

## **BAB II**

### **KAJIAN PUSTAKA**

#### **A. Motivasi Belajar**

##### **1. Pengertian Motivasi Belajar**

Menurut Kamus Besar Bahasa Indonesia, motivasi adalah : a) dorongan yang timbul pada diri seseorang untuk sadar atau tidak sadar melakukan suatu tindakan dengan tujuan tertentu. b) usaha yang dapat menyebabkan seseorang atau kelompok orang tertentu tergerak untuk melakukan sesuatu karena ingin mencapai tujuan yang dikehendakinya untuk mendapatkan kepuasan dengan perbuatannya. Menurut Mc.Donald (dalam Djamarah 2008:148) yang mengatakan bahwa motivasi adalah suatu perubahan energi didalam pribadi seseorang yang ditandai dengan timbulnya afektif (perasaan) dan reaksi untuk mencapai tujuan. Belajar sendiri merupakan sebuah proses yang dilakukan individu untuk memperoleh pengetahuan dan pengalaman baru yang diwujudkan dalam bentuk perubahan tingkah laku yang relatif permanen dan menetap disebabkan adanya interaksi individu dengan lingkungan belajarnya. Menurut Nana Sudjana (2005), belajar adalah suatu proses yang ditandai dengan adanya perubahan pada diri seseorang. Sedangkan Motivasi Belajar menurut Sardiman (2011) adalah keseluruhan daya penggerak di dalam diri siswa yang menimbulkan kegiatan belajar, yang menjamin kelangsungan dari kegiatan belajar dan yang memberikan arah pada kegiatan belajar, sehingga tujuan yang dikehendaki oleh subjek belajar dapat tercapai.

Sama halnya menurut Dimiyati dan Mujiono (2009) yang menyatakan bahwa motivasi merupakan dorongan mental yang menggerakkan dan mengarahkan perilaku manusia, termasuk dalam kegiatan belajar motivasi mendorong seseorang untuk belajar untuk mencapai tujuan yang diinginkannya.

## **2. Komponen Motivasi Belajar**

Tiga kebutuhan menurut Reksomadiprojo dan Handoko (1996:85) yaitu:

1. Kebutuhan prestasi tercermin dari keinginan mengambil tugas yang dapat dipertanggung jawabkan secara pribadi atas perbuatan-perbuatannya. Ia menentukan tujuan yang wajar dapat memperhitungkan resiko dan ia berusaha melakukan sesuatu secara kreatif dan inovatif.
2. Kebutuhan afiliasi, kebutuhan ini ditujukan dengan adanya bersahabat.
3. Kebutuhan kekuasaan, kebutuhan ini tercermin pada seseorang yang ingin mempunyai pengaruh atas orang lain, dia peka terhadap struktur pengaruh antar pribadi dan ia mencoba menguasai orang lain dengan mengatur perilakunya dan membuat orang lain terkesan kepadanya, serta selalu menjaga reputasi dan kedudukannya.

## **3. Indikator Motivasi belajar**

Menurut Uno (2007) motivasi belajar pada hakikatnya merupakan suatu dorongan baik internal maupun eksternal pada siswa yang sedang belajar. Melalui motivasi belajar siswa akan mengalami perubahan tingkah laku untuk tergerak melakukan kegiatan belajar. Motivasi mempunyai peranan besar dalam keberhasilan seseorang dalam belajar. Uno (2007) mengklasifikasikan indikator yang mempengaruhi motivasi belajar, yaitu sebagai berikut:

- a. adanya hasrat dan keinginan berhasil,
- b. adanya dorongan dan kebutuhan dalam belajar,
- c. adanya harapan dan cita-cita masa depan,
- d. adanya penghargaan dalam, adanya kegiatan yang menarik dalam belajar
- e. adanya lingkungan belajar yang kondusif.

Dari indikator-indikator yang mendukung motivasi belajar tersebut, memungkinkan seseorang siswa akan dapat belajar dengan baik, sehingga mampu menghasilkan prestasi belajar yang baik pula.

#### **4. Faktor yang mendukung dan menghambat motivasi belajar**

Menurut Dimiyati dan Mujiono (2009) faktor-faktor yang mempengaruhi atau mendukung motivasi belajar adalah sebagai berikut:

- a. cita-cita atau aspirasi siswa
- b. kemampuan belajar
- c. kondisi jasmani dan rohani siswa
- d. kondisi lingkungan kelas
- e. unsurunsur dinamis belajar, dan
- f. upaya guru dalam membelajarkan siswa

Menurut Arden N. Frandsen (Farozin, 2011:48) faktor yang menghambat motivasi belajar adalah

1. Cemas,
2. Merasa tidak aman,
3. Tercekam rasa takut, dan gelisah.
4. Sikap dan kebiasaan belajar yang buruk,
5. tidak menyenangi mata pelajaran tertentu,
6. malas belajar, tidak memiliki waktu belajar yang teratur, dan kurang terbiasa membaca buku mata pelajaran.

#### **5. Macam – macam motivasi belajar**

Macam-macam motivasi dapat dilihat dari berbagai sudut pandang.

- a. Pertama, menurut Sardiman (2011) motivasi dilihat dari dasar pembentukannya terdiri dari motif bawaan dan motif yang dipelajari. Motivasi bawaan adalah motif yang dibawa sejak lahir, jadi motivasi tersebut ada tanpa dipelajari. Misalnya, dorongan untuk makan, minum, bekerja, beristirahat, dan seksual. Motif yang dipelajari adalah motif-motif yang timbul karena dipelajari. Misalnya, dorongan untuk

mempelajari satu cabang ilmu pengetahuan, dorongan untuk mengajar sesuatu dimasyarakat.

- b. Kedua, Sardiman (2011) mengklasifikasikan motivasi menjadi motivasi jasmaniah dan motivasi rohaniah. Yang termasuk motivasi jasmaniah seperti misalnya: refleks, insting otomatis, dan nafsu. Sedangkan yang termasuk rohaniah adalah kemauan.
- c. Ketiga, menurut Sardiman (2011) motivasi diklasifikasikan berdasarkan jalarannya menjadi motivasi intrinsik dan ekstrinsik. Motivasi intrinsik adalah motif-motif yang menjadi aktif atau berfungsinya tidak perlu dirangsang dari luar, karena dalam diri setiap individu sudah ada dorongan untuk melakukan sesuatu. Motivasi ekstrinsik adalah motif-motif yang aktif dan berfungsinya karena adanya perangsang dari luar.

## **6. Fungsi dari motivasi belajar**

Menurut Sardiman (2011) fungsi motivasi belajar ada tiga yaitu,

- a. Mendorong manusia untuk berbuat, motivasi dalam hal ini merupakan motor penggerak siswa untuk melakukan kegiatan belajar.
- b. Menentukan arah perbuatan, dalam hal ini motivasi dapat memberikan arah dan kegiatan yang harus dikerjakan sehingga siswa tahu apa yang harus dilakukannya
- c. Menyeleksi perbuatan, yakni menentukan perbuatan-perbuatan apa yang harus dikerjakan yang serasi guna mencapai tujuan, dengan menyisihkan perbuatan yang tidak bermanfaat dengan tujuan tersebut.

Dapat diketahui bahwa motivasi belajar merupakan daya pendorong atau penggerak didalam diri yang menimbulkan kegiatan belajar dan yang memberikan arah pada kegiatan belajar, sehingga tujuan yang dikehendaki siswa dapat tercapai. Motivasi akan membangkitkan semangat dalam belajar. Apabila motivasi siswa dalam belajar tinggi, maka hasil tingkat kecemasan akan menurun dan sebaliknya jika motivasi belajar siswa rendah, maka hasil kecemasan akan menjadi meningkat.

## **B. Kecemasan**

### **1. Pengertian Ansietas/Kecemasan**

Ansietas/Kecemasan adalah keadaan emosional yang mempunyai perasaan tegang yang tidak menyenangkan atau keadaan khawatir yang mengeluhkan bahwa sesuatu yang buruk akan segera terjadi. Menurut Freud (dalam Alwisol, 2005) mengatakan bahwa kecemasan adalah fungsi ego untuk memperingatkan individu tentang kemungkinan datangnya suatu bahaya sehingga dapat disiapkan reaksi adaptif yang sesuai.

Kecemasan merupakan perasaan subjektif mengenai ketegangan mental yang membuat individu merasa gelisah sebagai reaksi dari tidak adanya rasa aman individu untuk mengatasi suatu masalah. Ada individu yang merasa cemas biasanya perasaan yang dirasakan tidak menyenangkan dan akan menimbulkan suatu reaksi fisiologis seperti (gemetar, berkeringat, dan detak jantung meningkat) dan juga reaksi psikologis seperti (panik, tegang, bingung dan tidak bisa berkonsentrasi) bagi individu tersebut. Menurut Nevid (2005) kecemasan adalah suatu keadaan apprehensi atau keadaan khawatir yang mengeluhkan bahwa sesuatu yang buruk akan segera terjadi.

Kecemasan suatu keadaan emosi yang tidak stabil, seperti mengalami tekanan perasaan (frustasi) dan pertentangan batin (konflik) yang individu alami, maka perasaan itu akan muncul melalui emosi yang disadari individu maupun yang tidak disadari. Contoh dari segi yang disadari dari kecemasan tampak seperti rasa takut, terkejut, rasa lemah, rasa berdosa, rasa terancam.

Sementara dari segi yang tidak disadari dari cemas tampak dalam keadaan individu yang merasakan takut tanpa mengetahui faktor-faktor yang mendorongnya pada keadaan tersebut (Rochman, 2010). Kecemasan juga memiliki arti sebagai emosi yang tidak menyenangkan

dan ditandai dengan kekhawatiran, keprihatinan dan rasa takut (Carpenito dan Moyet, 2006).

Pengertian lain menjelaskan kecemasan sebagai perasaan suasana hati negatif yang memunculkan reaksi jasmani seperti tekanan fisik dan keprihatinan akan masa yang akan datang (Barlow dan Durand, 2002). Kecemasan merupakan gangguan psikologis yang mencakup ketegangan motorik (bergetar, tidak dapat duduk tenang, tidak dapat bersantai, panik, tegang, bingung dan tidak bisa berkonsentrasi); hiperaktivitas (pusing, jantung berdetak cepat dan juga berkeringat); dan harapan-harapan dan pikiran-pikiran yang mendalam (King, 2010). Semakin tinggi frustrasi yang dialami, semakin besar pula tingkat kecemasannya. Sumber-sumber frustrasi adalah pada usaha pemenuhan kebutuhan, kondisi fisik pada individu serta lingkungan.

Kecemasan dalam hal kaitannya dengan proses pembelajaran, seringnya dikatakan sebagai bentuk kecemasan akademis. Kecemasan akademis adalah perasaan berbahaya, takut, atau tegang sebagai akibat adanya tekanan di sekolah (O'Connor, 2007).

## **2. Indikator Kecemasan**

Kecemasan akademis memiliki empat indikator karakteristik, yaitu pola kecemasan yang menimbulkan aktivitas mental, perhatian yang menunjukkan arah yang salah, distress fisik dan termanifestasi dalam perilaku yang kurang tepat (Ottens, 1991).

### *a. Patterns of anxiety-engendering mental activity* (pola-pola kecemasan yang menyebabkan kecemasan mental)

Individu menunjukkan pemikiran, persepsi dan pandangan yang mengarah pada kesulitan akademik yang akan dihadapi. Ada tiga hal penting dalam pola kecemasan yang menyebabkan kecemasan mental, yaitu: pertama dan yang terpenting adalah rasa khawatir. Siswa sering merasa tidak aman dan mencemaskan segala sesuatu yang mereka lakukan menjadi salah. Kedua, siswa yang cemas

secara akademik melakukan “self-dialogue” yang maladaptive berbentuk kritikan keras terhadap diri sendiri, menyalahkan diri sendiri, dan self talk yang menimbulkan perasaan cemas yang berkontribusi pada kepercayaan diri yang rendah dan penyelesaian masalah yang tidak teratur. Ketiga adalah pengertian dan keyakinan yang keliru mengenai diri sendiri. Siswa memiliki keyakinan yang salah tentang isu-isu mengenai self-worth, cara terbaik untuk memotivasi diri sendiri, dan bagaimana cara mengatasi kecemasan dan kesalahan dalam isu-isu inilah yang memicu adanya kecemasan akademik.

b. *Misdirected attention* (perhatian ke arah yang salah)

Pada umumnya siswa diharapkan dapat berkonsentrasi penuh pada tugas akademik seperti membaca buku, mengikuti ujian, atau menyelesaikan pekerjaan rumah. Tetapi siswa yang cemas membiarkan perhatian mereka teralihkan. Perhatian dapat terganggu oleh faktor eksternal (tindakan siswa lain, suara jam, suara bising) atau faktor internal (khawatir, lamunan, dan reaksi fisik). Perhatian yang teralihkan bekerja dalam 2 cara, yaitu pertama, jika siswa membiarkan perhatiannya teralihkan, siswa tidak dapat bekerja secara efisien. Kedua, jika siswa fokus pada rasa khawatir maka ia akan menjadi bingung secara emosional.

c. *Physiological distress* (distres secara fisik)

Banyak perubahan yang terjadi pada tubuh yang dihubungkan dengan kecemasan seperti otot menjadi kaku, berkeringat, jantung berdetak lebih cepat, dan tangan gemetar. Aspek-aspek emosional dan fisik dari kecemasan dapat sangat mengganggu jika diinterpretasikan sebagai hal yang berbahaya atau menjadi fokus perhatian yang penting selama menjalankan tugas akademik.

d. *Inappropriate behaviours* (perilaku yang kurang tepat)

Siswa yang mengalami kecemasan akademik memilih untuk berperilaku semakin menyulitkan diri mereka sendiri. Menunda

(procastination) adalah hal yang umum dijumpai, seperti menghindari dari pelaksanaan tugas (berbicara dengan teman pada saat belajar). Kecemasan akademik juga tampak pada siswa yang menjawab soal-soal ujian secara terburu-buru atau terlalu teliti dalam ujian untuk menghindari kesalahan. Tindakan yang tidak tepat lainnya adalah siswa memilih untuk terlalu memaksakan diri sendiri pada saat ia tegang dibandingkan bersantai sejenak.

### **3. Faktor-Faktor yang mempengaruhi Kecemasan**

Menurut Akhmad Sudrajat (2008) ada 3 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.

### **4. Upaya untuk mencegah kecemasan**

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 di sekolah. Upaya-upaya tersebut menurut Akhmad Sudrajat (2008)



diantaranya dapat dilakukan melalui: a. Menciptakan suasana pembelajaran yang menyenangkan b. Selama kegiatan pembelajaran berlangsung guru seyogyanya dapat mengembangkan sense of humor dirinya maupun para siswanya c. Melakukan kegiatan selingan, misalnya game. d. Sewaktu-waktu ajaklah siswa untuk melakukan kegiatan pembelajaran di luar kelas, sehingga dalam proses pembelajaran tidak selamanya siswa harus terkurung di dalam kelas. e. Memberikan materi dan tugas-tugas akademik dengan tingkat kesulitan yang moderat, artinya tidak terlalu mudah dan tidak terlalu sulit.

### C. Kerangka Berfikir

Pendidikan adalah kebutuhan dasar untuk usaha meningkatkan kualitas sumber daya manusia. Tujuan dari pendidikan ialah untuk membantu lahirnya manusia yang berkualitas dan berkompeten. Kurikulum 2013 (K13) melahirkan berbagai perubahan dalam pendidikan di Indonesia, tidak terkecuali pada jenjang SMP dan SMA. Penjurusan yang dulu ditentukan pada kelas XI, kini harus dimulai sejak kelas X. Kebijakan tersebut ternyata cukup membuat sekolah dan siswa merasa cemas. Dari studi pendahuluan yang dilakukan peneliti melalui wawancara dengan tiga orang siswa kelas IX pada tanggal 15 september 2016 yang bernama Intan Puspita Ariani, Rini Indah dan Rahayu Cahya, terungkap bahwa mereka sering merasa gelisah dan tidak bisa tidur nyenyak dimalam hari, terkadang merasa pusing. Mereka malas sekali untuk memperbaiki nilai yang mereka rasa kurang selama kelas IX dan tidak ada dorongan atau semangat belajar. Saat dikelaspun mereka sering melamun dan tidak memperhatikan apa yang guru terangkan. Dalam satu minggu biasanya mereka membolos 2 sampai 3 kali, alasan mereka membolos karena jam pelajaran ditambah dan semakin lama. Mereka merasa bahwa ketentuan kurikulum 2013 yang mengharuskan pemilihan jurusan dikelas X sangat membuat beban, mereka sangat cemas dengan ketentuan baru itu. Adanya perubahan yang cepat tidak diiringi dengan persiapan dan kemampuan adaptasi yang baik akan menimbulkan motivasi belajar menurun. Sedangkan wawancara pada salah satu guru di SMP Swasta, beliau menjelaskan bahwa kurikulum 2013 (K13) ini banyak membuat siswa kebingungan mengambil jurusan IPA/IPS. Target kurikulumnya juga terlalu tinggi, SMP Giki 2 merupakan salah satu sekolah swasta yang dipilih oleh pemerintah untuk menjalankan program kurikulum 2013 (K13). Dengan berjalannya kurikulum 2013 ini, peran guru sangat penting untuk dapat menerapkan dan menjalankan kurikulum ini. Kondisi ini diimbangi dengan prestasi siswa dalam belajar.

Dalam hal lain, memang butuh waktu dan perencanaan yang matang. Tidak banyak dari siswa yang sering membolos tidak masuk sekolah, dikarenakan

jam belajar mereka ditambah dan model pembelajarannya baru. Ada yang tidak mengikuti pelajaran tertentu seperti pelajaran matematika dan fisika, banyak yang tidak hadir saat bimbingan belajar di kelas setelah pulang sekolah. Ada yang sering ijin keluar kelas dan banyak tugas-tugas yang diberikan oleh guru tidak mereka kerjakan. Memang tidak semua siswa melakukan hal tersebut, namun semenjak berjalannya kurikulum 2013 ini jumlah siswa yang tidak mematuhi aturan meningkat. Mungkin mereka juga memerlukan adaptasi dengan kurikulum 2013. Dari tindakan yang mereka lakukan ini berdampak pada nilai mereka, dan menurunnya motivasi mereka untuk belajar. Banyak dari mereka yang sudah duduk dikelas X merasa tidak nyaman di jurusan yang mereka ambil sekarang dikelas X. Dari hasil tersebut, dapat dilihat bahwa banyak siswa yang merasa cemas dan mempengaruhi motivasi belajar mereka, kecemasan adalah suatu perasaan subjektif yang membuat individu merasa gelisah dan khawatir sebagai reaksi dari tidak adanya rasa aman dan tidak mempunyai individu untuk mengatasi suatu masalah. Kecemasan mempengaruhi banyak hal dalam diri individu.

Kecemasan dalam hal kaitannya dengan proses pembelajaran, seringkali dikatakan sebagai bentuk kecemasan akademis. Kecemasan akademis adalah perasaan berbahaya, takut, atau tegang sebagai akibat adanya tekanan di sekolah (O'Connor, 2007). Banyak faktor yang mempengaruhi kecemasan akademik salah satunya mengenai target kurikulum yang terlalu tinggi, pemberian tugas yang banyak, serta sistem penilaian yang sangat ketat dapat menjadi faktor penyebab timbulnya kecemasan yang bersumber dari faktor kurikulum. Sehingga memunculkan suatu masalah yang membuat banyak siswa menurun motivasi belajarnya.

Sedangkan motivasi belajar merupakan daya pendorong atau penggerak didalam diri yang menimbulkan kegiatan belajar dan yang memberikan arah pada kegiatan belajar, sehingga tujuan yang dikehendaki siswa dapat tercapai. Kecemasan merupakan salah satu faktor yang menghambat motivasi belajar siswa. Kecemasan dapat mempengaruhi proses belajar siswa. Karenanya, apabila motivasi siswa dalam belajar tinggi, maka tingkat kecemasan akan menurun dan

sebaliknya jika motivasi belajar siswa rendah, maka tingkat kecemasan akan menjadi meningkat.

#### **D. Hipotesis**

Berdasarkan uraian kerangka berfikir yang telah dikemukakan, maka dapat dirumuskan dalam penelitian sebagai berikut :

“ada hubungan negatif antara kecemasan dengan motivasi belajar pada siswa kelas IX SMP Giki 2 Surabaya” artinya, semakin tinggi kecemasan yang dirasakan siswa maka motivasi belajar siswa menurun.

Gambar 2.1. Hubungan negatif antara kecemasan dengan motivasi belajar

