-2
7	Dr. BURHANUDDIN, M.Pd	Bidang Studi Agama	S-1
8	Dra. ELFIYANI, S.Pd	Bidang Studi Bahasa Indonesia	S-1
9	HAFSAH, S.Ag	Bidang Studi Bahasa Inggris	S-1
10	Dra. TIEN MEILANI SIREGAR, MA	Bidang Studi Fiqih	S-2
11	SRI PURNAMA DEWI SIREGAR, S.Pd.	Bidang Studi Fisika	S-1
12	NUR'AINI, S.Ag.	Bidang Studi Matematika	S-1
13	NURAI SYAH HASANAH SIREGAR, S.Ag	Bidang Studi Fisika	S-2

14	Dra. HAFSAH	Bidang Studi Akidah Akhlak	S-1
15	MUHAMMAD SALEH,S.Pd	Bidang Studi Penjaskes	S-1
16	Drs. HAIDIR, S.Pd, M.Sc	Bidang Studi Kimia	S-2
17	SRI WAHYUNI SATIMAN, S.Pd	Bidang Studi Sejarah Nasional	S-1
18	SRI TILAWATI, S.Pd	Bidang Studi Ekonomi	S-1
19	ZAINUDDIN S.Sos	Bidang Studi Ekonomi	S-1
20	HASNAWATI, MA	Bidang Studi SKI	S-2
21	SOBARIAH, S.Pd	Bidang Studi Bahasa Indonesia	S-1
22	NURIKA S.Pd	Bidang Studi Biologi	S-1
23	HERIANTO S.Ag	Bidang Studi Akidah ahlak	S-1
24	AZLINA, S.Pd.I	Bidang Studi Bahasa arab	S-1
25	DIANA, S.Pd	Bidang Studi Biologi	S-1
26	ISWARDI TANJUNG S.Pd	Bidang Studi Bahasa Inggris	S-1
27	TAJUDDIN, S.Pd	Bidang Studi PPKn	S-1
28	PURWANTA, S.Pd	Bidang Studi Matematika	S-1
29	AHMAD BUDIMAN, S.Sos	Guru Bimbingan dan Konseling	S-1

30	HELLY FITRIATY, S.Pd	Bidang Studi B.Indonesia	S-1
31	TRİYANI, S.Pd	Bidang Studi B.Indonesia	S-1
32	RABIAH HASANAH SINAGA, S.Pd	Guru B. Studi Geografi	S-1
33	SUYIT RATNO, M.Pd	Guru B. Studi Kimia	S-2
34	FARIDA HANUM, S.Kom	Guru B. Studi TIK	S-1
35	DORIANTO SITORUS, S.Pd	Guru B. Studi Olahraga	S-1
36	HANANDA BEBY SYAM TANJUNG, S.Pd	Guru B. Studi Ekonomi / Akuntansi	S-1
37	RIZKI HANAFIAH SIREGAR, S.Pd.I	Guru B. Studi Bahasa Inggris	S-1
38	DEDI IRAWAN, M.TH	Guru B. Studi Tafsir Hadis	S-2
39	BUKHARI, S.Pd.I	Guru B. Studi PAI	S-1
40	NOVI YUSWARNI, S.Pd.I	Guru B. Studi Matematika	S-1
41	DIAN WULAN ARTIKA, S.Pd	Guru B. Studi Pend. Seni Budaya	S-1
42	PARWIS NASUTION, S.Pd	Guru Bimbingan dan Konseling	S-1
43	NURUL LATIFAH, S.Pd	Guru B. Studi Seni Rupa	S-1
44	SRI MULYANI, S.Pd	Guru B. Studi Fisika	S-1
45	INDAH LESTARI, S.Pd	Guru B. Studi Pancasila dan Kewarganegaraan	S-1

46	SITI ROHMAH AFERIAH, S.Pd	Guru B. Studi Bahasa Arab	S-1
47	SRI DARIYATI, S.Pd	Guru B. Studi Geografi	S-1
48	DWITA ANGRANI, S.Pd, Gr	Guru B. Studi Sejarah	S-1
49	WILDAH ROMAITO NAPITUPULU, S.Pd.I	Guru B. Studi Fisika	S-1
50	NASRUL FAHRI, S.Pd	Guru B. Studi Agama	S-1
51	AMSAL QORI DALLIMUNTHE, S.Pd.I	Guru B. Studi Bahasa Arab	S-1
52	RONI SUNARIA, S.Pd.I	Guru B. Studi Sejarah	S-1
53	RUSTIANI, S.Ag	Urusan Tata Usaha	S-1
54	SUBROTO	Urusan Tata Usaha	S-1
55	NUR'ADILAH WAHID NASUTION, S.Pd.I	Staf Tata Usaha	S-1
56	MURYANI SIREGAR, S.Kom	Staf Tata Usaha	S-1
57	HAMINUDDIN, Amd	Staf Tata Usaha	S-1

Sumber : Tata Usaha MAN 2 Deli Serdang

b. Keadaan Siswa

Secara keseluruhan siswa MAN 2 Deli Serdang berjumlah 414 orang siswa yang terdiri dari : Siswa laki-laki kelas X-1 27 orang, siswa perempuan kelas X-1 32 orang, siswa laki-laki kelas X-2 32 orang, siswa perempuan kelas X-2 32 orang, siswa laki-laki kelas X-3 33 orang, siswa perempuan X-3 22 orang, siswa

laki-laki kelas X-4 9 orang, siswa perempuan kelas X-4 21 orang, siswa laki-laki kelas X-5 15 orang, siswa perempuan kelas X-5 18 orang, siswa laki-laki kelas XI IPA- I 16 orang, siswa perempuan kelas XI IPA-I 18 orang, siswa laki-laki kelas XI IPA 2 10 orang, siswa perempuan kelas XI IPA 2 23 orang, siswa laki-laki XI kelas IPA 3 6 orang, siswa perempuan kelas IPA 3 24 orang, siswa laki-laki kelas IPA 4 10 orang, siswa perempuan kelas XI 4 22 orang, siswa laki-laki kelas XI IPS 1 9 orang, siswa perempuan kelas XI IPS 1 24 orang, siswa laki-laki kelas XII IPA 1 7 orang, siswa perempuan kelas XII IPA 1 17 orang, siswa laki-laki XII kelas IPA 2 5 orang, siswa perempuan kelas XII IPA 2 22 orang, siswa laki-laki XII kelas IPA 3 4 orang, siswa perempuan kelas XII IPA 3 21 orang, siswa laki-laki kelas XII IPS 13 orang, siswa perempuan kelas XII IPS 20 orang.

Uraian untuk lebih jelas, akan di jelaskan secara detail sebagai berikut :

Tabel 4.3

Uraian Data siswa

No.	Kelas	Jenis Kelamin		Jumlah	Keterangan
		Laki-laki	Perempuan		
1.	X-1	9	18	27	Ada
2.	X-2	10	19	32	Ada
3.	X-3	11	22	33	Ada
4.	X-4	9	21	30	Ada
5.	X-5	15	18	33	Ada
Jumlah				155	Ada

Sumber : Tata Usaha MAN 2 Deli Serdang

No.	Kelas	Jenis Kelamin		Jumlah	Keterangan
		Laki-laki	Perempuan		
1.	XI IPA 1	9	18	27	Ada
2.	XI IPA 2	10	23	33	Ada
3.	XI IPA 3	6	24	30	Ada
4.	XI IPA 4	10	22	32	Ada
Jumlah				122	Ada

Sumber : Tata Usaha MAN 2 Deli Serdang

No.	Kelas	Jenis Kelamin		Jumlah	Keterangan
		Laki-laki	Perempuan		
1.	XI IPS 1	9	24	33	Ada
Jumlah				33	Ada

Sumber : Tata Usaha MAN 2 Deli Serdang

No.	Kelas	Jenis Kelamin		Jumlah	Keterangan
		Laki-laki	Perempuan		
1.	XII IPA 1	7	17	24	Ada
2.	XII IPA 2	5	22	27	Ada
3.	XII IPA 3	4	21	25	Ada
Jumlah				76	Ada

Sumber : Tata Usaha MAN 2 Deli Serdang

No.	Kelas	Jenis Kelamin		Jumlah	Keterangan
		Laki-laki	Perempuan		
1.	XII IPS 1	13	20	33	Ada

Jumlah	33	Ada
--------	----	-----

Sumber : Tata Usaha MAN 2 Deli Serdang

c. Sarana Dan Prasarana MAN 2 Deli Serdang

Walaupun MAN 2 Deli serdang merupakan madrasah yang menjadi contoh untuk wilayah kabupaten Deli Serdang tetapi keadaan sarana dan prasarana yang terdapat di MAN 2 Deli serdang juga masih belum memadai, hal ini dapat dilihat pada tabel 4.3 tentang keadaan sarana dan prasarana.

Tabel 4.4

Sarana Dan Prasarana Madrasah Aliyah Negeri 2 Deli Serdang

No	Jenis Sarana	Jumlah
1.	Kursi Guru	14
2.	Kursi Murid	425
3.	Meja Guru	24
4.	Meja Murid	213
5.	Lemari	14
6.	Papan Tulis	28
7.	Kursi Tamu	5
8.	Meja Kepala Madrasah	1
9.	Kursi Kepala Madrasah	1
10.	Lemari Kepala Madrasah	3
11.	Komputer	14
12.	Mesin Tik	1
13.	Brankas	1

14.	Papapan Data	3
-----	--------------	---

Sumber : Tata Usaha MAN 2 Deli Serdang (2018/2019)

Tabel 4.4

Jumlah Buku Di MAN 2 Deli Serdang

No	Jenis Koleksi Perpustakaan	Koleksi Buku		Koleksi Kaset/ CD	
		Judul	Jumlah Buku	Judul	Jumlah Kaset/ CD
1.	Teks Pelajaran	Teknologi Informasi	150	-	-
2.	Pengetahuan Umum	Matematika IPA Fisika	150	-	-
3.	Cerita	-	-	-	-
4.	Buku Agama	Pendidikan Agama Islam	150	-	-
5.	Bahasa Asing/ Daerah	-	150	-	-
6.	Majalah/ Buletin	-	150	-	-

Sumber : Perpustakaan MAN Lubuk Pakam Kab. Deli serdang

d. Prestasi Madrasah Aliyah Negeri Deli Serdang

Prestasi yang diperoleh madrasah ini untuk memasuki perguruan tinggipun sangat baik sekali. Pada tahun 2009/2010 madrasah ini telah mengantar siswa siswinya masuk keperguruan tinggi yang ada di wilayah sumatera utara, 1 orang jurusan matematika unimed, 1 orang jurusan komputer USU, 1 orang politeknik Medan, 1 orang akutansi USU, 1 orang kebidanan Medan, 1 orang

kebidanan Siantar, 1 orang Gizi Lubuk Pakam, dan 1 orang masuk Jurusan Kimia Farmasi USU. Sejak tahun 2006 sampai tahun sekarang 2 sampai 3 orang menjadi anggota PASKIBRAKA HUT RI tingkat Kabupaten Deli Serdang dan tingkat Provinsi Sumatera Utara.⁴⁶

B. Temuan Khusus Penelitian

1. Bentuk kecemasan belajar bagaimana yang dialami siswa MAN 2 Deli Serdang ?

Penerapan bimbingan dan konseling sangat diperlukan dalam dunia pendidikan. Hal ini disebabkan karena dalam melaksanakan proses belajar mengajar, siswa kerap memiliki masalah dari luar ataupun dari dalam diri tersebut. Untuk itu bimbingan konseling disekolah dibutuhkan agar dapat menyelesaikan masalah dan mengembangkan potensi siswa secara optimal. Untuk mengetahui jenis kecemasan belajar siswa, dalam hal ini dilakukan dengan wawancara dengan beberapa informan yaitu guru BK, guru bidang studi dan siswa kelas.

Kesulitan dan rendahnya prestasi belajar merupakan salah satu faktor yang menjadi sorotan terutama siswa kelas XI MIA 4 MAN 2 Deli Serdang. Salah satu penyebab kesulitan dan rendahnya prestasi belajar adalah kecemasan. Pada umumnya, siswa mengalami kecemasan ketika dihadapkan pada pelajaran yang dianggap sulit, saat presentasi didepan kelas, berorientasi untuk mendapatkan nilai yang tinggi, guru tegas dalam mengajar serta cemas ketika menghadapi ujian.

⁴⁶ Visi dan misi MAN Lubuk Pakam Kab. Deli Serdang peneliti peroleh dari dokumen pribadi MAN Lubuk Pakam oleh Burhanudin M.Pd

Salah satu kesulitan belajar yang dialami oleh siswa kelas XI MIA 4 MAN 2 Deli Serdang adalah perasaan cemas ketika menghadapi ujian pada mata pelajaran yang dianggap sulit oleh siswa dan ketika dipanggil kedepan kelas. Kecemasan merupakan suatu kondisi yang hampir pernah dialami oleh semua orang, hanya tarafnya saja yang berbeda-beda.

Selanjutnya kecemasan dapat dialami siapapun dan di mana pun, termasuk juga oleh para siswa kelas XI MIA 4 MAN 2 Deli Serdang. Kecemasan yang dialami siswa di sekolah bisa berbentuk kecemasan realistik, neurotik atau kecemasan moral. Karena kecemasan merupakan proses psikis yang sifatnya tidak tampak ke permukaan maka untuk menentukan apakah seseorang siswa mengalami kecemasan atau tidak, diperlukan penelaahan yang seksama, dengan berusaha mengenali gejala-gejalanya, beserta faktor-faktor yang melatarbelakangi dan mempengaruhinya. Kendati demikian, perlu dicatat bahwa gejala-gejala kecemasan yang bisa diamati di permukaan hanyalah sebagian kecil saja dari masalah yang sesungguhnya.

Banyak faktor-faktor pemicu timbulnya kecemasan pada diri siswa kelas XI MIA 4 MAN 2 Deli Serdang seperti target kurikulum yang terlalu tinggi, iklim pembelajaran yang tidak kondusif, pemberian tugas yang sangat padat, serta sistem penilaian ketat dan kurang adil dapat menjadi faktor penyebab timbulnya kecemasan yang bersumber dari faktor kurikulum. Begitu juga, sikap dan perlakuan guru yang kurang bersahabat, galak, judes dan kurang kompeten merupakan sumber penyebab timbulnya kecemasan pada diri siswa yang bersumber dari faktor guru di MAN 2 Deli Serdang. Penerapan disiplin sekolah yang ketat dan lebih

mengedepankan hukuman, iklim sekolah yang kurang nyaman, serta sarana dan prasarana belajar yang sangat terbatas juga merupakan faktor-faktor pemicu terbentuknya kecemasan pada siswa yang bersumber dari faktor manajemen sekolah. faktor-faktor inilah yang berpengaruh terhadap prestasi belajar siswa disekolah.

Berdasarkan hasil studi pendahuluan di MAN 2 Deli Serdang diduga bahwa beberapa siswa terlihat kecemasan dalam menghadapi tes atau ulangan. Seperti perasaan tidak mengenakkan atau merasa takut dan tegang, siswa kadang menyikapi ujian sebagai suatu permasalahan dalam hidupnya, baik karena nantinya ia akan malu karena tidak mendapat nilai yang bagus maupun karena merasa tidak percaya diri dengan persiapan yang dimilikinya tidak mampu rileks, sering terkejut, dan ada kalanya disertai gerakan-gerakan wajah atau anggota tubuh yang berlebihan, saat duduk terus menerus menggoyang-goyangkan kaki.

Untuk mengetahui apakah ada pengaruh kecemasan belajar siswa terhadap prestasi belajar siswa, dalam hal ini dilakukan dengan wawancara beberapa informan yaitu : Guru BK, dan tiga siswa yang mengalami kecemasan belajar yaitu kelas XI MIA 4 MAN 2 Deli Serdang.

Dalam wawancara dengan bapak Parwis Nasution S.Pd selaku guru BK Pada hari Kamis 26 Juli 2018 pukul 09.30 WIB diruangan BK

“ Menurut saya sangat berpengaruh karena faktor utama penyebab kecemasan belajar terjadi karena siswa itu sendiri, pertama, siswa tidak mengikuti pelajaran dan hanya bermain-main saat berada didalam kelas itu mengakibatkan siswa tersebut tidak dapat berkonsentrasi dengan baik. Kedua, guru yang terlalu galak yang membuat siswa merasa terancam dan merasa ketakutan akibat sikap guru. Contohnya siswa merasa gugup, gemetar, dan takut apabila dipanggil untuk maju kedepan dan pada saat melakukan

presentasi di depan kelas. Ketiga guru salah dalam mengambil metode pembelajaran yang mengakibatkan siswa merasa bosan. Keempat, siswa tidak menyukai beberapa mata pelajaran, contohnya pada saat belajar matematika ataupun pelajaran yang siswa rasa sulit dikerjakan atau dipahami, dengan memiliki kecemasan belajar seperti itu dapat mengakibatkan siswa rendah dalam prestasi tidak menonjol dan malah akan terpuruk karena prestasinya yang kurang maksimal”.⁴⁷

Hasil wawancara dengan guru BK tersebut menggambarkan bahwa kecemasan belajar sangat berpengaruh terhadap prestasi siswa yang disebabkan oleh faktor siswa mengalami kecemasan belajar karena sikap guru, siswa yg tidak berkonsentrasi pada saat pelajaran berlangsung , siswa yang tidak mengerti dengan pelajaran yang diajarkan karena guru lebih banyak menggunakan dengan metode ceramah yang akhirnya membuat siswa merasa bosan dan malas-malasan saat pelajaran berlangsung.

Dari hasil wawancara dengan salah satu siswa yang bernama mengalami kecemasan belajar yaitu Adila Husna kelas XI MIA 4 (Pada hari Jum’at , 27 Juli 2018 Pukul : 08.30 WIB) di ruang BK.

“Mungkin sangat berpengaruh ya buk , karena Faktor penyebab saya merasa cemas pada saat belajar dikarenakan saya tidak memiliki kepercayaan diri, rasa malu yang mengakibatkan saya kurang menonjol dikelas karena takut bakal ditertawakan teman-teman, saya juga tidak mengerti pada saat pelajaran matematika, saya merasa pelajaran ini sangat sulit dikerjakan, ada beberapa guru yang saya tidak paham dan saya kurang mengerti apabila guru tersebut menjelaskannya, disinilah mungkin yang akan membuat saya kalah bersaing dalam prestasi belajar dengan teman-teman buk”.⁴⁸

⁴⁷ Wawancara dengan guru BK MAN Lubuk Pakam Bapak Parwis Nasution S.Pd (Pada hari Kamis 26 Juli 2018 pukul 09.30- 11.00 WIB diruangan BK)

⁴⁸ Wawancara siswa yang bernama Adila Husna kelas XI MIA 4 (Pada hari Jum’at, 27 Juli 2018 Pukul : 08.30 WIB) di Ruang BK.

Penjelasan mengenai apakah kecemasan belajar berpengaruh pada prestasi, ditambahkan oleh siswa yang bernama Dimas Dwitama kelas XI MIA 4 (Pada hari Jum'at, 27 Juli 2018 Pukul : 08.30 WIB) di Ruang BK :

“ Menurut saya kecemasan belajar sangat berpengaruh terhadap prestasi belajar saya, dikarenakan saya merasa tidak mampu untuk mengikuti pelajaran, saya tidak paham pada saat pelajaran matematika yang membahas angka-angka mungkin karena saya dari awal tidak konsentrasi jadi saya merasa tidak mampu untuk mengerjakannya, juga pada saat guru menerangkan saya merasa bosan karena guru hanya menerangkan dengan metode ceramah, gurunya galak dan membuat saya takut untuk bertanya jika saya tidak mengerti. Hal inilah yang membuat prestasi belajar saya terhambat, karena hal ini juga saya tidak dapat menonjol dikelas ataupun di depan teman-teman”.⁴⁹

Selanjutnya wawancara dengan siswa yang bernama Minaya kelas XI MIA 4 (Pada hari jum'at 27 Juli 2018 pukul : 10.30 WIB) :

“ Saya tidak mengerti dengan penyampaian guru ,guru terlalu monoton pada saat menyampaikan, terlalu cepat saat menjelaskan disini saya merasa tidak sanggup untuk mengikutinya akhirnya saya berdiam diri, terus pada saat ujian saya merasa gugup untuk menjawab dan menyelesaikannya, tidak adanya suasana yang kondusif saat berada didalam kelas, perlakuan guru yang kurang bersahabat, galak, judes hal-hal ini lah bu yang membuat saya disekolah kurang berprestasi saya merasa diri saya sangat lemah padahal saya ingin sekali mendapat rangking seperti teman-teman yang lain yang fokus dalam belajar ”.⁵⁰

Dari hasil wawancara ketiga siswa kelas XI MIA 4 tersebut, mengakui bahwa kecemasan belajar siswa memang berpengaruh terhadap prestasinya di sekolah yang dikarenakan oleh faktor- faktor siswa mengalami kecemasan belajar yaitu target kurikulum yang terlalu tinggi, guru yang memiliki sikap judes atau galak,

⁴⁹ Wawancara siswa yang bernama Dimas Dwitama kelas XI MIA 4 (Pada hari Jum'at, 27 Juli 2018 Pukul : 11.00 WIB) di Ruang BK.

⁵⁰ Wawancara dengan siswa yang bernama Minaya kelas XI MIA 4 (Pada hari jum'at 27 Juli 2018 pukul : 13.30 WIB)

perlakuan guru yang tidak bersahabat, metode yang digunakan guru membosankan dan terlalu monoton, adanya intimidasi dari guru atau teman , serta siswa yang tidak konsentrasi pada saat pelajaran berlangsung, hal-hal ini lah yang pastinya akan menghambat prestasi belajar siswa tersebut.

2. Upaya guru BK dalam mengatasi Kecemasan belajar siswa di MAN 2 Deli Serdang.

Pada sekarang ini hampir seluruh lembaga pendidikan sudah memiliki guru pembimbing dan konseling di sekolah. Usaha ini dilakukan karena guru pembimbing dipandang sebagai salah satu unsur yang dapat membantu proses pendidikan. Disamping itu telah banyak contoh yang menunjukkan bahwa keberadaan siswa guru pembimbing dapat lebih intensif untuk menangani siswa-siswa yang bermasalah.

Berperan penting untuk membina sikap siswa di sekolah, dari sekian banyak guru bidang studi, guru BK lah yang sangat terpenting yang dimana seorang guru BK memberikan pemahaman kepada klien, agar klien mampu mengatasi masalah yang dihadapi, mengadakan perubahan tingkah laku positif, melakukan pemecahan masalah, melakukan pengambilan keputusan yang sesuai dan tidak melanggar peraturan.

Guru BK berperan dalam berbagai upaya untuk mengungkapkan masalah yang dihadapi bagi siswa yang memiliki masalah dalam hal pribadi terutama dengan masalah kecemasan belajar siswa. Salah satu keberhasilan guru BK terlihat dari bagaimana pelaksanaan bimbingan dan konseling yang telah dilakukannya.

Berdasarkan wawancara dengan Dimas Dwitama kelas XI MIA 4 Deli Serdang. (Pada hari Jum'at, 27 Juli 2018 Pukul : 08.30 WIB) mengenai upaya guru BK di sekolah:

“Upaya guru BK di sekolah ini sangat bagus, gurunya juga ramah dan tegas, selalu memberikan arahan pada kami tentang bersosialisasi dengan baik, dan selalu mendekati diri kepada kami siswanya. Dari tingkah laku tersebut kami dapat mencontohkannya dalam kehidupan sehari-hari kami. Keluh kesah kami sebenarnya telah banyak didengarkan apalagi menyangkut dengan belajar, kami sering keruangan BK untuk menceritakan permasalahan kami dan bapak itu selalu siap mendengarkan. Beliau pernah memberikan kepada kami didalam kelas layanan bimbingan kelompok kalau saya gak salah layanan ini membahas permasalahan umum yang dialami siswa dan diangkat serta dibahas dalam kelompok, maupun bidang layanan lainnya yang mana dengan layanan-layanan yang diberikan guru BK ini, kami dapat mengatasi permasalahan yang kami hadapi”.⁵¹

Dari pernyataan di atas dapat disimpulkan bahwa upaya guru BK di sekolah ini sudah baik, serta kinerja yang sudah dilakukan sudah sesuai dengan aturan. Di lakukan dengan berbagai cara seperti pemberian layanan yang terdapat dalam bimbingan konseling. Salah satunya bimbingan kelompok, dengan bimbingan kelompok guru BK dapat meminimalisir ataupun mengatasi kecemasan belajar siswa tersebut.

Selanjutnya berdasarkan wawancara dengan kepala sekolah yaitu Bapak Burhanuddin, M.Pd selaku kepala sekolah pada hari senin tanggal 25 Juli 2018, bertempat diruang kepala sekolah MAN 2 Deli Serdang pada pukul 08.30 WIB, mengenai upaya guru BK dalam mengatasi kecemasan belajar siswa.

“ Kinerja yang dilakukan guru BK di sekolah ini sudah cukup bagus sesuai dengan tugas yang diterapkan seperti halnya menangani seluruh masalah siswa, terlebih lagi masalah belajar siswa. Kalau ada siswa yang mengalami

⁵¹ Wawancara siswa yang bernama Dimas Dwitama kelas XI MIA 4 (Pada hari Jum'at, 27 Juli 2018 Pukul : 11.30 WIB) di Ruang BK

masalah dalam belajar beliau menindak lanjutinya dengan memanggil anak tersebut dan membiarkan anak tersebut bercerita tentang permasalahan yang dialaminya pada saat jam pelajaran. Ia juga sangat tegas orangnya ketika siswa mengalami masalah ia langsung membawanya ke kantor melakukan konseling individu dan pada saat itu juga harus selesai masalahnya, beliau tau bagaimana cara mengatasi semua masalah siswa, tetapi selain itu juga dia tidak sendiri. Dia juga bekerja sama dengan guru bidang studi, misalnya ketika siswa ada yang bermasalah guru bidang studi melapor ke guru BK, selain itu guru bidang studi juga sering ikut menasehati siswa yang bermasalah tersebut serta memberikan bimbingan dan motivasi kepada siswanya”.⁵²

Dari pernyataan diatas dapat disimpulkan bahwa upaya guru BK disekolah ini sudah cukup baik, serta kinerja yang sudah dilakukan sudah sesuai dengan atauran. Guru BK tau bagaimana cara mengatasi masalah-masalah siswa tersebut dan memberikan bimbingan dan motivasi kepada siswanya agar menjadi siswa yang baik. Guru BK juga memberikan contoh yang baik terhadap siswa-siswa.

Hasil wawancara selanjutnya dengan siswa yang mengalami kecemasan yang bernama Minaya kelas XI MIA 4 (Pada hari jum’at 27 Juli 2018 pukul : 13.30 WIB) :

“ Menurut saya guru BK disini sangat baik, selain ramah dengan siswa beliau juga tidak bosan mendengarkan keluh kesah atau masalah saya. Begitu juga dengan siswa lain. beliau mengatasi masalah atau memberikan solusi sampai kami menemukan jalan keluar dari masalah kami. Beliau juga sering menasehati kami, memberikan arahan kepada kami apabila kami bermasalah disekolah. Beliau juga sangat membantu saya dan teman-teman dalam menyelesaikan salah satu masalah saya, beliau tegas dan begitu lembut. Lembut dalam perkataannya dan terkadang beliau bisa juga marah. Apabila ada orang tua yang datang juga beliau menyambutnya dengan senang hati. Beliau juga kalau masuk kelas selalu memberikan layanan informasi maupun layanan lainnya yang bakal bermanfaat bagi kami.

⁵² Wawancara dengan Kepala MAN Lubuk Pakam Bapak Burhanudin M.Pd di Ruang Kepala Madrasah Aliyah Negeri MAN 2 Deli Serdang, Jln. Karya Agung, Komplek PEMDA Kabupaten Deli Serdang, Rabu tanggal 25 Juli 2018 pukul 08.30- 10-30 WIB.

Beliau juga sangat pandai mendekati diri pada siswa, serta setiap hari selalu menunggu siswa yang datang di depan gerbang”.⁵³

Dari pernyataan diatas dapat disimpulkan bahwa guru BK dikenal oleh siswa dengan sikap yang baik, ramah dan lembut terhadap siswa, selalu mengatasi masalah siswa sampai tuntas. Guru BK juga memberikan contoh yang baik terhadap siswa-siswa, selalu memberikan solusi dari setiap masalah yang dihadapi siswanya.

Dari hasil wawancara yang dilakukan peneliti terhadap guru pembimbing yaitu bapak Parwis Nasution S.Pd yang membimbing di kelas (kasus) (Pada hari selasa 26 Juli 2018 pukul 09.30 WIB diruangan BK) dapat dikemukakan bahwa :

“ Terkait dengan tugas saya sebagai guru BK, yaitu membantu siswa untuk menemukan jalan keluar dari setiap permasalahannya. Upaya dalam mengatasi kecemasan dalam belajar yaitu saya mengidentifikasi kecemasan belajar siswa dari guru bidang studi, observasi dan dari siswa itu sendiri. Hal ini memang penting dilakukan, karena untuk menentukan layanan yang sesuai, saya harus mengetahui terlebih dahulu masalah yang dialami siswa dalam belajar yaitu dengan menggunakan layanan bimbingan kelompok yang terdiri dari 3-10 orang atau lebih, saya memberikan layanan bimbingan kelompok karena mereka memiliki masalah dalam belajar, yang dimana masalah tersebut yaitu masalah kecemasan siswa bisa jadi kecemasan saat presentasi, mengemukakan pendapat, merasa takut atau malu bila ditertawai oleh teman-teman , merasa guru galak maupun judes di kelas. Upaya yang saya berikan yaitu dengan mengadakan layanan bimbingan kelompok dalam tersebut diangkatlah permasalahan tentang kecemasan belajar yang bisa dialami siswa-siswa tersebut, bimbingan kelompok memberikan siswa masukan atau arahan berupa motivasi yang dapat menurunkan atau mengurangi rasa cemas yang siswa alami. Memberikan pemahaman tentang kecemasan belajar, dampak negative apa yang akan terjadi jika kecemasan tersebut berlarut-larut, jika bermasalah dengan metode yang diajarkan guru mata pelajaran maka saya siap bekerja sama dengan guru mata pelajaran, Melakukan kegiatan selingan melalui berbagai atraksi “*game*” atau “*ice break*” tertentu, terutama dilakukan pada saat suasana kelas sedang tidak kondusif.. Dalam hal ini, keterampilan guru dalam mengembangkan dinamika kelompok tampaknya sangat diperlukan, Memberikan materi dan tugas-tugas akademik dengan tingkat kesulitan yang moderat. Dalam arti,

⁵³ Wawancara dengan siswa yang bernama Minaya kelas XI MIA 4 (Pada hari jum'at 27 Juli 2018 pukul : 13.30 WIB) :

tidak terlalu mudah karena akan menyebabkan siswa menjadi cepat bosan dan kurang tertantang, tetapi tidak juga terlalu sulit yang dapat menyebabkan siswa frustrasi serta Mengoptimalkan pelayanan bimbingan dan konseling di sekolah. Pelayanan bimbingan dan konseling dapat dijadikan sebagai kekuatan inti di sekolah guna mencegah dan mengatasi kecemasan siswa”.⁵⁴

Dari penjelasan di atas dapat di simpulkan bahwa upaya guru BK dalam mengatasi kecemasan belajar siswa yaitu dengan melakukan layanan bimbingan kelompok. Upaya guru pembimbing tersebut harus dibantu oleh semua elemen yang ada di sekolah, serta orang tua. Mengingat pentingnya mencegah dan mengatasi kecemasan belajar yang terjadi pada siswa, karena menyangkut kepribadian dan tumbuh kembangnya siswa yang dapat memperngaruhi prestasi belajar nya disekolah disinilah penting nya seorang guru pembimbing.

Guru pembimbing memiliki tugas untuk membantu perkembangan potensi siswa agar mandiri dan berprestasi meliputi bidang pribadi, sosial, belajar, karier, berkeluarga dan beragama. Tugas dan tanggung jawab guru pembimbing tersebut sebagaimana tercantum dalam keputusan Menpan No. 84 tahun 1993 bab II pasal 3, yaitu bahwa tugas pokok guru pembimbing adalah menyusun program bimbingan dan konseling, melaksanakan program bimbingan dan konseling, dan tindak lanjut dalam program bimbingan dan konseling terhadap siswa yang menjadi tanggung jawabnya. Maka guru pembimbing memiliki peran penting dalam pelaksanaan dan pencapaian tujuan pendidikan yaitu pribadi mandiri, berprestasi dan bermoral.

⁵⁴ Wawancara dengan guru BK MAN Lubuk Pakam Bapak Parwis Nasution S.Pd (Pada hari Kamis 26 Juli 2018 pukul 09.30- 11.00 WIB diruangan BK)

Dalam menjalankan tugasnya, guru pembimbing harus mengacu harus mengacu kepada BK pola 17 plus karena guru pembimbing sebagai sosok dalam penentu berhasil atau tidak poroses konseling itu. Adapun BK pola 17 plus itu terdiri atas enam jenis bidang bimbingan : bimbingan pribadi, belajar , sosial, karir, berkeluarga, beragama. Dan Sembilan jenis layanan : layanan orientasi, informasi, penempatan dan penyaluran, penguasaan konten, konseling, perorangan, bimbingan kelompok, knseling kelompok, konsultasi, mediasi. Serta lima kegiatan pendukung: aplikasi intrumentasi, himpunan data, konferensi kasus, kunjungan rumah, dan alih tangan kasus. Guru pembimbing dapat menggunakan diantara ke Sembilan jenis layanan sebagai alat untuk mengatasi kecemasan siswa. Melalui dinamika kelompok siswa dapat mengambil keuntungan keuntungan melalui dinamika kelompok yang berbentuk untuk mengembangkan potensi dan mengentaskan masalah yang ia hadapi serta dapat mulai mengurangi kecemasan belajar serta dapat mulai mengatasi kecemasan belajar melalui bimbingan kelompok. Melalui dinamika kelompok siswa juga dapat menurunkan kecemasan yang terjadi pada dirinya, membangun sifat-sifat yang lebih positif serta, menghindari kecemasan belajar yang berlarut-larut agar dapat mencapai prestasi belajar yang lebih optimal kedepannya serta mengatasinya.

Melalui hasil wawancara dengan guru BK, hal inilah yang tampak di MAN Deli Serdang, guru pembimbing kurang memanfaatkan dinamika kelompok untuk membantu siswa dalam mengatasi dan menurunkan kecemasan belajar siswa. Dan yang perlu diketahui oleh guru pembimbing adalah semakin seorang siswa tidak dapat mengurangi kecemasan, maka semakin banyak masalah yang akan

dihadapinya dan hal itu tentu akan mempengaruhi prestasi siswa tersebut. karena itu guru pembimbing memiliki peran yang sangat penting.

Untuk itu guru pembimbing bisa memberikan layanan bimbingan dan konseling, seperti layanan informasi, orientasi, layanan bimbingan kelompok, layanan konseling kelompok, konseling individual, dan mediasi jika sampai berselisih. Ketika mendapatkan siswa yang mengalami kecemasan belajar guru pembimbing langsung mengatasi masalah tersebut dengan hanya memberikan serta memotivasi dengan melalui layanan bimbingan kelompok dan layanan informasi mengenai dampak kecemasan belajar yang dapat mempengaruhi prestasi belajar siswa yang bermasalah.

3. Kendala yang dihadapi guru BK dalam menghadapi siswa yang mengalami kecemasan belajar di MAN 2 Deli Serdang

Guru BK juga berperan aktif disekolah yaitu merencanakan kegiatan penyelesaian studi, perkembangan sosial serta kehidupannya di masa yang akan datang. Dan juga guru BK membantu siswa untuk mengembangkan seluruh potensi dan kekuatan yang dimilikinya seoptimal mungkin, menyelesaikan diri dengan lingkungan sekolah, lingkungan masyarakat. Agar siswa mampu mengurangi kecemasan belajar dengan baik. Pentingnya konsultasi siswa dengan guru pembimbing sebenarnya adalah suatu hal yang perlu mengingat konsultasi tersebut akan menjadi jalan kearah pelaksanaan konselign sesungguhnya.

Berdasarkan wawancara dengan guru BK Bapak Parwis Nasution S.Pd yang membimbing di kelas (Kasus) (Pada hari Kamis 26 Juli 2018 pukul 09.30 WIB diruangan BK) dapat dikemukakan bahwa :

Kalau dari siswa nya sendiri ya tidak ada kendala apapun, karena siswa kalau dipanggil keruang Bk kebanyakan mereka mau, kerena dalam semua layanan tidak ada pemaksaan. Jadi apabila siswa dipanggil ke rung BK siswa tersebut mau ya saya berikan layanan, apabil tidak mau dipanggil ke ruang BK ya tidak saya paksakan, tetapi dia masih dalam pengawasan saya. Tapi kebanyakan siswa antusias kalau dipanggil ke ruang BK. Bahkan tidak saya panggil pun kadang- kadang siswa mau datang sendiri hanya untuk sekedar cerita-cerita, curhat, ataupun ingin menyelesaikan masalahnya. Kalau kendala nya kebanyakan dari pihak sekolah, yaitu minimnya guru BK , sementara seharusnya guru BK menampung anak lebih kurang 150 orang oleh satu guru BK, bayangkan disini Cuma saya sendiri dan sebenarnya saya kewalahan karena tidak dapat mengatasi semua masalah siswa, paling siswa-siswa yang mau ke ruang bk ataupun siswa yang melapor sajalah yang saya atasi, dengan jumlah ratusan siswa bahkan ribuan siswa Cuma saya sendiri yang menangani, seharusnya agar lebih efektif, adanya guru BK disekolah disesuaikan dengan jumlah siswanya. selanjutnya tentang mendata siswa agar dapat datanya lebih akurat dalam mengatasi masalah pribadi, belajar, dan karir itu menggunakan alat instrument data seperti sosiometri, AUM dan sebagainya. Nah pernah saya mencoba untuk memberikan AUM, angket dan sosiometri untuk dicetak atau di print ke bagian administrasi atau tata usaha, nah sampai sekarang tidak pernah dicetak. Jadi menurut saya, kalau sekolah saja tidak mendukung bagaimna untuk kelanjutannya? Seperti itu. Karena kan untuk menjalankan program BK pihak sekolah juga harus mendukung. Pihak sekolah tidak mendukung 100%, buktinya kalau mendukung ruangan BK tidak seperti ini, seharusnya ada kipas angin ataupun AC, dan harusnya ruangan lama sebenarnya sudah cocok karena luas , tetapi itulah sekarang dipindahkan dan menjadi semakin sempit seperti sekarang ini.⁵⁵

Dari pernyataan di atas dapat di simpulkan berbagai kendala pelaksanaan konseling menjadikan konseling di sekolah sulit berjalan sesuai dengan yang di haruskan. Hal mendasar yang menjadi kendala di berbagai sekolah adalah sarana dan prasarana pendukung yang kurang, kurang adanya dukungan dari pihak sekolah untuk melakukan program layanan bimbingan konseling. Selain itu kekurangan tenaga guru BK menjadi kendala dalam mengatasi masalah-masalah siswa.

⁵⁵ Wawancara dengan guru BK MAN Lubuk Pakam Bapak Parwis Nasution S.Pd (Pada hari kamis 26 Juli 2018 pukul 09.30- 11.00 WIB diruangan BK)

Akibatnya, perbandingan antara guru BK dengan jumlah siswa yang ditangani tidak seimbang. Idealnya seorang guru BK hanya menangani 125-150 siswa.

Berdasarkan wawancara kepala sekolah yaitu Bapak Burhanuddin, M.Pd selaku kepala sekolah pada hari senin tanggal 25 Juli 2018, bertempat diruang kepala sekolah MAN Lubuk Pakam pada pukul 08.30 WIB mengenai kendala yang dihadapi guru BK ketika mengatasi kecemasan belajar siswa :

Kendala guru BK mungkin karena kami juga kekurangan tenaga guru BK di sekolah ini. Karena kan siswa di sekolah ini *full day* dari jam 07.30-15.00. guru BK disini sebenarnya beberapa bulan yang lalu 2 guru BK yang asli dari bimbingan konseling tetapi satu *resign* karena mengikuti suaminya pindah keluar kota, jadi sekarang tetap 2 guru BK hanya saja untuk menggantikan guru BK yang *resign* guru BK dibantu oleh guru mata pelajaran bahasa inggris, itupun beliau juga pulang juga sampai sore. Jadi ya Cuma seadanya aja. Karena belum ada yang mendaftarkan dan sesuai dengan jurusan bimbingan konseling. Dan saya juga melihat guru BK disini cukup tegas dan dapat diandalkan.⁵⁶

Dari pernyataan di atas di simpulkan bahwa kekurangan tenaga guru BK menjadi kendala dalam menjalankan program bimbingan dan konseling. Selain itu latar belakang pendidikan guru BK yang satu tidak dari bimbingan konseling. Kebanyakan guru pembimbing adalah mereka yang di alih tugaskan dari guru mata pelajaran, walaupun sebagian dari mereka telah mengikuti pelatihan atau penalaran tentang bimbingan. Kondisi ini menjadikan pelaksanaan konseling tidak sesuai dengan ketentuan ataupun kode etik mengingat pemahaman yang dangkal tentang konseling.

⁵⁶ Wawancara Bapak Burhanuddin, M.Pd selaku kepala sekolah pada hari Rabu tanggal 25 Juli 2018, bertempat diruang kepala sekolah MAN Lubuk Pakam pada pukul 08.30 WIB.

4. **Bagaimana upaya untuk mengatasi kendala yang dihadapi guru BK dalam menghadapi kecemasan belajar siswa di MAN 2 Deli Serdang**

Dalam melakukan pelayanan Bimbingan Konseling pasti ada kendala yang dihadapi guru BK, untuk mengatasi kendala tersebut guru BK harus memiliki strategi agar bisa mengatasi Kendala tersebut.

Berdasarkan wawancara dengan guru BK Bapak Parwis Nasution S.Pd yang membimbing di kelas (Kasus) (Pada hari Kamis 26 Juli 2018 pukul 09.30 WIB diruangan BK) beliau mengungkapkan bahwa :

“ Untuk mengatasi kendala yang saya jelaskan tadi ya, saya Cuma bisa bekerja sama dengan Rizki, karena tenaga pendidik BK juga cuma kami berdua ya kami juga bekerja sama dengan guru bidang studi dan orang tua. Selain itu saya tetap harus mengawasi perilaku siswa- siswa disini. Karena sebenarnya kendalanya itu lebih banyak tentang sarana dan prasarana ya saya cuma bisa terima apa adanya. Itu semua kepala madrasah yang mengatur. Yang penting masalah anak-anak dapat terselesaikan saja saya sudah senang”.⁵⁷

Dari hasil wawancara dengan guru BK dapat disimpulkan bahwa upaya yang dilakukan untuk mengatasi kendala tersebut yaitu bekerja sama dengan semua guru- guru untuk membantu dan mengawasi peserta didik. Untuk masalah sarana dan prasarana guru BK menyerahkan kepada Kepala Madrasah.

Selanjutnya berdasarkan wawancara dengan kepala sekolah yaitu Bapak Burhanuddin, M.P selaku kepala sekolah pada hari senin tanggal 25 Juli 2018, bertempat diruang kepala sekolah MAN Deli Serdang pada pukul 08.30 WIB mengenai upaya yang dilakukan untuk mengatasi kendala tersebut yaitu :

⁵⁷ Wawancara dengan guru BK MAN Lubuk Pakam Bapak Parwis Nasution S.Pd (Pada hari Kamis 26 Juli 2018 pukul 09.30- 11.00 WIB diruangan BK).

“ Karena guru BK di sekolah ini Cuma dua orang, kami masih berusaha mencari guru BK yang memang berasal dari BK. Pak Parwis dan Pak Rizky untuk menjalankan program bimbingan konseling agar lebih efektif, mereka sering menghadiri workshop, seminar, pelatihan-pelatihan yang berkaitan dengan BK. Dari situ mereka jadi menambah pengalaman untuk menjadi guru BK yang professional”.⁵⁸

Dari hasil wawancara dengan kepala sekolah dapat disimpulkan bahwa upaya yang dilakukan untuk mengatasi kendala tersebut yaitu guru BK mengikuti workshop, seminar-seminar dan pelatihan-pelatihan terkait dengan Bimbingan Konseling, agar menambah wawasan tentang BK.

C. Pembahasan Hasil Penelitian

1. Bentuk- Bentuk Kecemasan Belajar Siswa

Kecemasan belajar sangat umum terjadi pada siswa dalam kehidupan. Kecemasan belajar merupakan suatu keadaan yang dapat menghambat proses belajar. Kecemasan belajar terjadi akibat faktor internal maupun eksternal, faktor internal berupa pusing, gelisah, dan tidak bisa tidur memikirkan nilai yang tidak tuntas, tidak bisa menyesuaikan diri dengan mata pelajaran, tidak punya aspirasi pendidikan dan khawatir akan masa depan. Sedangkan faktor eksternal adalah gangguan teman, beban kerja dari orang tua yang mengganggu jadwal belajar, dan kondisi sosial ekonomi keluarga.⁵⁹ kecemasan belajar tidak hanya terjadi akibat

⁵⁸ Wawancara Bapak Burhanuddin, M.Pd selaku kepala sekolah pada hari rabu tanggal 25 Juli 2018, bertempat diruang kepala sekolah MAN Lubuk Pakam pada pukul 08.30 WIB.

⁵⁹ Naning, Eky Saputri. Jurnal Penelitian & Artikel Pendidikan. *Konseling kelompok dengan teknik self control terhadap kecemasan belajar siswa*. FITK UMM

kecemasan pada diri sendiri, tetapi juga karena cemas dengan pelajaran, dengan guru disekolah.

Faktor pemicu timbulnya kecemasan pada diri siswa. Menurut Akhmad Sudrajat ada 3 penyebab tingginya kecemasan pada diri siswa, yaitu :1) target kurikulum yang terlalu tinggi, sikap dan 2) perlakuan guru yang kurang bersahabat, judes, dan kurang berkompeten, 3) penerapan disiplin sekolah yang ketat dan lebih mengedepankan hukuman yang bersifat dari faktor manajemen sekolah.⁶⁰ Banyak faktor yang dapat berpengaruh terhadap kemampuan seseorang untuk memperoleh hasil belajar dalam belajarnya, dimana faktor itu adalah yang berasal dari dalam diri sendiri, dalam hal ini adalah menyangkut keseluruhan aspek diri baik fisik maupun psikisnya, kemudian faktor yang berasal dari luar diri siswa itu sendiri. Dari penjelasan diatas bahwasanya banyak diantara siswa mengalami kecemasan dalam proses belajar karena faktor eksternalnya. Faktor- faktor kecemasan belajar inilah yang membuat siswa mengalami penurunan dalam prestasi belajarnya.

2. Pelaksanaan Layanan Bimbingan dan Konseling

Secara umum dapat dipahami bahwasanya pelaksanaan bimbingan dan konseling di sekolah MAN 2 Deli Serdang adalah memberikan bimbingan serta arahan kepada setiap siswa yang memiliki masalah. Dengan melalui layanan bimbingan dan konseling guru dapat mengarahkan siswa ke arah yang lebih baik

lagi dari sebelumnya. Baik itu masalah belajarnya ataupun masalah dengan lingkungan tempat tinggal.

Agar pelaksanaan kegiatan bimbingan dan konseling di sekolah dapat terlaksana dengan baik dan berjalan dengan lancar, maka program bimbingan khususnya sangat penting dilaksanakan disekolah dengan bantuan serta partisipasi siswa untuk mengikutinya. Dalam hal ini informasi hal penting bagi guru bimbingan dan konseling sekolah.

Menurut prayitno dalam pelayanan bimbingan dan konseling perlu diperhatikan sejumlah prinsip yaitu : Prinsip- prinsip berkenaan dengan saranan layanan bimbingan dan konseling melayani semua individu tanpa memandang umur, jenis kelamin, suku, agama, dan status sosial ekonomi. Bimbingan dan konseling berurusan dengan pribadi tingkah laku individu yang unik dan dinamis. Bimbingan dan konseling memperhatikan sepenuhnya tahap dan berbagai aspek perkembangan individu.⁶¹

Guru BK adalah guru yang memiliki tugas, tanggung jawab, wewenang dan hak secara penuh dalam kegiatan bimbingan dan konseling terhadap peserta didik. Pelayanan bimbingan dan konseling di sekolah merupakan kegiatan untuk membantu siswa dalam upaya menentukan dirinya, penyesuaian terhadap lingkungan serta dapat merencanakan masa depannya.

Secara umum, tugas guru BK adalah bertanggung jawab untuk membimbing siswa secara individual sehingga memiliki kepribadian yang matang dan mengenal potensi dirinya secara menyeluruh. Dengan demikian diharapkan siswa tersebut mampu membuat keputusan terbaik untuk dirinya, baik dalam

⁶¹ Prayitno, (2008). *Dasar- Dasar Bimbingan & Konseling*. Jakarta: PT Rineka Cipta. Hal. 218

memecahkan masalah mereka sendiri maupun dalam menetapkan karir mereka di masa yang akan datang ketika individu tersebut terjun kemasyarakatan.

3. Upaya Guru Bimbingan dan Konseling

Guru bimbingan dan konseling selalu memberikan nasihat dan membimbing siswa, terutama siswa yang mengalami kecemasan belajar memberikan arahan serta motivasi dalam belajar, agar memiliki keterampilan yang baik dalam melakukan aktivitas belajar dan juga diarahkan bagaimana siswa mengatur jadwal dan kebiasaan sehari-hari yang baik. Guru bimbingan dan konseling adalah orang yang diberi tugas khusus sebagai pembimbing murid- murid di sekolah yang tugasnya berbeda dengan guru mata pelajaran dan guru praktek, baik secara konseptual ataupun operasional. Jadi dalam hal ini maka upaya guru bimbingan dan konseling di sekolah adalah mengawasi dan membimbing setiap tingkah laku para siswa dan membantu mereka untuk menyelesaikan masalahnya agar dapat beraktivitas dengan baik dalam proses belajarnya.

Guru bimbingan dan konseling tentu sangat berperan dalam mengatasi masalah yang terjadi pada siswa disekolah. Khususnya masalah yang berkaitan dengan proses dan hasil belajar siswa disekolah. Siswa harus mendapat perhatian dengan baik agar belajarnya berhasil dan memberikan prestasi yang memuaskan . untuk mengatasi berbagai masalah terutama masalah belajar yang dialami siswa adalah menyelenggarakan layanan bimbingan dan konseling. Upaya guru BK mengatasi kecemasan belajar siswa sbb:

1. Guru bimbingan dan konseling berperan sebagai penasihat disekolah

2. Guru bimbingan dan konseling berperan sebagai motivator
3. Guru bimbingan dan konseling berperan sebagai fasilitator
4. Guru bimbingan dan konseling berperan sebagai pemberi informasi kepada siswa disekolah yang membutuhkan informasi.

Guru pembimbing konseling tentu harus memberikan upaya- upaya yang maksimal untuk membantu mengatasi masalah-masalah yang terjadi pada siswa, khususnya masalah-masalah yang terjadi pada siswa, khususnya masalah-masalah yang berkaitan dengan pembentukan karakter dalam diri siswa khususnya agar memiliki kontrol diri untuk dapat melakukan hal yang positif dan menghindari segala macam bentuk kecemasan yang yang dialami siswa dalam belajar untuk dapat merubah kearah yang dapat menghilangkan rasa cemas siswa saat belajar.

Berdasarkan hasil penelitian yang ditemui di sekolah MAN 2 Deli Serdang terdapat kesamaan pendapat kepala sekolah, guru bimbingan konseling dan siswa. Pada dasarnya kecemasan belajar siswa merupakan suatu keadaan yang dapat menghambat proses belajar. Kecemasan belajar terjadi akibat faktor internal maupun eksternal, karena kecemasan belajar tidak hanya terjadi akibat kecemasan pada diri sendiri tetapi juga cemas dengan pelajaran, dengan guru disekolah dll.

Upaya yang telah diberikan guru BK kepada siswa MAN 2 Deli Serdang dengan melakukan pendekatan-pendekatan kepada siswa yang bermasalah kemudian membimbing siswa sesuai dengan masalahnya. Begitu pula, dengan masalah yang dialami siswa saat belajar, guru BK berperan penting untuk mengatasi kecemasan belajar yang dialami siswanya, guru BK memberikan layanan

yang berkaitan dengan masalah belajar disamping juga harus membimbing mereka. Seperti memberikan layanan informasi dan layanan bimbingan kelompok, guru BK lebih mengenal peserta didik yang mengalami masalah kecemasan belajar menggunakan layanan bimbingan kelompok. Agar siswa dapat mengurangi atau mengatasi kecemasan belajar yang dialaminya. Guru Bimbingan dan Konseling bekerja sama dengan guru bidang studi dan orang tua. Orang tua juga berperan dalam mengurangi kecemasan belajar siswa

Setelah guru Bimbingan Konseling MAN 2 Deli Serdang memberikan layanan bimbingan kelompok sesuai dengan kebutuhan siswa, guru Bimbingan konseling tersebut melakukan tindak lanjut yaitu melihat apakah ada penurunan kecemasan belajar siswa setelah diberikan layanan bimbingan kelompok. Tujuan dari tindak lanjut ini adalah menilai sejauh mana tindakan pemberian bantuan yang diberikan guru Bimbingan dan Konseling MAN 2 Deli Serdang kepada siswa yang telah mencapai hasil belajar yang diharapkan. Tindak lanjut dilakukan secara terus-menerus baik secara pemberian bantuan layanan. Langkah ini dapat mengetahui keberhasilan siswa dalam mengurangi kecemasan belajar. Solusinya adalah dengan berperan secara bersama-sama, antara guru MAN 2 Deli Serdang dan orang tua di rumah untuk keberhasilan siswanya. Seorang pendidik dan pengajar haruslah dapat mengatasi bentuk-bentuk kecemasan yang di alami oleh siswa dalam belajar . Seorang guru tersebut berperan aktif dalam membimbing siswa. Seorang guru tidak hanya mengajar dan memberikan materi saja, apalagi sekarang di Kurikulum 2013 karakternya yang perlu di renovasi, berwawasan tinggi jika karakternya tidak bagus maka tidak akan ada artinya.

Upaya atau strategi kegiatan belajar mengajar yang dapat memberikan kemandirian siswa MAN 2 Deli Serdang dalam belajar antara lain: belajar yang bervariasi dengan model, teknik belajar yang baik, memberikan tugas-tugas tambahan, membiasakan siswa tersebut untuk tampil di depan kelas, para siswa dibiasakan dengan adanya diskusi-diskusi, belajar kelompok dengan sesama teman, dibiasakan untuk aktif terlibat dalam tanya jawab, dibiasakan memiliki peranan dalam berargumentasi, selalu mengadakan layanan yang terdapat dalam bimbingan konseling dan diawasi oleh guru BK MAN 2 Deli Serdang. Hal tersebut akan menjadikan siswa MAN 2 Deli Serdang lebih terbiasa untuk belajar aktif di setiap pertemuan tanpa adanya rasa cemas yang berlebihan. Media belajar juga sangat ikut mempengaruhi dalam menghadapi pelajaran, tidak hanya dengan buku semata-mata yang dapat dijadikan sebagai sumber belajar. Faktor lingkungan sekolah, pustaka, lapangan, laboratorium, internet, ruang TIK, laptop, komputer juga bisa menunjang pencapaian hasil belajar siswa.

Tabel 4.5 Nama-Nama Sampel Penelitian

No	Nama	Inisial	Jenis Kelamin	Bidang Studi
1	Burhanuddin, M.Pd	B	Pria	Kepala Sekolah
2	Parwis Nasutions, S.Pd	PN	Pria	Guru BK
3	RIZKI HANAFIAH SIREGAR, S.Pd.I	RHS	Pria	Guru BK
4	Adila Husna	AH	Wanita	Siswa
5	Dimas Dwitama	DD	Pria	Siswa
6	Minaya	M	Wanita	Siswa

Sumber : Data Penelitian 2018/2019

BAB V

PENUTUP

A. Simpulan

Berdasarkan hasil temuan dan pembahasan dalam penelitian tentang upaya guru BK dalam mengatasi kecemasan belajar siswa di MAN 2 Deli Serdang dapat disimpulkan bahwasanya :

1. Ada beberapa di antara siswa kelas XI MIA 4 MAN 2 Deli Serdang yang mengalami kecemasan belajar baik itu bersifat internal maupun eksternal. Secara garis besar, faktor penyebab siswa mengalami kecemasan belajar yaitu target kurikulum yang tinggi, sikap dan perlakuan guru yang kurang bersahabat, galak, judes terlalu tegas dan kurang berkompeten merupakan sumber penyebab timbulnya kecemasan pada diri siswa yang bersumber dari faktor guru, serta penerapan disiplin sekolah yang ketat dan lebih mengedepankan hukuman, iklim sekolah yang kurang nyaman, serta sarana dan prasarana belajar yang terbatas.
2. Upaya- upaya yang dilakukan guru BK yaitu dengan mengadakan layanan bimbingan kelompok dimana layanan bimbingan kelompok dapat mencegah dan mengentaskan kecemasan belajar siswa. Upaya-upaya tersebut dilakukakan dengan cara sbb :

a. Kerjasama dengan guru

Guru BK bekerjasama dengan guru mata pelajaran untuk membimbing siswa yang mengalami kesulitan pada pelajaran. Guru BK mempunyai batas kemampuan dalam membimbing siswa pada pelajaran maka guru BK dibantu oleh guru mata pelajaran, wali kelas untuk membuat rencana dalam proses mengajar guna untuk meningkatkan kemampuan belajar siswa disekolah di MAN 2 Deli Serdang.

b. Membimbing siswa

Siswa memerlukan bimbingan untuk mengembalikan kepercayaan diri, mereka merasa ada yang peduli pada masalah yang dihadapinya. Siswa juga memerlukan teman yang mau mendengarkan masalah tersebut agar tidak menjadi beban fikiran karena fikiran yang dikuasai.

Bimbingan yang dilakukan guru BK yaitu memberikan layanan informasi, layanan bimbingan Kelompok/ layanan Individual disekolah adalah :

- a) Memberikan Motivasi
- b) Memberikan Saran
- c) Memberikan Nasehat

B. Saran

Beberapa saran yang dapat disampaikan peneliti berkenaan dengan upaya guru BK dalam mengatasi kecemasan belajar siswa MAN 2 Deli Serdang sebagai berikut:

1. Kepada guru BK, diharapkan dari hasil penelitian ini dapat memberikan masukan dan dapat dijadikan sebagai bahan pertimbangan dalam memaksimalkan pelayanan Bimbingan dan Konseling yang ada di MAN 2 Deli Serdang agar pemanfaatan oleh siswa bisa dirasakan secara baik dan Guru-guru BK meningkatkan keterampilan dalam teknik-teknik pelayanan konseling khususnya pada kecemasan siswa dalam belajar serta dalam mengoptimalkan pelayanan bimbingan konseling di sekolah.
2. Siswa hendaknya lebih meningkatkan belajar dan berpikir positif terhadap mata pelajaran apapun, terhadap guru mata pelajaran , serta selalu berkonsentrasi dan tetap fokus dalam belajar serta dapat menghilangkan kecemasan belajar agar berprestasi di sekolah.
3. Kepada kepala sekolah sebaiknya memberikan dukungan kepada guru BK agar layanan-layanan yang diberikan guru BK terlaksana dengan baik.
4. Perlunya dilakukan penelitian lanjutan bagi peneliti lain yang ingin melakukan penelitian terkait dengan kecemasan belajar siswa guna memberikan masukan yang konstruktif bagi dunia pendidikan, dapat menjadikan penelitian ini sebagai masukan penelitian yang relevan khususnya dalam kegiatan ilmiah.

DAFTAR PUSTAKA

- Amin Budiamin, (2009), *Bimbingan dan Konselling, Direktorat Jenderal Pendidikan Islam Departemen Agama RI*
- Aunurrahman, (2009), *Belajar dan Pembelajaran* (Bandung: Alfabeta)
- Departemen Agama RI, (2009), *Al-Qur,an Terjemah dan tafsir Untuk Wanita* (Bandung: Hilal)
- Dewa Ketut Sukardi, (2008), *Proses Bimbingan Dan Konseling Di Sekolah*, (Jakarta: Rineka Cipta)
- Darajat, (1990), *Kesehatan Mental*. (Jakarta : Gunung Agung)
- Feni, (2014), *Pengembangan pendidikan karakter*. Bandung : Refika Aditama.
- Froggatt, Wayne, (2003). *Free from Stress- Panduan untuk mengatasi kecemasan*, Jakarta, PT. Bhuana Ilmu Populer
- Gerald, Corey,(2007), *Teori dan Praktek Konseling*. (Bandung: PT Refika Aditama)
- Hasan, *Sisi Lain dari Ujian Nasional*.(<http://spiritentete.blogspot.com>) Diakses pada tanggal 26 September 2018
- Jegne Ellis Ormrod,(2008), *Psikologi Pendidikan, Membantu Siswa Tumbuh dan Berkembang*, (Jakarta: Erlangga)
- Juntika, Achmad Nurihsan, (2005), *Strategi Layanan Bimbingan & Konseling*,(Bandung : Refika Aditama)
- Lexy J. Moleong. (2002), *Metodologi Penelitian Kualitatif*, (Bandung : Remaja Rosda Karya)
- M. Burhan Bungin,(2009), *Metedologi Penelitian Kuantitatif*.(Jakarta : Prenada Media Grup)

- Mohammad Ali, (2014), *Memahami Riset Perilaku dan Sosial*, (Jakarta: Bumi Karsa)
- Mulyadi,(2010). *Diagnosis Kesulitan Belajar*.Nuha Litera
- Mutadi, (2007),*Pendekatan Efektif dalam Pembelajaran Matematika* (Semarang : Balai Diklat Keagamaan Semarang)
- Naning, Eky Saputri. Jurnal Penelitian & Artikel Pendidikan. *Konseling kelompok dengan teknik self control terhadap kecemasan belajar siswa*. FITK UMM
- Oemar Hamalik,(2004).*Proses Belajar Mengajar*. Jakarta : Bumi Aksara
- Salim, (2015), *Metodologi Penelitian Kualitatif*, (Bandung: Citapustaka Media)
- Sardiman,A.M.(2010), *Interaksi dan Motivasi Belajar Mengajar*. (Jakarta: Rajawali Pers. 2010) h.125
- Singgih D.Gunarsa,(1996), *Psikologi Perawatan*, (Jakarta: Gunung Mulia,)
- Slameto,(2003), *Belajar dan Faktor- faktor yang mempengaruhinya*, (Jakarta: Rineka Cipta)
- Sofyan S. Willis,(2014), *Konseling Individual, Teori dan Praktek*, (Bandung:Alfabeta)
- Sri Yunita,(2017), *Metodologi Penelitian*, (Medan: Anugerah Press)
- Suharsimi Arikunto,(2012), *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktek*, (Jakarta: Rineka Cipta)
- Supri Yanti, Jurnal Ilmiah Konseling Volume 2 Nomor 1 Januari 2013, *Hubungan Antara Kecemasan Belajar Dengan Motivasi Belajar*. Fakultas Ilmu Pendidikan, Universitas Negeri Padang
- Sukandi, Ujang.(2003), *Belajar Aktif dan Terpadu, Apa, Mengapa dan Bagaimana*. (Surabaya: Duta Graha Pustaka)
- Sugiyono, (2011), *Metode Penelitian Kualitatif, Kuantitatif, dan R & D*, (Bandung: Alfabeta)
- Syaukani,(2015), *Metode Penelitian Pedoman Praktis Penelitian dalam Bidang Pendidikan*, (Medan: Perdana Publishing)
- Syamsu Yusuf,(2005), *Landasan Bimbingan dan Konseling*, Bandung: PT Remaja Rosdakarya

Triantoro Safarai & Nofrans Eka Sahputra,(2009), *Manajemen Emosi*,Jakarta: PT Bumi Aksara

Rahman, Ulfiani,Dkk. (2015)*Pengaruh Kecemasan Dan Kesulitan Belajar Matematika Terhadap Hasil Belajar Matematika Pada Siswa Kelas X Ma Negeri 1 Watampone Kabupaten Bone*.Jurnal Matematika Dan Pembelajaran (M A P A N)Vol. 3 No. 1, Juni.

Rambu-rambu penyelenggaraan bimbingan dan konseling dalam jalur pendidikan formal 2007

Rudiansyah.(2016), Jurnal Ilmiah Pendidikan Kewarganegaraan Unsyiah. *Upaya Guru Dalam Mengatasi Kecemasan Siswa Dalam Menghadapi tes (Pencapaian Hasil Belajar Siswa Di SMP Negeri 3 Banda Aceh)* Vol. 1 No 1 96-109

Penyusun, Tim, Undang- Undang R.I. Nomor 20 Tahun 2003 *Tentang SISDIKNAS & Peraturan Pemerintah R.I. Tahun 2013 Tentang Standar Nasional Pendidikan*

W.S Winkel, (1991), *Bimbingan Dan Konseling Di Institusi Pendidikan*, (Jakarta: PT. Grasindo)

<http://id.wikipedia.org/wiki/konselor>

Lampiran 2

Responden : Parwis Nasution S.Pd

Jabatan : Guru BK MAN 2 Deli Serdang

Hari/Tanggal : Kamis, 26 Juli 2018

Tempat : Ruang BK MAN 2 Deli Serdang

No	Butir Pertanyaan	Jawaban responden
1	Bagaimanakah latar belakang pendidikan bapak ?	Latar pendidikan saya adalah berasal dari Strata S1 Unimed Bimbingan Konseling
2	Sudah berapa lama bapak menjadi guru Bimbingan Konseling di MAN 2 Deli Serdang ?	Saya menjadi guru BK di MAN 2 Deli Serdang ini mengabdikan sejak tahun 2014 jadi sudah sekitar 4 Tahun lah.
3	Masalah apa saja yang pada umumnya yang ditangani guru BK melalui layanan bimbingan kelompok ?	Sudah banyak juga ya, seperti masalah pribadi, karier, sosial, belajar, tapi lebih banyak sih masalah keluarga.
4	Berapa banyak peserta didik yang ditangani guru BK setiap tahunnya, jika dilihat dari segi masalah (keterlambatan, belajar, keluarga, dll) ?	Kalau dari masalah keterlambatan hampir setiap hari siswa di MAN ini terlambat, tidak pernah tidak terlambat padahal pihak sekolah sudah mengeluarkan hukuman yang seperti menghajar hadis, tetapi peserta didik tidak jera juga. Kalau masalah absen bersih lah karena memang mereka tetap datang walaupun terlambat paling absen karena sakit atau ada urusan keluarga.
5	Apakah ada masalah yang sulit ditangani guru BK ?	Ada ya, seperti halnya masalah terlambat karena ada siswa yang sangat melawan dan tidak memperdulikan apa yang dikatakan

		guru BK atau guru-guru lain. Siswa ini sering kali terlambat dia selalu terlambat.
6	Bagaimana hasil yang diperoleh guru BK dari layanan Bimbingan Kelompok ?	Hasil yang diperoleh guru BK disekolah ini adalah hasilnya sangat positif. Dari masalah siswa kita jadi tahu latar belakang keluarga siswa, bakat, minat siswa. Siswa pun jadi lebih terbuka dan dekat dengan guru BK
7	Bagaimana tugas dan tanggung jawab seorang konselor (guru) di MAN 2 Deli Serdang ?	Di MAN 2 Deli Serdang saya sudah berusaha untuk menjalankan tugas dan fungsi BK sesuai dengan tugas guru BK, guru BK tidak ditugaskan untuk menghukum siswa, disini tugas guru BK menindak lanjutin dan memberikan layanan konseling yang dapat merubah peserta didik tersebut kearah yang lebih baik serta membantu peserta didik memecahkan masalah yan dihadapi.
8	Bagaimanana cara bapak melaksanakan layanan bimbingan kelompok di MAN 2 Deli Serdang ?	Pelaksanaan layanan bimbingan kelompok di laksanakan MAN 2 Deli Serdang yaitu untuk siswa yang bermasalah maupun tidak bermasalah, siswa yang akan dipanggil dan diberikan layanan bimbingan kelompok dilaksanakan di mushola atau kelas. pelaksanaan layanan bimbingan kelompok di MAN 2 Deli Serdang bisa dikatakan berjalan dengan baik. Proses pelaksanaan layanan bimbingan kelompok dilakukan langsung secara tatap muka antara guru siswa-siswa yang memiliki masalah dalam belajar dan masalah lain. Masalah siswa dalam belajar yaitu masalah tidak percaya dirinya siswa dalam hal menyampaikan pendapat dikelas. ada yang pendiam, banyak lah hal-hal yang dialami siswa dalam belajar sehingga siswa dikelas tidak nyaman dengan permasalahan yang dialami nya tsb.

9	Bagaimana bapak menggunakan layanan teknik <i>Attending</i> dalam layanan bimbingan kelompok ?	Menurut saya, <i>attending</i> ialah sikap guru BK dalam menunjukkan perhatian kepada siswa dengan adanya <i>attending</i> siswa merasa lebih dihargai dan lebih nyaman dalam mengungkapkan masalahnya, pada awalnya siswa mengikuti konseling masih merasa ragu-ragu untuk mengungkapkan permasalahannya namun setelah siswa-siswa merasa nyaman barulah proses bimbingan kelompok dilakukan.
10	Bagaimana sikap siswa setelah menerima layanan bimbingan kelompok yang bapak berikan ?	Sikap siswa ada langsung berubah setelah diberi layanan bimbingan kelompok ada juga yang tidak sama sekali berpengaruh terhadap siswa tsb. Contoh masih ada juga siswa yang merasa cemas dan masih ada siswa yang terlambat datang ke sekolah karena dia tidak menanamkan kewajibannya disekolah yaitu belajar.
11	Bagaimana bapak mengatasi siswa yang mengalami kecemasan saat proses belajar berlangsung ?	Saya mengatasi kecemasan belajar siswa dengan layanan informasi yang dilaksanakan dengan menggunakan layanan bimbingan kelompok dengan bidang belajar, saya memberikan motivasi , saran dan nasehat kepada siswa agar mereka dapat melawan atau mengilangkan perilaku-prilaku yang dapat menurunkan prestasinya dalam belajar.
12	Apa saja kendala yang bapak hadapi dalam mengatasi kecemasan belajar siswa ?	Mungkin hambatan yang saya alami adanya siswa yang tidak terbuka, atau pun masih malu dalam membuka diri akibatnya siswa tersebut tidak dapat menerima masukan atau dorongan yang membangun seperti kepada teman-temannya.
13	Bagaimana bapak mengadakan evaluasi terhadap siswa yang telah diberikan layanan bimbingan	Saya mengadakan evaluasi, apalagi saya koordinator guru BK jadi setiap siswa yang bermasalah saya yang akan menangani masalah siswa tsb. Saya akan mengadakan

	kelompok di MAN 2 Deli Serdang ?	evaluasi setiap bulannya, dan saya akan mendata siswa sudah sejauh mana ia merasa tenang atau sudah merasa tidak lagi bermasalah dalam dirinya.
14	Menurut bapak, Apakah kecemasan belajar siswa MAN 2 Deli Serdang berpengaruh terhadap prestasi belajarnya ?	Kalau menurut saya ya pasti berpengaruh ya, karena siswa yang mengalami kecemasan saat belajar akan berperilaku yang tidak menjalankan kewajibannya sebagai peserta didik, kalau siswa tersebut berada dan tetap mempertahankan cemas yang dialami ini akan menjadi dampak yang dapat menurunkan prestasi dan pergaulan disekolah, siswa akan menjadi kurang percaya diri dan malu terhadap diri dan lingkungannya.

Lampiran 1

Responden : Burhanuddin, M.Pd

Jabatan : Kepala Sekolah MAN 2 Deli Serdang

Hari/Tanggal : Rabu, 25 Juli 2018

Tempat : Ruang Kepala Sekolah MAN 2 Deli Serdang

No	Butir Pertanyaan	Jawaban Responden
1	Bagaimana sejarah ataupun latar belakang berdirinya madrasah MAN 2 Deli Serdang ini ya pak ?	Berdiri pada tanggal 1 Agustus 1996, adanya respon positif dari pemerintah yang berusaha untuk mendirikan madrasah disetiap kabupaten.
2	Apakah ada visi dan Misi yang ada di Madrasah Aliyah Negeri 2 Deli Serdang ?	Ada, visinya : mewujudkan pendidikan yang berkualitas, kompotitif, islami, dan peduli lingkungan. Misinya : menyelenggarakan pendidikan yang berkualitas, berbudaya, inovatif, dan

		menyenangkan, memadukan program pendidikan umum dan pendidikan agama.
3	Apa saja sarana dan prasarana yang mendukung kegiatan di Madrasah Aliyah Negeri 2 Deli Serdang ?	Sarana dan prasana disekolah ini masih belum memadai. masih banyak kekurangan yang harus dilengkapi, seperti kurangnya guru bk.
4	Bagaimana struktur organisasi Madrasah Aliyah Negeri 2 Deli Serdang ?	Sudah tersusun rapi, karena sekolah ini merupakan sekolah negeri yang sudah sepatutnya memiliki struktur oganisasi yang lengkap dan dapat dipercaya.
5	Berapa Jumlah siswa keseluruhan di Madrasah Aliyah Negeri 2 Deli Serdang ?	Siswa perempuan disekolah ini sekitar 289 orang, dan siswa laki-laki nya sekitar 127 orang.
6	Menurut bapak apakah pelaksanaan layanan bimbingan kelompok terlaksana dengan baik ?	Sudah, karena guru bk pun sudah memberikan yang terbaik terkait dengan layanan bimbingan konseling di

		sekolah ini secara optimal.
7	Menurut bapak apakah kinerja dan upaya guru bimbingan konseling disekolah sudah terlaksana dengan baik dalam mengatasi kecemasan belajar siswa ?	Menurut saya Kinerja nya sudah terlaksana dengan baik, sebab saya melihat guru BK memberikan layanan bimbingan kelompok kepada siswa agar siswa tersebut dapat menghilangkan ataupun mengurangi kecemasan saat proses belajar berlangsung.
8	Apa aja kendala yang dihadapi ketika guru BK melakukan program layanan bimbingan dan konseling ?	Menurut saya kendala yang dihadapi guru BK yaitu tidak adanya ruangan yang memadai untuk melakukan ataupun melaksanakan layanan bimbingan konseling terhadap siswa-siswa MAN 2 Deli Serdang.
9	Apakah ada kendala yang ada disekolah ini,dalam pelaksanaan program layanan bimbingan kelompok ?	Kendala yang pertama kurangnya guru BK, terus seperti yang sudah saya katakan tadi

		bahwasanya ruangan BK belum memadai.
--	--	---

Lampiran 3

Responden : AH

Jabatan : Siswa MAN 2 Deli Serdang

Hari/Tanggal : Jum'at , 27 Juli 2018

Tempat : Ruang BK MAN 2 Deli Serdang

No	Butir Pertanyaan	Responden
1	Bagaimana pandangan ananda tentang guru BK di MAN 2 Deli Serdang ?	Menurut saya, ya bapak itu sudah baik. Selalu bersikap ramah kepada kami. Selalu mendengarkan keluhan kami.
2	Bagaimana pendapat ananda mengenai pelayanan bimbingan di MAN 2 Deli Serdang ?	Pelayanan yang diterapkan bapak itu sudah baik. Sebab bapak itu menjalankan layanan yang terdapat dalam bimbingan konseling dengan baik.
3	Menurut ananda bagaimana pelaksanaan layanan yang dilaksanakan oleh guru BK dalam mengatasi kecemasan belajar siswa ?	Guru BK disekolah ini memberikan layanan bimbingan kelompok kepada kami. Dia selalu memberikan kami motivasi, saran dan nasehat yang membangun agar kami tidak merasa cemas dalam melakukan sesuatu.

4	Menurut kamu apakah kecemasan belajar yang kamu alami berpengaruh terhadap prestasi belajar mu disekolah ?	Saya rasa berpengaruh. Karena faktor penyebab saya merasa cemas saat belajar, saya tidak memiliki kepercayaan diri, rasa malu yang begitu besar, yang mengakibatkan saya kurang menonjol di kelas karena saya takut malu saat saya salah dalam menjawab sebuah pertanyaan.
5	Menurut ananda ,upaya apa yang telah guru BK lakukan dalam mengatasi belajar yang di ananda alami ?	Ya kami selalu diberi layanan dengan baik, diberikan motivasi, saran dan nasehat, agar rasa kecemasan kami tidak menghambat usaha dan prestasi kami.
6	Menurut ananda, apakah kinerja guru BK di Madrasah Aliyah Negeri 2 Deli Serdang sudah optimal, bagaimana menurut ananda pribadi ?	Sudah terlaksana secara optimal, hanya saja disekolah ini kekurangan guru BK.

Responden : MNY

Jabatan : Siswa MAN 2 Deli Serdang

Hari/Tanggal : Jum'at , 27 Juli 2018

Tempat : Ruang BK MAN 2 Deli Serdang

No	Butir Pertanyaan	Responden
1	Bagaimana pandangan ananda tentang guru BK di MAN 2 Deli Serdang ?	Menurut saya guru BK disini sangat baik, selain ramah, dia juga sangat baik dan tidak bosan mendengarkan keluh kesah ataupun masalah saya.
2	Bagaimana pendapat ananda mengenai pelayanan bimbing di MAN 2 Deli Serdang ?	Pelayanan yang diterapkan bapak itu sudah baik. Sebab bapak itu menjalankan layanan yang terdapat dalam bimbingan konseling dengan baik.
3	Menurut ananda bagaimana pelaksanaan layanan yang dilaksanakan oleh guru BK dalam mengatasi kecemasan belajar siswa ?	Menurut saya layanan yang diberikan guru BK disekolah ini terkait dengan kecemasan belajar yaitu dengan layanan bimbingan kelompok.
4	Menurut kamu apakah kecemasan belajar yang kamu alami berpengaruh terhadap prestasi belajar mu disekolah ?	Ya sangat berpengaruh.
5	Menurut ananda ,upaya apa yang telah guru BK lakukan dalam mengatasi belajar yang di ananda alami ?	Guru BK disekolah ini selalu memberikan motivasi bagaimana

		agar siswanya menjadi berprestasi.
6	Menurut ananda, apakah kinerja guru BK di Madrasah Aliyah Negeri 2 Deli Serdang sudah optimal, bagaimana menurut ananda pribadi ?	Sudah berjalan secara optimal. Seharusnya guru BK nya ditambah lagi.

Responden : DD

Jabatan : Siswa MAN 2 Deli Serdang

Hari/Tanggal : Jum'at , 27 Juli 2018

Tempat : Ruang BK MAN 2 Deli Serdang

No	Butir Pertanyaan	Responden
1	Bagaimana pandangan ananda tentang guru BK di MAN 2 Deli Serdang ?	Guru BK nya baik, ramah, dan selalu memberikan motivasi kepada siswa-siswanya.
2	Bagaimana pendapat ananda mengenai pelayanan bimbingan di MAN 2 Deli Serdang ?	Pelayanan bimbingan di sekolah ini cukup baik, karena guru BK selalu mengadakan layanan informasi terkait dengan perkembangan kami terhadap belajar.
3	Menurut ananda bagaimana pelaksanaan layanan yang dilaksanakan oleh guru BK dalam mengatasi kecemasan belajar siswa ?	Pelaksanaan layanan yang dilaksanakan guru BK dalam mengatasi kecemasan belajar yaitu dengan cara bimbingan kelompok, individu.
4	Menurut kamu apakah kecemasan belajar yang kamu alami berpengaruh terhadap prestasi belajar mu disekolah ?	Berpengaruh karena kecemasan belajar yang saya alami menghambat prestasi saya dalam belajar, yaitu tidak adanya rasa percaya diri saya dalam menghadapi kewajiban sebagai siswa disekolah.

5	Menurut ananda ,upaya apa yang telah guru BK lakukan dalam mengatasi belajar yang di ananda alami ?	Upaya yang dilakukan guru BK yaitu memberikan layanan bimbingan kelompok terkait dengan belajar, seperti memberikan motivasi dan dorongan agar saya dan teman-teman yang mengalami dapat mengurangi cemas yang kami alami saat belajar.
6	Menurut ananda, apakah kinerja guru BK di Madrasah Aliyah Negeri 2 Deli Serdang sudah optimal, bagaimana menurut ananda pribadi ?	Sudah sangat baik hanya saja guru BK disekolah 2 tetapi satulagi tidak dari jurusan BK.s

Lampiran 4



Madrasah Aliyah Negeri 2 Deli Serdang Tampak Depan



Madrasah Aliyah Negeri 2 Deli Serdang Tampak Dalam



Ruang BK Madrasah Aliyah Negeri 2 Deli Serdang



Ruang Staf Guru- Guru MAN 2 Deli Serdang



Lapangan MAN 2 Deli Serdang



Tampak dalam sekolah MAN 2 Deli Serdang



Wawancara bersama Bapak Parwis Nasution S.Pd selaku guru BK MAN 2 Deli Serdang



Wawancara bersama Bapak Parwis Nasution S.Pd selaku guru BK MAN 2 Deli Serdang



Wawancara dengan siswa MAN 2 Deli Serdang



Wawancara dengan siswa MAN 2 Deli Serdang



Wawancara dengan siswa MAN 2 Deli Serdang



Wawancara dengan siswa MAN 2 Deli Serdang



Guru Bimbingan Dan Konseling Dengan Siswa Yang Mengikuti Layanan Bimbingan Kelompok



Guru Bimbingan Dan Konseling Saat Melaksanakan Layanan Bimbingan Kelompok