

BAB II

LANDASAN TEORI

A. Siswa

1. Pengertian Siswa

Peserta didik atau siswa merupakan sebutan untuk anak didik pada jenjang pendidikan dasar dan juga menengah. Siswa merupakan satu-satunya subjek yang menerima apa saja yang diberikan oleh guru saat kegiatan belajar mengajar berlangsung. Siswa digambarkan sebagai sosok yang membutuhkan bantuan orang lain untuk memperoleh ilmu pengetahuan (dalam <http://idtesis.com>). Siswa adalah unsur manusiawi yang penting dalam kegiatan interaksi edukatif. Ia dijadikan sebagai pokok persoalan dalam semua gerak kegiatan pendidikan dan pengajaran (dalam Maysyarah, 2014).

Menurut Muhibbin (dalam Ansyah, 2013), menyatakan bahwa siswa atau peserta didik adalah mereka yang secara khusus diserahkan oleh kedua orangtuanya untuk mengikuti pembelajaran yang diselenggarakan di sekolah dengan tujuan untuk menjadi manusia yang memiliki pengetahuan, berketerampilan, berpengalaman, berkepribadian, berakhlak, dan mandiri.

Menurut Hamalik (dalam Maysyarah, 2014), siswa adalah suatu organisme yang hidup, di dalam dirinya beraneka ragam kemungkinan dan potensi yang hidup yang sedang berkembang. Di dalam dirinya terdapat prinsip aktif, keinginan untuk berbuat dan berkerja sendiri. Prinsip aktif ini lah yang mengendalikan

tingkah laku siswa. Pendidikan perlu mengarahkan tingkah laku dan perbuatan itu menuju ke tingkat perkembangan yang diharapkan.

Siswa SMA masih tergolong dalam kategori remaja. Remaja berawal dari kata latin “*adolensence*” yang berarti tumbuh menjadi dewasa. Istilah “*adolensence*” mempunyai arti yang lebih luas lagi yang mencakup kematangan mental, emosional sosial dan fisik (Hurlock,1980). Masa remaja dipandang sebagai suatu masa yang diawali dengan datangnya masa pubertas dan berakhir dengan datangnya masa kedewasaan.

Masa remaja sebetulnya tidak mempunyai tempat yang jelas, ia tidak termasuk dalam golongan anak-anak, tetapi juga tidak termasuk dalam golongan orang dewasa, karena masih belum mampu menguasai fungsi fisik maupun psikisnya, tidak termasuk golongan anak-anak karena remaja mengalami perubahan baik fisik maupun psikis yang menyebabkan berbeda dengan anak-anak.

Dari beberapa teori diatas, dapat disimpulkan siswa adalah salah satu faktor yang paling penting dalam dunia pendidikan dan untuk berjalannya sistem belajar mengajar, siswa juga sebuah objek yang harus diperhatikan perkembangan, potensi, dan tingkah lakunya, karena siswa adalah remaja yang sedang mencari serta memahami jati dirinya.

B. Belajar Kimia

1. Pengertian Belajar

Purwanto (dalam Yanti dkk, 2013) berpendapat belajar merupakan suatu perubahan dalam tingkah laku dimana perubahan itu dapat mengarah kepada tingkah laku yang lebih baik. Menurut Syah (dalam Solika, 2013) belajar adalah kegiatan yang berproses dan merupakan unsur yang sangat fundamental dalam setiap penyelenggaraan jenis dan jenjang kehidupan.

Kemudian menurut Skinner (dalam Solika, 2013) belajar adalah sebagai suatu proses adaptasi atau penyesuaian tingkah laku yang berlangsung secara progresif. Sedangkan Kingskey (dalam Munisa, 2013) mengatakan bahwa belajar adalah proses dimana tingkah laku (dalam arti luas) ditimbulkan atau diubah melalui praktek atau latihan.

Menurut Slameto (2013) belajar adalah suatu proses usaha yang dilakukan individu untuk memperoleh suatu perubahan tingkah laku yang baru secara keseluruhan, sebagai hasil pengalaman individu itu sendiri dalam interaksi dengan lingkungannya. Dalam belajar seringkali perubahan tingkah laku yang diharapkan tidak terjadi sempurna. Hal tersebut dimungkinkan dengan adanya faktor-faktor yang tidak terpengaruhi atau tidak mendukung proses belajar.

Dari beberapa pendapat di atas dapat disimpulkan bahwa belajar adalah proses perubahan tingkah laku yang bersifat relatif menetap dalam setiap jenjang kehidupan. Perubahan-perubahan itu terjadi disebabkan adanya usaha individu untuk menyesuaikan diri dengan keadaan dalam mencapai suatu tujuan dengan

pola tingkah laku yang lebih rencana dan terarah belajar merupakan suatu proses aktivitas mental yang berlangsung dalam interaksi aktif dengan lingkungan yang menghasilkan perubahan tingkah laku yang bersifat permanen yang disebabkan oleh pengalamannya.

2. Ciri-ciri Belajar

Belajar pada prinsipnya adalah suatu proses perubahan tingkah laku yang disebabkan adanya interaksi dengan lingkungan. Adapun ciri-ciri perubahan tingkah laku dalam pengertian belajar menurut Slameto (2013) adalah :

1. Perubahan terjadi secara sadar

Ini berarti bahwa seseorang yang belajar akan menyadari terjadinya perubahan itu atau sekurang-kurangnya ia merasakan telah terjadi adanya suatu perubahan dalam dirinya. Misalnya ia menyadari bahwa pengetahuannya bertambah, kecakapannya bertambah, kebiasaannya bertambah. Jadi, perubahan tingkah laku individu yang terjadi dalam keadaan tidak sadar, tidak termasuk kategori perubahan dalam pengertian belajar karena individu yang bersangkutan tidak menyadari akan perubahan itu.

2. Perubahan yang bersifat kontinu dan fungsional

Sebagai hasil belajar, perubahan yang terjadi dalam diri seseorang berlangsung secara berkesinambungan, tidak statis. Satu perubahan yang terjadi akan menyebabkan perubahan berikutnya dan akan berguna bagi kehidupan ataupun proses belajar berikutnya. Misalnya jika seorang anak belajar menulis, maka ia akan mengalami perubahan dari tidak dapat menulis menjadi dapat menulis.

3. Perubahan yang bersifat positif dan aktif

Dalam perubahan belajar, perubahan-perubahan itu senantiasa bertambah dan tertuju untuk memperoleh sesuatu yang lebih baik dari sebelumnya. Dengan demikian makin banyak usahabelajar itu dilakukan, makin banyak dan makin baik perubahan yang diperoleh. Perubahan yg bersifat aktif artinya bahwa perubahan itu tidak terjadi dengan sendirinya melainkan karena usaha individu sendiri.

4. Perubahan bukan bersifat sementara

Perubahan yang terjadi karena proses belajar bersifat menetap atau permanen. Ini berarti bahwa tingkah laku yang terjadi setelah belajar akan bersifat menetap. Misalnya kebolehan seorang anak dalam memainkan piano setelah belajar, tidak akan hilang begitu saja melainkan akan terus dimiliki bahkan akan makin berkembang kalau terus dipergunakan atau dilatih.

5. Perubahan yang bertujuan dan terarah

Ini berarti bahwa perubahan tingkah laku itu terjadi karena ada tujuan yang akan dicapai. Perubahan belajar terarah kepada perubahan tingkah laku yang benar-benar disadari. Misalnya seseorang yang belajar mengetik, sebelumnya sudah menetapkan apa yang mungkin dapat dicapai dengan belajar mengetik, atau tingkat kecakapan mana yang akan dicapainya. Dengan demikian, perubahan belajar yang dilakukan senantiasa terarah pada tingkah laku yang telah ditetapkannya.

6. Perubahan mencakup seluruh aspek tingkah laku

Perubahan yang diperoleh seseorang setelah melalui suatu proses belajar meliputi suatu proses belajar meliputi perubahan keseluruhan tingkah lak. Jika seorang belajar sesuatu, sebagai hasilnya ia akan mengalami perubahan tingkah laku secara menyeluruh dalam sikap, keterampilan, pengetahuan, dan sebagainya.

Jadi aspek perubahan yang satu berhubungan erat dengan aspek lain. Maka berdasarkan uraian diatas dapat disimpulkan bahwa ciri-ciri belajar yaitu perubahan yang terjadi secara sadar, perubahan dalam belajar bersifat fungsional, perubahan dalam belajar bersifat positif dan aktif, perubahan dalam belajar bukan bersifat sementara, perubahan dalam belajar bertujuan dan terarah, serta perubahan mencakup seluruh aspek tingkah laku.

3. Belajar Kimia

Kimia merupakan ilmu yang pada awalnya diperoleh dan dikembangkan berdasarkan percobaan (induktif) namun pada perkembangan selanjutnya kimia juga diperoleh dan dikembangkan berdasarkan teori (deduktif). Kimia adalah ilmu yang mencari jawaban atas pertanyaan apa, mengapa, dan bagaimana gejala-gejala alam yang terkait dengan komposisi, struktur dan sifat, perubahan, dinamika, dan energetika zat.

Middlecamp, dkk (dalam Mayasari, 2012) berpendapat salah satu karakteristik ilmu kimia adalah sebagian besar konsepnya yang bersifat abstrak, kemudian Treagust dan Chittleborough (dalam Mayasari, 2012) menyimpulkan

bahwa kekompleksan dan keabstrakan ilmu kimia menjadikan kimia sebagai pelajaran yang sulit untuk dipelajari oleh siswa sekolah menengah.

Mata pelajaran kimia perlu diajarkan untuk tujuan yang lebih khusus yaitu membekali peserta didik pengetahuan, pemahaman dan sejumlah pengetahuan yang dipersyaratkan untuk memasuki jenjang pendidikan yang lebih tinggi serta mengembangkan ilmu dan teknologi. Tujuan mata pelajaran kimia dicapai oleh peserta didik melalui berbagai pendekatan, antara lain pendekatan induktif dalam bentuk proses inkuiri ilmiah pada tataran inkuiri terbuka. Proses inkuiri ilmiah bertujuan menumbuhkan kemampuan berpikir, bekerja dan bersikap ilmiah serta berkomunikasi sebagai salah satu aspek penting kecakapan hidup. Oleh karena itu pembelajaran kimia menekankan pada pemberian pengalaman belajar secara langsung melalui penggunaan dan pengembangan keterampilan proses dan sikap ilmiah.

Maka dari penjelasan di atas dapat disimpulkan bahwa pelajaran kimia yang abstrak, kompleks, dan dianggap sulit bagi sebagian besar siswa di sekolah cocok dijadikan salah satu mata pelajaran yang baik untuk menentukan kelayakan seorang siswa untuk memasuki jenjang pendidikan yang selanjutnya.

C. Kecemasan

1. Pengertian Kecemasan

Siapapun di dunia ini tentu pernah mengalami perasaan cemas, yang membedakannya adalah bagaimana mereka menyikapi hadirnya perasaan ini. Ghufron dan Risnawita (2010) mengatakan kecemasan merupakan pengalaman subjektif yang tidak menyenangkan mengenai kekhawatiran atau ketegangan berupa perasaan cemas, tegang, dan emosi yang dialami oleh seseorang.

Sedangkan menurut Atkinson (dalam Yanti, 2013) kecemasan adalah perasaan tidak menyenangkan, yang ditandai dengan istilah-istilah seperti kekhawatiran, keprihatinan, dan rasa takut yang kadang-kadang dialami dalam tingkatan yang berbeda-beda. Serupa dengan pernyataan tersebut Hurlock (dalam Indiyani dan Listiara, 2006) mendefinisikan kecemasan sebagai keadaan mental yang tidak enak berkenaan dengan sakit yang mengancam atau yang dibayangkan, yang ditandai dengan kekhawatiran, ketidakenakan, dan perasaan yang tidak baik, yang tidak dapat dihindari seseorang.

Kemudian Muchlas (dalam Ghufron dan Risnawita, 2010) mendefinisikan istilah kecemasan sebagai sesuatu pengalaman subjektif mengenai ketegangan mental kesukaran dan tekanan yang menyertai konflik atau ancaman. Hal yang senada juga dikemukakan oleh Taylor (dalam Suardana dan Simarmata, 2013) kecemasan merupakan suatu pengalaman subjektif mengenai ketegangan mental yang menggelisahkan sebagai reaksi umum dan ketidakmampuan menghadapi masalah atau adanya rasa tidak aman. Perasaan yang tidak menyenangkan

umumnya menimbulkan gejala-gejala fisiologis (seperti gemetar, berkeringat, detak jantung meningkat, dan lain-lain) dan gejala psikologis (seperti panik, tegang, bingung, tidak dapat berkonsentrasi, dan sebagainya).

Kemudian Freud (Feist dan Feist, 2010) dalam buku teori kepribadian mendefinisikan bahwa kecemasan merupakan situasi afektif yang dirasa tidak menyenangkan yang diikuti oleh sensasi fisik yang memperingatkan seseorang akan bahaya yang mengancam.

Kemudian Froggatt juga mengatakan 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 (dalam Supriyantini, 2010).

Maka berdasarkan pengertian-pengertian diatas, kecemasan diartikan sebagai manifestasi emosi yang tidak menyenangkan karena adanya suatu tekanan serta pengalaman subjektif, yang dicirikan dengan reaksi umum pada fisik maupun psikis seperti kegelisahan, ketidakenakan, kekhawatiran, ketakutan, tangan gemetar, berkeringat dan lain sebagainya yang akan terjadi pada hal-hal yang tidak diinginkan.

2. Faktor-Faktor Penyebab Kecemasan

Pada dasarnya, setiap individu selalu berusaha untuk mengatasi kecemasan belajar dengan cara melakukan penyesuaian terhadap sebab-sebab timbulnya rasa cemas. Reaksi kecemasan belajar itu menggambarkan perasaan subjektif yang muncul dalam bentuk ketegangan yang tidak menyenangkan.

Adler dan Radman (dalam Ghufron dan Rini, 2010) menyatakan terdapat dua faktor yang menyebabkan adanya kecemasan, yaitu pengalaman yang negatif pada masa lalu dan pikiran yang tidak rasional.

1. Pengalaman negatif pada masa lalu.

Pengalaman ini merupakan hal yang paling tidak menyenangkan pada masa lalu mengenai peristiwa yang dapat terulang lagi pada masa mendatang, apabila individu tersebut menghadapi situasi atau kejadian yang sama dan juga tidak menyenangkan, misalnya pernah gagal dalam tes atau dalam mengerjakan tugas. Hal tersebut merupakan pengalaman umum yang menimbulkan kecemasan siswa dalam menghadapi tes.

2. Pikiran yang tidak rasional

Para psikolog memperdebatkan bahwa kecemasan terjadi bukan karena suatu kejadian, melainkan kepercayaan atau keyakinan tentang kejadian itulah yang menjadi penyebab kecemasan.

Menurut Akhmad Sudrajat (dalam Yanti dkk, 2013) mengemukakan beberapa faktor-faktor pemicu tingginya kecemasan pada diri siswa, yaitu :

1. Target kurikulum yang terlalu tinggi, iklim pembelajaran yang kompetitif, pemberian tugas yang sangat padat, serta system penilaian yang sangat ketat dan kurang adil dapat menjadi faktor penyebab timbulnya kecemasan yang bersumber dari faktor kurikulum.

2. 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.
3. 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.

Kemudian menurut Burnham (dalam Supriyantini, 2010), sumber rasa cemas akan lebih mudah ditelusuri dengan meneliti 3 penyebab dasar, yaitu :

- a. Rasa percaya diri yang mungkin terancam oleh keraguan akan penampilan.
- b. Kesejahteraan pribadi kita mungkin terancam oleh ketidakpastian akan masa depan, keraguan dalam pengambilan keputusan dan keprihatinan akan materi.
- c. Kesejahteraan kita mungkin terancam oleh berbagai konflik yang tidak terpecahkan.

Individu membuat keputusan terhadap kecemasan yang dirasakannya berdasarkan dua kelompok faktor, yaitu: faktor lingkungan dimana kita menemukan diri kita sendiri. Hal ini terdiri dari tuntutan terhadap diri kita di rumah, di tempat kerja/sekolah dan dari kehidupan pribadi, dan faktor individu, yaitu berkaitan dengan individu dan termasuk ciri kepribadian (misalnya: kepercayaan bahwa mengatakan “saya tidak tahu” adalah suatu kelemahan). Faktor individu lain meliputi usia, tingkatan sosial dan lain-lain. Pada umumnya, semakin bertambah usia, maka semakin percaya diri dan semakin merasa

kemampuan dalam menangani keadaan menjadi semakin baik (dalam Supriyantini, 2010).

Berdasarkan uraian di atas, dapat disimpulkan bahwa faktor penyebab dari kecemasan dapat dibagi menjadi dua yaitu faktor lingkungan dan faktor individu. Yang termasuk faktor lingkungan adalah tuntutan terhadap diri sendiri yang berasal dari masyarakat maupun sekolah. Sedangkan faktor individu adalah kehidupan pribadi, ciri kepribadian, tingkat sosial dan usia individu.

3. Aspek-Aspek Kecemasan

Menurut Darajad (dalam Dewi dan Rustam, 2008) ada beberapa aspek-aspek kecemasan, yaitu :

- a. Aspek Fisiologis, merupakan gejala-gejala fisik yang menyertai kecemasan. Gejala ini meliputi jantung berdebar-debar, berkeringat, kepala pusing atau pening, ujung-ujung jari terasa dingin, sulit tidur, otot-otot leher kaku dan tegang, nafsu makan hilang, merasa ingin kencing atau buang hajat.
- b. Aspek psikologis, merupakan gejala-gejala psikis yang menyertai kecemasan. Gejala-gejala ini meliputi rasa takut, khawatir, was-was, bingung cepat marah, mudah tersinggung, tidak puas, tidak tenang, tidak tentram, tertekan (stress), gelisah, khawatir akan ditimpa suatu masalah, tidak dapat berkonsentrasi, ingin lari dari kenyataan.

Kemudian Maher (dalam Calhoun dan Acocella,1990) mengatakan ada tiga aspek-aspek kecemasan, yaitu :

- a. Fisiologis, seperti tegang saat mengerjakan soal kimia, gugup, berkeringat, tangan gemetar ketika harus menyelesaikan soal kimia atau ketika mulai pelajaran kimia.
- b. Kognitif, seperti : pesimis dirinya tidak mampu mengerjakan soal kimia, khawatir kalau hasil pekerjaan kimianya buruk, tidak yakin dengan pekerjaan kimianya sendiri, ketakutan menjadi bahan tertawaan jika tidak mampu mengerjakan soal kimia.
- c. *Emotionality*, seperti : berdiam diri karena takut ditertawakan, tidak mau mengerjakan soal kimia karena takut gagal lagi dan menghindari pelajaran kimia.

Kemudian menurut Deffenbacher dan Hazaleus (dalam Ghufon dan Risnawita, 2010) aspek-aspek kecemasan meliputi hal-hal berikut :

- a. Kekhawatiran (*worry*) merupakan pikiran negatif tentang dirinya sendiri, seperti perasaan negatif bahwa ia lebih jelek dibandingkan dengan teman-temannya.
- b. Emosionalitas (*imosionality*) sebagai reaksi diri terhadap rangsangan saraf otonomi, seperti jantung berdebar-debar, keringat dingin, dan tegang.
- c. Gangguan dan hambatan dalam menyelesaikan tugas (*task generated interference*) merupakan kecenderungan yang dialami seseorang yang selalu tertekan karena pemikiran yang rasional terhadap tugas.

Dari uraian diatas dapat disimpulkan bahwa aspek-aspek kecemasan sebagai berikut : Fisik (*emotionality*), kognitif (*worry*), perilaku dan hambatan dalam menyelesaikan tugas.

4. Kecemasan Belajar

Kata “kecemasan belajar” adalah sebuah frase yang terdiri dari dua kata yaitu “kecemasan” dan “belajar”, menurut Akuntono (dalam Suardana dan Simarmata, 2013) kecemasan merupakan kondisi mental seseorang yang terjadi karena adanya tantangan, tekanan dan tuntutan untuk mencapai tujuan tertentu. Kemudian menurut Taylor (dalam Suardana dan Simarmata, 2013) kecemasan merupakan suatu pengalaman subjektif mengenai ketegangan mental yang menggelisahkan sebagai reaksi umum dan ketidakmampuan menghadapi masalah atau adanya rasa tidak aman. Perasaan yang tidak menyenangkan umumnya menimbulkan gejala-gejala fisiologis (seperti gemetar, berkeringat, detak jantung meningkat, dan lain-lain) dan gejala psikologis (seperti panik, tegang, bingung, tidak dapat berkonsentrasi, dan sebagainya).

Kemudian menurut Syah (dalam Solikah, 2013) belajar adalah kegiatan yang berproses dan merupakan unsur yang sangat fundamental dalam setiap penyelenggaraan jenis dan jenjang kehidupan. Lalu Skinner (dalam Solikah, 2013) juga mendefinisikan belajar sebagai suatu proses adaptasi atau penyesuaian tingkah laku yang berlangsung secara progresif.

Dari uraian diatas maka dapat peneliti simpulkan bahwa kecemasan belajar adalah pengalaman subjektif siswa yang berkaitan dengan kondisi mental dengan

gejala-gejala fisiologis dan psikologis akibat adanya tekanan dan tantangan dalam proses adaptasi atau penyesuaian tingkah laku dalam setiap penyelenggaraan jenis dan jenjang kehidupan yang berlangsung secara progresif.

5. Macam-macam Kecemasan Belajar

Freud (dalam Hidayat, 2011) menyatakan kecemasan belajar dalam tiga hal, yaitu :

a. Kecemasan nyata atau kecemasan objektif

Kecemasan nyata atau kecemasan objektif yaitu ketakutan terhadap bahaya yang terlihat dan yang ada dalam dunia nyata. Misalnya, takut dengan guru, dengan hukuman dan rasa malu. Kecemasan realistis menyediakan tujuan positif, karena akan menuntun perilaku kita untuk menghindari atau melindungi dari bahaya yang ada. Kecemasan akan mereda apabila objek cemas sudah tidak ada.

b. Kecemasan neurotis

Kecemasan neurotis merupakan rasa cemas yang timbul semata-mata karena takut akan sanksi yang timbul dari suatu perbuatan yang menyebabkan seseorang melakukan suatu tindakan yang bisa mendatangkan hukuman bagi dirinya. kecemasan belajar ini didasarkan oleh pengalaman kecemasan belajar realistik.

c. Kecemasan moral

Kecemasan moral merupakan kecemasan belajar terhadap hati nurani sendiri. Seseorang yang hati nuraninya berkembang dengan baik cenderung merasa berdosa bila dia melakukan sesuatu yang berlawanan dengan moral

yang dimilikinya. Sehingga hal tersebutlah yang menyebabkan timbulnya ketakutan dan kecemasan.

Kemudian Spilberger (dalam Safaria dan Saputra, 2009) membagi kecemasan menjadi dua macam, yaitu :

1) Trait Anxiety

Kecemasan sebagai suatu trait, yaitu kecenderungan pada diri seseorang untuk merasa terancam oleh sejumlah kondisi yang sebenarnya tidak berbahaya. Kecemasan dalam kategori ini lebih disebabkan karena kepribadian individu tersebut memang mempunyai potensi cemas dibandingkan dengan individu yang lain.

2) State Anxiety

Kecemasan sebagai suatu keadaan, 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 system syaraf otonom, sebagai suatu keadaan yang berhubungan dengan situasi-situasi lingkungan khusus, gejalanya akan selalu tampak selama situasi tersebut ada.

Dari uraian di atas dapat disimpulkan bahwa macam-macam kecemasan adalah kecemasan yang bersifat nyata (objektif), kecemasan neurotis, dan kecemasan moral, serta kecemasan yang bersifat menetap (trait anxiety) dan kecemasan sebagai suatu keadaan (state anxiety).

6. Gejala-Gejala Kecemasan Belajar

Dirga Gunasra dan Gunarsa (dalam Ninawati dan Kuryadi, 2006) menguraikan bahwa gejala kecemasan umumnya disertai oleh perubahan fisiologis, seperti perubahan ekspresi wajah, muka tiba-tiba memerah, pupil mata membesar, otot muka bergerak-gerak, perubahan gerak gerik tubuh, menggigit-gigit jari sendiri dan macam-macam tingkah laku kompulsif lain.

Darajat (dalam Dewi dan Rustam, 2008) mengatakan gejala-gejala kecemasan sering ditandai dengan munculnya gejala-gejala baik yang bersifat fisik maupun yang bersifat mental. Gejala yang bersifat fisik seperti ujung-ujung jari terasa dingin, sakit perut, detak jantung bertambah cepat, berkeringat, tidur tidak nyenyak, nafsu makan hilang, dan sesak nafas. Gejala yang bersifat mental seperti adanya rasa takut, perasaan khawatir, sulit konsentrasi, tidak berdaya, rasa rendah diri, hilangnya rasa percaya diri, dan perasaan tidak nyaman.

Menurut Mash dan Wolfe (dalam Ninawati dan Kuryadi, 2006) gejala-gejala kecemasan melalui tiga macam sistem reaksi yaitu secara fisik seperti sakit perut, mual, jantung berdebar kencang, pusing, pandangan mengabur, mulut kering, otot tegang, muka memerah, muntah-muntah, berkeringat. Lalu secara kognitif, seperti takut disakiti, tidak menghargai diri sendiri, sulit konsentrasi, takut kelihatan bodoh, takut dirinya kotor. Sedangkan yang terakhir secara behavioral, seperti menangis, berteriak, menggigit-gigit kuku, gagap, menghisap ibu jari, menghindar dari kontak mata dan sebagainya.

Dari uraian diatas dapat disimpulkan bahwa gejala-gejala yang muncul dari kecemasan belajar dapat bersifat fisik dan psikis. Yang termasuk gejala-gejala yang bersifat fisik, adalah jari-jari tangan dingin, detak jantung makin cepat, berkeringat dingin, kepala pusing, nafsu makan berkurang, tidur tidak nyenyak, sesak nafas, sakit kepala, sakit perut tanpa ada sebab fisik, menggigit kuku, berkeringat, berbicara tersendat-sendat, kikuk, tidak bisa diam, kebingungan, jantung berdebar-debar, denyut nadi meningkat, nafas pendek atau perasaan tercekik, kedinginan, dada sakit, gemeteran, pingsan, tidak stabil, pelupa, gugup, perut tidak enak dan susah buang air besar.

Kemudian yang termasuk gejala-gejala yang bersifat psikis adalah: ketakutan, merasa akan ditimpa bahaya, tidak dapat memusat perhatian, tidak tenang dan ingin lari dari kenyataan. Dan gejala yang bersifat kognitif seperti takut disakiti, tidak menghargai diri sendiri, sulit konsentrasi, takut kelihatan bodoh, takut dirinya kotor. Sedangkan yang terakhir secara behavioral, seperti menangis, berteriak, menggigit-gigit kuku, gagap, menghisap ibu jari, menghindar dari kontak mata dan sebagainya.

D. *Self Efficacy*

1. *Pengertian self efficacy*

Self efficacy menurut Bandura (Feist dan Feist, 2010) adalah keyakinan seseorang dalam kemampuannya untuk melakukan suatu bentuk kontrol terhadap keberfungsian orang itu sendiri dan kejadian dalam lingkungan.

Sementara itu Baron dan Byrne (dalam Ghufron dan Risnawati, 2010) mendefinisikan efikasi diri (*self efficacy*) sebagai evaluasi seseorang mengenai kemampuan atau kompetensi dirinya untuk melakukan suatu tugas, mencapai tujuan, dan mengatasi hambatan.

Kemudian menurut Santrock (2004) *self efficacy* adalah kepercayaan seseorang atas kemampuannya dalam menguasai situasi dan menghasilkan sesuatu yang menguntungkan. Secara umum *self efficacy* adalah penilaian seseorang terhadap dirinya sendiri atau tingkat keyakinan mengenai seberapa besar kemampuannya dalam mengerjakan suatu tugas tertentu untuk mencapai hasil tertentu (Woolfolk, 1993).

Berdasarkan definisi-definisi diatas, dapat disimpulkan bahwa *self efficacy* merupakan tingkat keyakinan seseorang terhadap kemampuan dirinya mengenai kemampuannya dalam mengerjakan tugas untuk mencapai hasil tertentu.

2. Faktor-Faktor yang Mempengaruhi *Self Efficacy*

Efikasi diri (*self efficacy*) dapat meningkatkan prestasi dan kesejahteraan dalam berbagai cara. Efikasi diri (*self efficacy*) mempengaruhi orang untuk membuat pilihan-pilihan. Orang yang memiliki efikasi diri (*self efficacy*) cenderung memilih tugas-tugas atau kegiatan-kegiatan yang membuat mereka merasa kompeten dan percaya diri, dan sebaliknya akan menghindari kegiatan yang mereka anggap tidak dapat menyelesaikan. Dengan demikian, dapat disimpulkan bahwa apapun faktor yang mempengaruhi sebuah perilaku, pada

dasarnya berakar pada keyakinan bahwa mereka memiliki keyakinan untuk dapat mencapai target yang diharapkan (Hidayat, 2011).

Tinggi rendahnya *self efficacy* seseorang dalam tiap tugas sangat bervariasi. Ini disebabkan adanya beberapa faktor yang berpengaruh dalam mempersepsikan kemampuan diri individu. Menurut Bandura (dalam Andiny, 2008), tingkat *self efficacy* seseorang dipengaruhi oleh:

a. Sifat dari tugas yang dihadapi individu.

Sifat tugas dalam hal ini meliputi tingkat kesulitan dan kompleksitas dari tugas yang dihadapi. Semakin sedikit jenis tugas yang dapat dikerjakan dan tingkat kesulitan tugas yang relative mudah, maka semakin besar kecenderungan individu untuk menilai rendah kemampuannya sehingga akan menurunkan *self efficacy* nya. Namun apabila seseorang tersebut mampu menyelesaikan berbagai macam tugas dengan tingkat kesulitan yang berbeda, maka individu akan menilai dirinya mempunyai kemampuan sehingga akan meningkatkan *self efficacy* nya. Hasil penelitian Hackett (dalam Andiny, 2008) menunjukkan bahwa pengalaman sukses menghasilkan peningkatan *self efficacy* dan minat pada tugas.

b. Insentif eksternal (*reward*) yang diterima individu dari orang lain.

Semakin besar insentif atau *reward* yang diperoleh seseorang dalam menyelesaikan tugas, maka semakin tinggi derajat *self efficacy* nya. Hal ini diperkuat oleh pernyataan Bandura (dalam Andiny, 2008) yang menyatakan bahwa salah satu faktor yang dapat meningkatkan *self efficacy* adalah *competence contingent incentive*, yaitu insentif atau *reward* yang diberikan

oleh orang lain yang merefleksikan keberhasilan seseorang dalam menguasai atau melaksanakan tugas tertentu.

c. Status atau peran individu dalam lingkungannya.

Seseorang yang memiliki status yang lebih tinggi dalam lingkungannya atau kelompoknya akan mempunyai derajat control yang lebih besar pula sehingga memiliki *self efficacy* yang lebih tinggi.

d. Informasi tentang kemampuan diri.

Informasi yang disampaikan orang lain secara langsung bahwa seseorang mempunyai kemampuan tinggi, dapat menambah keyakinan diri seseorang sehingga mereka akan mengerjakan suatu tugas dengan sebaik mungkin. Namun apabila seseorang mendapat informasi kemampuannya rendah maka akan menurunkan *self efficacy* sehingga kinerja yang ditampilkan rendah.

Menurut Bandura (dalam Alwisol, 2009), informasi ini diperoleh melalui empat sumber:

1. Pengalaman keberhasilan (*mastery experiences*)

Hasil kerja yang ditampilkan seseorang dalam menyelesaikan suatu tugas merupakan sumber informasi yang paling berpengaruh karena didasarkan pada pengalaman nyata dalam menguasai suatu tugas. Kesuksesan yang sering didapatkan akan meningkatkan kemampuan diri seseorang, sedangkan kegagalan yang sering dialami akan merendahkan persepsi seseorang mengenai kemampuannya.

2. *Vicarious Experiences* (pengalaman orang lain)

Pengamatan terhadap keberhasilan orang lain yang memiliki kemiripan dengan individu dalam mengerjakan suatu tugas tertentu akan meningkatkan keyakinan dalam mengerjakan tugas tertentu akan meningkatkan keyakinan dalam mengerjakan tugas yang sama. *Self efficacy* seseorang dapat meningkat melalui melakukan observasi terhadap orang lain dan meniru perilaku orang tersebut untuk kemudian membandingkan dengan dirinya.

3. *Verbal Persuasion* (persuasi verbal)

Persuasi verbal merupakan perkataan atau dukungan dari orang lain yang menyatakan bahwa ia memiliki kemampuan. Informasi mengenai kemampuan yang disampaikan secara verbal oleh orang lain yang berpengaruh biasanya digunakan untuk meyakinkan seseorang bahwa mereka cukup mampu dalam melakukan tugas.

4. *Physiological and emotional arousal* (kondisi dalam diri seseorang baik fisik maupun emosional)

Level of arousal dapat memberikan informasi mengenai tingkat *self efficacy* tergantung pada bagaimana *arousal* tersebut diinterpretasi. Bagaimana seseorang menghadapi suatu tugas, apakah cemas atau khawatir (*self efficacy* rendah) atau tertarik (*self efficacy* tinggi) dapat memberikan informasi mengenai *self efficacy* orang tersebut (dalam Andiny, 2008). Dalam menilai kemampuannya, seseorang dipengaruhi oleh informasi tentang keadaan fisiknya untuk menghadapi situasi tertentu dengan memperhatikan keadaan fisiologisnya.

Menurut Bandura (dalam Alwisol, 2009) efikasi diri (*self efficacy*) dapat diperoleh, diubah, ditinggalkan atau diturunkan, melalui salah satu atau kombinasi empat sumber, yakni bersumber dari empat hal yaitu pengalaman keberhasilan, *vicarious experiences*, *verbal persuasion*, *physiological and emotional arousal*.

3. Aspek-aspek *Self Efficacy*

Menurut Bandura (dalam Suseno, 2009), *self efficacy* individu terdiri atas tiga dimensi, yaitu *level*, *generality*, dan *strength*, maka dimensi *self efficacy* mengacu pada tiga dimensi tersebut. Masing-masing dimensi tersebut mempunyai implikasi penting dalam bidang akademik individu, yang secara lebih jelas dapat dideskripsikan sebagai berikut:

a. *level* (Tingkat kesulitan tugas)

Tingkat kesulitan tugas yaitu berhubungan dengan tingkat kesulitan suatu tugas. Individu akan mencoba perilaku yang dirasa mampu dilakukan dan akan menghindari situasi dan perilaku diluar batas kemampuan yang dirasakan. Jika seseorang dihadapkan pada tugas yang disusun menurut tingkat kesulitan, maka *self efficacy* akan diarahkan pada tugas yang mudah, sedang atau sulit sesuai dengan batas kemampuan yang dirasakan untuk memenuhi tuntutan perilaku yang dibutuhkan masing-masing tingkatan kesulitan.

b. *Generality* (keluasan)

Dimensi ini merupakan keluasan yang berhubungan dengan luas bidang perilaku. Beberapa pengharapan terbatas pada bidang tingkah laku yang khusus dan beberapa pengharapan mungkin menyebar meliputi berbagai bidang tingkah laku. Luas bidang perilaku (*generality*) ialah sejauh mana individu yakin akan

kemampuannya dalam berbagai situasi tugas, mulai dari saat melakukan suatu aktivitas atau situasi tertentu hingga dalam serangkaian tugas atau situasi yang bervariasi.

c. *Strength* (kekuatan)

Dimensi ini merupakan derajat kemampuan individu terhadap keyakinan dan penghargaannya. Seseorang dengan *self efficacy* yang lemah akan mudah menyerah pada pengalaman-pengalaman yang tidak menunjang. Sedangkan seseorang dengan *self efficacy* yang tinggi akan mendorong individu untuk tetap bertahan dalam usahanya walaupun ditemukan pengalaman yang tidak menunjang atau menghambat.

Berdasarkan penjelasan di atas, maka dapat disimpulkan bahwa dimensi *self efficacy* dibagi atas bagian yaitu: *Magnitude* (tingkat kesulitan tugas), *generality* (generalitas), dan *strength* (kekuatan keyakinan).

4. Ciri-ciri *Self Efficacy*

Menurut Robbins (2001) ciri-ciri orang memiliki *self efficacy* yang tinggi antara lain :

- a. Dapat menangani secara efektif situasi yang mereka hadapi (dapat mengatasi masalah dengan baik).
- b. Yakin terhadap kesuksesan dalam mengatasi rintangan (Percaya bahwa dapat mengatasi masalah).
- c. Gigih dalam berusaha (Semangat berusaha dalam mencapai sesuatu).

- d. Percaya pada kemampuan diri yang memiliki (yakin bahwa individu tersebut memiliki kelebihan pada dirinya).
- e. Memiliki motivasi (Memiliki dorongan yang kuat pada dirinya).
- f. Tidak terpengaruh oleh situasi yang mengancam (Tetap dapat melakukan sesuatu meskipun situasi yang dihadapi sulit).

Sedangkan ciri-ciri orang yang memiliki *self efficacy* rendah antara lain :

- a. Mudah menyerah dan putus asa
- b. Ragu-ragu akan kemampuan dirinya
- c. Tidak gigih dalam berusaha
- d. Memiliki kepercayaan diri yang rendah
- e. Mudah terpengaruh oleh situasi

5. Proses-proses *Self Efficacy*

Bandura (dalam Andiny, 2008) menguraikan proses psikologis *self efficacy* dalam mempengaruhi fungsi manusia. Proses tersebut dapat dijelaskan melalui cara-cara dibawah ini :

- a. Proses kognitif

Dalam melakukan tugas akademiknya, individu menetapkan tujuan dan sasaran perilaku sehingga individu dapat merumuskan tindakan yang tepat untuk mencapai tujuan tersebut. Penetapan sasaran pribadi tersebut dipengaruhi oleh penilaian individu akan kemampuan kognitifnya.

Fungsi kognitif memungkinkan individu untuk memprediksi kejadian-kejadian sehari-hari yang akan berakibat pada masa depan. Asumsi yang timbul

pada aspek kognitif ini adalah semakin efektif kemampuan individu dalam analisis dan dalam berlatih mengungkapkan ide-ide atau gagasan-gagasan pribadi, maka akan mendukung individu bertindak dengan tepat untuk mencapai tujuan yang diharapkan. Individu akan meramalkan kejadian dan mengembangkan cara untuk mengontrol kejadian yang mempengaruhi hidupnya. Keahlian ini membutuhkan proses kognitif yang efektif dari berbagai macam informasi.

b. Proses motivasi

Motivasi individu timbul melalui pemikiran optimis dari dalam dirinya untuk mewujudkan tujuan yang diharapkan. Individu berusaha memotivasi diri dengan menetapkan keyakinan pada tindakan yang akan dilakukan, merencanakan tindakan yang akan direalisasikan. Terdapat beberapa macam motivasi kognitif yang dibangun dari beberapa teori yaitu atribusi penyebab yang berasal dari teori atribusi dan pengharapan akan hasil yang terbentuk dari teori nilai-pengharapan.

Self efficacy mempengaruhi atribusi penyebab, dimana individu yang memiliki *self efficacy* yang tinggi menilai kegagalannya dalam mengerjakan tugas akademik disebabkan oleh kurangnya usaha, sedangkan individu dengan *self efficacy* yang rendah menilai kegagalannya disebabkan oleh kurangnya kemampuan.

c. Proses afeksi

Afeksi terjadi secara alami dalam diri individu dan berperan dalam menentukan intensitas pengalaman emosional. Afeksi ditujukan dengan

mengontrol kecemasan dan perasaan depresif yang menghalangi pola-pola pikir yang benar untuk mencapai tujuan.

Proses afeksi berkaitan dengan kemampuan mengatasi emosi yang timbul pada diri sendiri untuk mencapai tujuan yang diharapkan. Kepercayaan individu terhadap kemampuannya mempengaruhi tingkat stress dan depresi yang dialami ketika menghadapi tugas yang sulit atau bersifat mengancam. Individu yang yakin dirinya mampu mengontrol ancaman tidak akan membangkitkan pola pikir yang mengganggu. Individu yang tidak percaya akan kemampuannya yang dimiliki akan mengalami kecemasan karena tidak mampu mengolah ancaman tersebut.

d. Proses seleksi

Proses seleksi berkaitan dengan kemampuan individu untuk menyeleksi tingkah laku dan lingkungan yang tepat, sehingga dapat mencapai tujuan yang diharapkan. Ketidakmampuan individu dalam melakukan seleksi tingkah laku membuat individu tidak percaya diri, bingung, dan mudah menyerah ketika menghadapi masalah atau situasi sulit. *Self efficacy* dapat membentuk hidup individu melalui pemilihan tipe aktivitas dan lingkungan. Individu akan mampu melaksanakan aktivitas yang menantang dan memilih situasi yang diyakini mampu menangani. Individu akan memelihara kompetensi, minat, hubungan sosial atas pilihan yang ditentukan.

Dari uraian tersebut, dapat disimpulkan bahwa terdapat beberapa proses-proses dalam *self efficacy* meliputi proses kognitif, proses motivasi, proses afeksi, dan proses seleksi.

6. Fungsi *Self Efficacy*

Teori *self efficacy* menyatakan bahwa persepsi mengenai kemampuan seseorang akan mempengaruhi pikiran, perasaan, motivasi, dan tindakannya. Bandura (dalam Andiny, 2008) menjelaskan bahwa ketika perasaan *self efficacy* telah terbentuk, maka akan sulit untuk berubah. Kepercayaan mengenai *self efficacy* merupakan penentu yang kuat dari tingkah laku. Terdapat beberapa fungsi dari *self efficacy*, yaitu (dalam Andiny, 2008):

- a. Untuk menentukan pemilihan tingkah laku. Orang cenderung akan melakukan tugas tertentu dimana ia merasa memiliki kemampuan yang baik untuk menyelesaikannya. Jika seseorang memiliki keyakinan diri yang besar bahwa ia mampu mengerjakan tugas tertentu, maka ia akan lebih memilih mengerjakan tugas tersebut daripada tugas yang lainnya. Ini menunjukkan bahwa *self efficacy* juga menjadi pendorong timbulnya suatu tingkah laku.
- b. Sebagai penentu besarnya usaha dan daya tahan dalam mengatasi hambatan atau pengalaman aversif. Bandura (dalam Andiny, 2008) mengatakan bahwa *self efficacy* menentukan berapa lama individu dapat bertahan dalam mengatasi hambatan dan situasi yang kurang menyenangkan. *Self efficacy* yang tinggi akan menurunkan kecemasan yang menghambat penyelesaian tugas, sehingga mempengaruhi daya tahan individu. Dalam belajar, orang dengan *self efficacy* tinggi cenderung menunjukkan usaha yang lebih keras daripada orang-orang dengan tingkat *self efficacy* yang rendah.

- c. Mempengaruhi pola pikir dan reaksi emosional. Beck (dalam Andiny, 2008) menyatakan bahwa *self efficacy* mempengaruhi pola pikir dan reaksi emosional individu, baik dalam menghadapi situasi saat ini maupun dalam mengantisipasi situasi yang akan datang. Orang-orang dengan *self efficacy* yang rendah selalu menganggap dirinya kurang mampu menangani situasi yang dihadapinya. Dalam mengantisipasi keadaan, mereka juga cenderung mempersepsikan masalah-masalah yang akan timbul jauh lebih berat daripada yang sesungguhnya. Collins (dalam Andiny, 2008) menyatakan bahwa *self efficacy* yang dipersepsikan membentuk cara berpikir kausal seseorang. Dalam mencari pemecahan masalah yang rumit, individu dengan *self efficacy* yang tinggi akan mempersepsikan dirinya sebagai orang yang berkopetensi tinggi. Ia akan merasa tertantang jika dihadapkan dengan tugas-tugas dengan tingkat kesulitan dan resiko yang tinggi. Sebaliknya, orang dengan *self efficacy* yang rendah akan menganggap dirinya tidak kompeten dan menganggap kegagalan akibat dari ketidakmampuannya. Individu seperti ini lebih sering merasa pesimis terhadap hasil yang akan diperoleh, mudah mengalami stress dan mudah putus asa.
- d. Sebagai peramal tingkah laku selanjutnya. Individu dengan *self efficacy* tinggi memiliki minat dan keterlibatan yang tinggi dan lebih baik dengan lingkungannya. Demikian juga dalam menghadapi tugas, dimana keyakinan mereka juga tinggi. Mereka tidak mudah putus asa dan menyerah dalam mengatasi kesulitan dan mereka akan menampilkan usaha yang lebih keras lagi. Sebaliknya individu dengan *self efficacy* yang rendah cenderung lebih

pemalu dan kurang terlibat dalam tugas yang di hadapi. Selain itu mereka lebih banyak pasrah dalam menerima hasil dan situasi yang dihadapi daripada berusaha merubah keadaan.

E. Hubungan *Self Efficacy* dengan Kecemasan Belajar Kimia

Self efficacy menurut Bandura (Feist dan Feist, 2010) adalah keyakinan seseorang dalam kemampuannya untuk melakukan suatu bentuk kontrol terhadap keberfungsian orang itu sendiri dan kejadian dalam lingkungan. Kemudian Woolfolk (dalam Andiny, 2008) mengatakan secara umum *self efficacy* adalah penilaian seseorang terhadap dirinya sendiri atau tingkat keyakinan mengenai seberapa besar kemampuannya dalam mengerjakan suatu tugas tertentu untuk mencapai hasil tertentu.

Kemudian Gist dan Mitchell juga mengatakan bahwa *self efficacy* dapat membawa pada perilaku yang berbeda diantara individu dengan kemampuan yang sama karena *self efficacy* mempengaruhi pilihan, tujuan, pengatasan masalah, dan kegigihan dalam berusaha (Ghufron dan Risnawati, 2010). Berdasarkan definisi-definisi diatas, dapat disimpulkan bahwa *self efficacy* merupakan tingkat keyakinan seseorang terhadap dirinya sendiri mengenai kemampuannya dalam mengerjakan tugas untuk mencapai hasil tertentu.

Dale Schunk (dalam Santrock, 2004) mengaplikasikan *self efficacy* ini pada banyak aspek dari prestasi murid. Menurutnya, konsep ini mempengaruhi pilihan aktivitas oleh murid. Murid dengan *self efficacy* rendah banyak menghindari banyak tugas belajar, khususnya yang menantang dan sulit,

sedangkan murid dengan level *self efficacy* yang tinggi mau mengerjakan tugas-tugas seperti itu. Murid dengan level *self efficacy* tinggi mungkin untuk berusaha menguasai tugas pembelajaran ketimbang murid yang berlevel rendah.

Collins (dalam Andiny, 2008) menyatakan bahwa *self efficacy* yang dipersepsikan membentuk cara berpikir kausal seseorang. Dalam mencari pemecahan masalah yang rumit, individu dengan *self efficacy* yang tinggi akan mempersepsikan dirinya sebagai orang yang berkopetensi tinggi. Ia akan merasa tertantang jika dihadapkan dengan tugas-tugas dengan tingkat kesulitan dan resiko yang tinggi. Sebaliknya, orang dengan *self efficacy* yang rendah akan menganggap dirinya tidak kompeten dan menganggap kegagalan akibat dari ketidakmampuannya. Sehingga mengakibatkan timbulnya kecemasan pada diri murid yang memiliki *self efficacy* rendah.

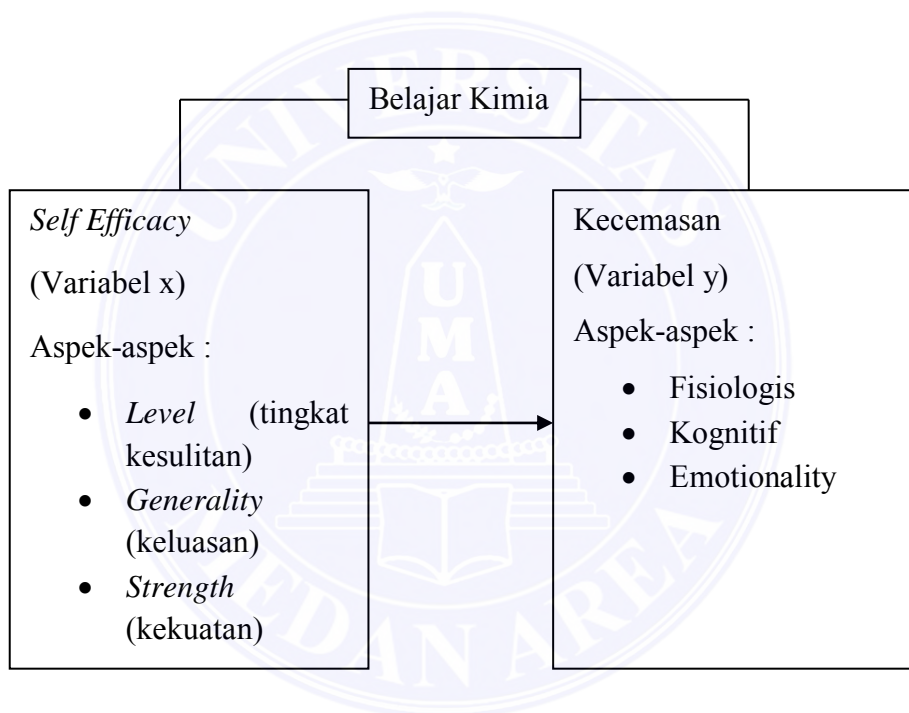
Atkinson, dkk (dalam Ninawati dan Kuryadi, 2006) mengatakan kecemasan merupakan emosi yang tidak menyenangkan, yang ditandai dengan istilah-istilah seperti “kekhawatiran”, “keprihatinan”, dan rasa “takut” yang kadang-kadang kita alami dalam tingkat yang berbeda-beda. Kemudian Kaplan, Sadock, dan Grebb (dalam Adeleya, 2008), menyatakan bahwa kecemasan adalah respons terhadap situasi tertentu yang mengancam, dan merupakan hal yang normal terjadi menyertai perkembangan, perubahan, pengalaman baru atau yang belum dilakukan, serta dalam menemukan indikasi diri dan arti hidup.

Berdasarkan uraian diatas maka dapat disimpulkan bahwa kepercayaan diri dengan kecemasan belajar pada siswa sangat penting pengaruhnya dalam

terlaksananya dan terwujudnya tujuan pendidikan, jika memiliki *self efficacy* yang tinggi maka siswa akan memiliki tingkat kecemasan yang rendah, sehingga mampu meningkatkan kematangan siswa dalam belajar.

Uraian diatas menjelaskan bahwa kecemasan belajar kimia akan dapat diatasi salah satunya dengan meningkatkan keyakinan diri (*self efficacy*) pada siswa.

F. Kerangka Konseptual



G. Hipotesis

Dalam penelitian ini hipotesis yang diajukan adalah adanya hubungan yang negatif antara *self efficacy* dengan kecemasan dalam belajar kimia pada siswa. Dengan arti semakin tinggi *self efficacy* maka semakin rendah kecemasan siswa dalam belajar kimia. Sebaliknya jika semakin rendah *self efficacy* siswa maka semakin tinggi kecemasan siswa dalam belajar kimia.

