

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

BAB II

TINJAUAN PUSTAKA

A. Kecemasan Menghadapi Sekolah

1. Pengertian Kecemasan

Manusia merupakan makhluk individu sekaligus makhluk sosial. Sebagai makhluk sosial seseorang baik mulai dari anak-anak, remaja, maupun orang tua membutuhkan orang lain. Ketika individu membutuhkan orang lain maka akan terjadi interaksi antar individu, interaksi inilah yang diharapkan akan berhasil dengan baik sehingga terjadi hubungan sosial yang baik juga bagi individu. Namun, hal ini tidaklah mudah untuk dilakukan, banyak hal yang dapat mempengaruhinya salah satunya adalah kecemasan. Kecemasan ialah suatu keadaan susah atau prihatin tentang sesuatu. Itu merupakan salah satu bentuk kegelisahan (*anxiety*) yang ringan, dan keadaan tegang yang tidak mengenakan (Lask, 1989). Kecemasan pada anak sering di alami ketika mereka akan memasuki dunia sekolah.

Hurlock (1978) menjelaskan bahwa kecemasan adalah keadaan mental yang tidak enak berkenaan dengan rasa sakit yang mengancam atau di rasakan. Lebih lanjut dikatakan bahwa kecemasan ditandai oleh kekhawatiran, ketidakenakan, dan perasaan tidak baik dan tidak dapat dihindari oleh seseorang.

Kecemasan dapat membuat anak terhambat perkembangannya karena membuat anak tidak berani berbuat sesuatu, tidak mau bertemu

Hak Cipta Diindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

orang lain, dan tidak mau sekolah. Keadaan yang tidak menyenangkan itu membuatnya sering kabur dan sulit menunjukkan dengan tepat kecemasan itu sendiri yang selalu di rasakan. Kecemasan melibatkan persepsi tentang perasaan yang tidak menyenangkan dan reaksi fisiologis, dengan kata lain kecemasan adalah reaksi atau situasi yang dianggap berbahaya. Kecemasan dalam bentuk ringan merupakan keadaan emosi yang wajar atau normal.

Hurlock (1978) menyatakan bahwa rasa cemas berkembang dari rasa takut dan khawatir, namun disebutkan bahwa rasa cemas dan rasa khawatir ada dua segi: pertama, rasa khawatir berkaitan dengan situasi khusus, seperti test, ujian atau masalah keuangan, sedangkan rasa cemas adalah keadaan emosi yang bersifat umum. Kedua, rasa khawatir disebabkan oleh masalah objektif, sedangkan cemas disebabkan oleh rasa subyektif.

Secara umum, efek kecemasan mengacu pada konsekuensi kognitif dan dapat mengacu kecemasan. Ketika individu menjadi cemas dalam situasi tertentu, secara otomatis pikiran negatif tentang kecemasan muncul. Kecemasan kognitif muncul ketika individu mendapat tugas yang lebih sulit, karena individu berpikir tidak mempunyai keyakinan kemampuan yang memadai dalam menyelesaikan tugas yang lebih berat. Pikiran negatif bahwa diri sendiri inilah yang sering disebut dengan kecemasan kognitif (Kondo dan Ying-Ling, 2004).

Hak Cipta Diindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

Ollendick (dalam De Clerq, 1994) menyatakan bahwa kecemasan menunjuk pada keadaan emosi yang menantang atau tidak menyenangkan yang meliputi interpretasi subjektif dan rangsangan (*arousal*) fisiologis, misalnya bernafas lebih cepat, jantung berdebar-debar dan berkeringat.

Menurut Davidson, dkk (2006) kecemasan adalah suatu perasaan takut dan khawatir yang tidak menyenangkan yang disertai meningkatnya ketegangan fisiologis yang dianggap sebagai suatu dorongan yang menjadi prantara antara suatu situasi yang mengancam dan perilaku menghindar. Kecemasan dapat di ukur dengan *self-report*, dengan mengukur ketegangan fisiologis, dan dengan mengamati perilaku yang tampak.

Dari pemaparan di atas dapat disimpulkan bahwa kecemasan adalah keadaan mental berkenaan dengan rasa sakit atau keadaan yang mengancam, perasaan takut dan khawatir yang tidak menyenangkan yang disertai meningkatnya ketegangan fisiologis.

2. Jenis-Jenis Kecemasan

Freud (dalam Alwisol, 2006) membedakan tiga macam kecemasan berdasarkan sumbernya, yakni kecemasan realistik (*realistic anxiety*), kecemasan neurotik (*neurotic anxiety*), dan kecemasan moral (*moral anxiety*).

Kecemasan realistik adalah rasa takut akan bahaya-bahaya nyata di dunia luar. Kecemasan realistik menjadi asal mula timbulnya kecemasan neurotik dan kecemasan moral. Kecemasan neurotik adalah ketakutan terhadap hukuman yang akan diterima dari orang tua atau figure menguasa

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

lain nya jika individu memuaskan insting dengan caranya sendiri, yang diyakini akan mendapatkan hukuman. Hukuman dan figure pemberi hukuman dalam kecemasan neorotik bersifat khayalan.

Kecemasan moral adalah kecemasan yang timbul ketika individu melanggar standar nilai orang tua. Kecemasan moral dan kecemasan neorotik tampak mirip tetapi memiliki perbedaan prinsip, yakni pada tingkat control *ego*. Pada kecemasan moral, individu tetap rasional memikirkan masalahnya berkat energi *superego* sedangkan pada kecemasan neurotic individu dalam keadaan *distress* terkadang panik sehingga individu tidak dapat berpikir dengan jelas dan energi *id* menghambat penderita kecemasan neorotik untuk membedakan antara khayalan dan kenyataan.

Terdapat beberapa macam kecemasan menurut Sundari (2005) :

- a. Kecemasan karena merasa berdosa atau bersalah.
- b. Kecemasan akibat melihat dan mengetahui bahaya yang akan mengancam dirinya.
- c. Kecemasan dalam bentuk yang kurang jelas, apa yang ditakuti tidak seimbang, bahkan yang ditakuti itu hal atau benda yang tidak berbahaya.

Cattel dan Scheier (dalam De Clerg, 1994) membagi kecemasan menjadi dua macam berdasarkan responnya, yaitu:

- a. *State Anxiety* adalah reaksi emosional sementara yang timbul pada situasi tertentu, yang dirasakan sebagai suatu ancaman. Contohnya:

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

mengikuti ujian, kencan pertama, dan lingkungan baru. Keadaan ini lebih ditentukan oleh perasaan dan ketegangan yang subjektif.

- b. *Trait Anxiety* adalah sensasi kecemasan yang bersifat umum dan tidak mengarah pada sesuatu yang spesifik. *Trait anxiety* menunjuk pada ciri atau sifat pada seseorang yang cukup stabil yang mengarahkan seseorang untuk menginterpretasikan suatu keadaan sebagai suatu ancaman. Individu cenderung merasakan berbagai macam keadaan yang membahayakan atau mengancam dan cenderung menanggapi dengan reaksi kecemasan.

Berdasarkan uraian di atas, dapat disimpulkan bahwa kecemasan berdasarkan sumbernya dibedakan menjadi kecemasan realistik, neorotik dan moral. Kecemasan berdasarkan responnya dibagi menjadi *State Anxiety* dan *Trait Anxiety*.

3. Pengertian Sekolah

Menurut peraturan Perundangan pasal 56 No.3, sekolah/madrasah, sebagai lembaga mandiri, dibentuk dan berperan dalam peningkatan mutu pelayanan dengan memberikan pertimbangan, arahan dan dukungan tenaga, sarana dan prasarana, serta pengawasan pendidikan pada tingkat satuan pendidikan.

Sekolah adalah tempat didikan bagi anak- anak. Tujuan dari sekolah adalah mengajar anak untuk menjadi anak yang mampu memajukan bangsa. Sekolah adalah sebuah lembaga yang dirancang untuk pengajaran siswa/murid di bawah pengawasan guru.

Hak Cipta Diindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

Purwadaminta (2007), sekolah merupakan bangunan atau lembaga untuk belajar dan mengajar, serta tempat menerima dan memberi pelajaran.

Hartati (2001) menjelaskan pengertian sekolah dapat dikatakan sebagai kegiatan mendasari tiga aspek dasar, yaitu pengetahuan, sikap, dan keterampilan. Ketiga aspek ini merupakan dasar atau landasan pendidikan yang paling utama. Hal ini karena ketiga aspek tersebut merupakan hal paling hakiki dalam kehidupan.

Dradjat (1990) menyatakan bahwa sekolah adalah lingkungan kedua tempat anak-anak berlatih dan menumbuhkan kepribadiannya. Sekolah bukan sekedar tempat untuk menuangkan ilmu pengetahuan, tetapi sekolah juga dapat mendidik dan membina kepribadian anak dan ikut membimbing anak dalam menyelesaikan dan menghadapi kesukaran-kesukaran dalam hidup melalui pendidikan.

Menurut Kartono (1995) ketika anak mengalami perkembangan yang pesat dan keluarga sekarang tidak lagi mampu memberi seluruh fasilitas untuk mengembangkan fungsi-fungsi anak, anak memerlukan satu lingkungan sosial yang baru yang lebih luas, berupa sekolah untuk mengembangkan semua potensinya.

Kartono (1995) menyatakan bahwa dengan pengajaran di sekolah, anak dipersiapkan mampu melaksanakan tugas kewajiban yang baru, khususnya dipersiapkan untuk tugas-tugas hidup yang cukup berat pada

Hak Cipta Diindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

usia dewasa. Semua ini diperlakukan bimbingan dan tuntutan formal (pendidikan) yang cukup lama.

Santrock (2002) menyatakan bahwa fungsi sekolah adalah untuk melihat anak-anak masuk ke masyarakat kelas menengah. Disebutkan bahwa sekolah merupakan media untuk sebuah transisi dari lingkungan keluarga kecil ke lingkungan sekolah yang artinya anak-anak menghabiskan waktu lebih dari 10 jam di kelas sebagai anggota masyarakat kecil yang harus bersosialisasi dan disosialisasikan, mengikuti sejumlah aturan yang menegaskan dan membatasi waktu.

Dari penjelasan diatas dapat disimpulkan sekolah adalah bangunan atau lembaga untuk belajar dan mengajar yang meliputi tiga aspek yaitu: pengetahuan, sikap dan keterampilan. Dengan pengajaran di sekolah, anak dipersiapkan mampu melaksanakan tugas kewajiban yang baru, khususnya dipersiapkan untuk tugas-tugas hidup yang cukup berat pada usia dewasa.

4. Kecemasan Menghadapi Sekolah

Lask (1989) menyatakan ada beberapa masalah yang dihadapi anak-anak pada usia sekolah yaitu kecemasan dan ketakutan, ketidakbahagiaan dan kesedihan, kenakalan, ketidakjujuran, dan masalah-masalah yang terjadi di sekolah. Masalah yang terjadi di sekolah misalnya anak yang mengalami ketakutan menghadapi sekolah karena mempunyai rasa takut dengan guru mata pelajaran tertentu atau masalah dengan teman sekolahnya.

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

Omrord (2008) menyatakan bahwa ada dua bentuk kecemasan menghadapi sekolah, pertama adalah *debilitating anxiety* (kecemasan yang merugikan) dimana seorang anak yang mengalami kecemasan yang berlebihan akan membuat konsentrasi dan perhatian anak terhadap tugas di sekolah menjadi terganggu. Mereka umumnya mengalami kecemasan ketika akan menghadapi ujian maupun maju mempresentasikan tugas di depan kelas. Kedua adalah *facilitating anxiety* (kecemasan yang membantu).

Omrord (2008) juga menyebutkan situasi anak-anak cenderung memiliki tingkat kecemasan tertentu di sekolah ketika:

- a. Situasi dimana keselamatan fisik terancam, misalnya jika sering terjadi kekerasan di sekolah atau lingkungan nya.
- b. Situasi yang mengancam harga diri, misalnya jika seseorang mengucapkan kata-kata yang merendahkan harga diri nya.
- c. Penampilan fisik, misalnya seseorang anak merasa terlalu gemuk atau kurus dibandingkan teman-temannya.
- d. Situasi baru, misalnya baru masuk ajaran baru sekolah atau pindah sekolah baru.
- e. Penilaian atau evaluasi dari orang lain, misalnya menerima nilai rendah dari guru atau dikucilkan teman-temannya.
- f. Frustrasi dengan mata pelajaran, misalnya anak diwajibkan mempelajari materi dalam jangka waktu tertentu.

Hak Cipta Diindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

- g. Ujian kelas, ketika menghadapi ujian kelas terutama ujian yang mempengaruhi kenaikan kelas atau kelulusan.
- h. Kekhawatiran tentang masa depan, bagaimana menghadapi jenjang sekolah berikutnya dan mengalami hidup selepas dari sekolah.

Berdasarkan penjelasan di atas dapat disimpulkan bahwa kecemasan menghadapi sekolah adalah situasi yang kurang nyaman yang dapat menyebabkan ketegangan dalam menghadapi lingkungan sekolah maupun pelajaran sekolah. Adapun karakteristiknya yang pertama adalah kecemasan yang merugikan dimana seseorang anak mengalami kecemasan yang berlebihan sehingga membuat konsentrasi dan perhatian anak terhadap tugas disekolah menjadi terganggu. Kedua adalah kecemasan yang membantu, yaitu ketika anak mengalami sedikit kecemasan dan itu akan mendorong anak untuk membaca buku, mengerjakan tugas serta belajar untuk ujian.

5. Gejala-Gejala Kecemasan Menghadapi Sekolah

Menurut Hurlock (1997) kecemasan ditandai dengan rasa khawatir, gelisah dan perasaan yang akan terjadi sesuatu hal yang tidak menyenangkan dan individu menjadi tidak mampu menentukan penyelesaian terhadap masalah. Gejala kecemasan anak menghadapi sekolah adalah ketika anak mengalami keadaan tertekan, khawatir dan takut.

Gejala yang muncul bukan hanya gejala fisik tetapi juga gejala yang muncul pada mental seperti gelisah dan tidak bisa tidur nyenyak.

Hak Cipta Diindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

Kecemasan ini muncul akibat ketidaknyamanan anak dengan lingkungan sekolah maupun ketika anak merasa ada konflik antara dirinya dengan lingkungan.

Arkoff (dalam Sundari, 2005) menyatakan kecemasan adalah satu keadaan yang mengguncangkan karena adanya ancaman kesehatan. Individu-individu yang tergolong normal kadang kala mengalami kecemasan yang tampak, sehingga dapat dilihat pada penampilan yang berupa gejala-gejala fisik maupun mental. Gejala yang bersifat fisik yang dialami yaitu: jari-jari tangan dingin, detak jantung makin cepat, berkeringat dingin, kepala pusing, nafsu makan berkurang, tidur tidak nyenyak dan sesak nafas. Sedangkan gejala yang bersifat mental yaitu: ketakutan, merasa akan ditimpa bahaya, tidak tenteram dan ingin lari dari kenyataan.

Lask (1989) menyatakan berbagai reaksi yang timbul dari anak-anak usia sekolah itu seringkali adalah normal, yang membedakan reaksi abnormal adalah intensitas masalahnya dan sejauh mana reaksi itu merintangi dan merugikan anak. Lebih lanjut diungkapkan gejala-gejala kecemasan menghadapi sekolah anatara lain:

- a. Anak takut terpisah dengan orang tua yang sangat berlebihan.
- b. Anak mulai memiliki perasaan malu (pemalu) yang berlebihan juga mengakibatkan kecemasan.
- c. Anak menunjukkan keadaan anak mudah resah di lingkungan sekolah maupun di dalam kelas, pikiran anak kacau.

Hak Cipta Diindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

- d. Menunjukkan reaksi berlebihan ketika berhubungan dengan pergi sekolah, seperti beralasan sakit, mengatakan gejala-gejala somatik yang dirasakan, berteriak, menangis.

Berdasarkan uraian di atas dapat disimpulkan bahwa gejala-gejala kecemasan menghadapi sekolah ditandai dengan anak takut berpisah dengan orang tua yang sangat berlebihan, anak mulai memiliki perasaan malu yang berlebihan, dan anak menunjukkan reaksi berlebihan ketika berhubungan dengan pergi sekolah.

6. Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Kecemasan Menghadapi Sekolah

Kekhawatiran dan ketegangan adalah keadaan yang memunculkan kecemasan ketika berada di sekolah. Konflik, frustrasi, ancaman fisik atau harga diri, dan tekanan menjadi masalah yang wajar ketika porsi yang dialami sesuai, namun ketika hal tersebut sudah berlebihan maka akan timbul hal lain yang berlebihan juga yaitu kecemasan.

Menurut Hurlock (1999) rasa takut ini merupakan sebagian dari kecemasan umum. Faktor yang menimbulkan kecemasan umum ini adalah:

- a. Akibat rasa takut terpisah dari ibu, takut berpisah dengan ibu ini dalam arti sangat berlebihan. Misalnya: ketika anak harus mengikuti pelajaran dan masuk ke dalam kelas, anak betul-betul tidak mau berpisah dengan ibu. Biasanya terjadi anak memegang tangan sang ibu dengan erat dan meminta sang ibu untuk masuk ke dalam kelas bahkan berada di sampingnya.

Hak Cipta Diindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

- b. Ketergantungan kuat pada ibu atau pengganti ibu. Ketergantungan dalam hal ini adalah segala sesuatu yang dilakukan di kelas atau selama dalam kegiatan kelas, anak tidak mau melakukan sendiri dan harus dibantu atau dikerjakan oleh ibunya.
- c. Ketidakmampuan berdiri sendiri dan tidak mempunyai rasa percaya diri, ditunjukkan dengan perilaku anak yang sedikit-sedikit bertanya kepada ibu mengenai tugas yang dilakukan selama di kelas apakah sudah betul atau tidak.
- d. Modeling dari orangtua maupun lingkungan yang mengalami kecemasan, modeling ini biasanya ditunjukkan akan dengan perilaku anak yang dengan sengaja melakukan perilaku yang sama atau biasanya dilakukan oleh orang tua. Misal: ketika anak tidak menemukan sesuatu yang dia butuhkan, anak akan menunjukkan perilaku cemas sama persis dengan perilaku cemas orang tuanya ketika mencari barang yang dibutuhkan.

Kartono (1995) mengemukakan adanya faktor-faktor yang menimbulkan kecemasan, yaitu:

- a. Kurangnya pengetahuan dan pengertian anak
- b. Kurang adanya percaya diri
- c. Fantasi anak yang sering memutar-balikkan dan membesar-besarkan realitas sehingga anak sering melihat bentuk bahaya yang sebenarnya tidak ada.

Hak Cipta Diindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

Hal-hal tersebut dialami anak ketika memasuki lingkungan baru di sekolah, karena kurangnya pengetahuan dan pengertian anak mengenai hal-hal yang ada dalam bayangan anak adalah sesuatu yang menakutkan. Misalnya dalam kondisi harus berpisah dengan orang tua di sekolah, bergaul dengan teman yang belum dikenalnya, atau mengikuti mata pelajaran yang dianggap sulit bagi anak. Anak yang tidak memiliki kepercayaan diri yang cukup akan membutuhkan waktu lebih lama untuk beradaptasi dengan lingkungan dan situasi sekolah yang baru.

Thallis (2003) menyatakan beberapa faktor yang menimbulkan kecemasan yaitu:

- a. Faktor Individu, yang meliputi rasa kurang percaya diri pada individu,
- b. Faktor lingkungan, berkaitan dengan dukungan emosional yang rendah dari orang lain sehingga individu merasa tidak dicintai, tidak memiliki kasih sayang, tidak memiliki dukungan dan motivasi.

Kesimpulan yang dapat diambil dari pemaparan di atas adalah kecemasan menghadapi sekolah muncul karena ada dua faktor yaitu faktor individu dan faktor lingkungan. Faktor individu ini meliputi: rasa takut berpisah dengan ibu, ketergantungan kuat dengan ibu, dan rasa kurang percaya diri. Sedangkan faktor lingkungan meliputi: konflik, frustrasi, ancaman, tekanan yang dialami anak.

Hak Cipta Diindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

B. Kepercayaan Diri

1. Pengertian Kepercayaan Diri

Percaya diri merupakan salah satu aspek psikis manusia yang sangat penting untuk dipupuk dan dikembangkan. Berhasil atau tidaknya individu dalam berinteraksi secara sosial terhadap lingkungannya adalah tergantung bagaimana cara mereka mengembangkan kepercayaan dirinya. Tumbuhnya percaya diri menyebabkan seseorang melakukan penyesuaian diri yang baik pula terhadap lingkungannya. Ketika seseorang tidak mampu untuk melaksanakan tugasnya dengan baik maka seseorang akan mendapat celaan dan hinaan dari masyarakat sekelilingnya sehingga akan merasa sedih dan tidak bahagia (Havighurst dalam Monks,dkk, 1998).

Hakim (2002) menyatakan bahwa rasa percaya diri dapat dikatakan sebagai suatu keyakinan terhadap segala aspek kelebihan yang dimilikinya dan keyakinan tersebut mampu untuk bisa mencapai berbagai tujuan dalam hidupnya. Seseorang yang memiliki rasa kepercayaan diri akan optimis dalam menjalani hidup. Memiliki keyakinan akan berhasil, selain itu setiap persoalan yang datang akan dihadapi dengan perasan yang tenang.

Menurut Surya (2009) percaya diri itu diartikan sebagai cara pandang seseorang atau suatu gambaran pemikiran dan perasaan keyakinan, kesanggupan maupun keberanian seseorang terhadap segenap aspek kemampuan yang dimilikinya. Aspek kemampuan tersebut meliputi kemampuan intelektual, sikap, perasaan, kekuatan fisik, dan penampilan

Hak Cipta Diindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

diri. Percaya diri merupakan bagian penting dari perkembangan kepribadian seseorang, sebagai penentu dan penggerak bagaimana seseorang bersikap. Perkembangan dari kepercayaan diri tergantung dari kematangan pengalaman dan pengetahuan seseorang.

Berdasarkan pengertian yang telah dipaparkan sebelumnya dapat disimpulkan bahwa kepercayaan diri adalah suatu kondisi seseorang yang memiliki keyakinan cara pandang tentang segala aspek kemampuan yang dimilikinya, hal ini menjadi jembatan menjalani kehidupan untuk memenuhi segala yang dibutuhkan.

2. Aspek-Aspek Kepercayaan Diri

Menurut Lauster (1997) pribadi atau individu yang memiliki rasa percaya diri yang positif adalah:

- a. Keyakinan akan kemampuan diri yaitu sikap positif tentang dirinya bahwa mengerti sungguh-sungguh akan apa yang dilakukannya,
- b. Optimis yaitu sikap positif seseorang yang selalu berpandangan baik dalam menghadapi segala hal tentang diri, harapan dan kemampuan,
- c. Obyektif yaitu orang dengan percaya diri memandang permasalahan atau segala sesuatu sesuai dengan kebenaran semestinya, bukan menurut kebenaran pribadi atau menurut dirinya sendiri,

Hak Cipta Diindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

- d. Bertanggung jawab yaitu kesediaan seseorang untuk menanggung segala sesuatu yang telah menjadi konsekuensinya,
- e. Rasional dan realistis yaitu analisis terhadap suatu masalah, suatu hal, sesuatu kejadian yang menggunakan pemikiran yang diterima oleh akal sesuai dengan kenyataan.

Menurut Surya (2009) terdapat dua unsur pembentukan kepercayaan diri, yaitu aspek psikologis dan aspek keterampilan teknis.

- a. Aspek psikologis, terkait erat dengan suara hati. Suara hati ini sebagai pembanding atau penilai kekuatan, kesanggupan, keberanian, keberartian atas segenap kemampuan yang dimiliki. Aspek psikologis yang mempengaruhi dan membentuk percaya diri yaitu gabungan unsur karakteristik citra fisik, citra psikologis, citra sosial, aspirasi, prestasi dan emosional.
- b. Aspek keterampilan teknis, yaitu kemampuan menyusun kerangka berpikir dan keterampilan berbuat secara terfokus, terarah dan terukur *step by step* untuk melakukan proses kegiatan.

Menurut Hakim (2002) rasa percaya diri tidak muncul begitu saja pada diri seseorang, ada proses tertentu di dalam pribadinya sehingga terjadilah pembentukan rasa percaya diri. Adapun terbentuknya rasa percaya diri yang kuat terjadi melalui proses:

- a. Terbentuknya kepribadian yang baik sesuai dengan proses perkembangan yang melahirkan kelebihan-kelebihan tertentu.

Hak Cipta Diindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

- b. Pemahaman seseorang terhadap kelebihan-kelebihan yang dimilikinya dan melahirkan keyakinan kuat untuk bisa berbuat segala sesuatu dengan memanfaatkan kelebihan kelebihannya.
- c. Pemahaman dan reaksi positif seseorang terhadap kelemahan-kelemahan yang dimilikinya agar tidak menimbulkan rasa rendah diri atau rasa sulit menyesuaikan diri.
- d. Pengalaman di dalam menjalani berbagai aspek kehidupan dengan menggunakan segala kelebihan yang ada pada dirinya.

Dari uraian di atas dapat disimpulkan bahwa terdapat dua aspek yang membentuk percaya diri yaitu aspek psikologis dan aspek keterampilan teknis. Aspek psikologis meliputi pemahaman seseorang terhadap kelebihan yang dimiliki dan keyakinan terhadap dirinya, bersikap obyektif dan optimis. Sedangkan aspek keterampilan adalah adanya proses pengalaman, tanggung jawab terhadap dirinya, rasional dan realistis di dalam menjalani berbagai aspek kehidupan dengan menggunakan segala kelebihan yang ada.

Hak Cipta Diindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

C. Kerangka Pemikiran

Lask (1989) menyatakan ada beberapa masalah yang dihadapi anak-anak pada usia sekolah yaitu kecemasan, ketidak bahagiaan dan kesedihan, kenakalan, ketidakjujuran, dan masalah-masalah yang terjadi di sekolah. Masalah yang terjadi di sekolah misalnya anak mengalami kecemasan ketika di sekolah, contohnya anak sering mengeluh sakit perut saat berada di sekolah

Daradjat (1990) menyatakan kecemasan merupakan manifestasi dari berbagai proses emosi yang bercampur baur, yang terjadi ketika orang sedang mengalami tekanan perasaan (frustasi) dan pertentangan batin (konflik). Kecemasan timbul akibat dari individu yang tidak mampu melakukan penyesuaian diri dengan dirinya, dengan orang lain dan lingkungan sekitarnya.

Lask (1989) menyatakan berbagai reaksi yang timbul dari anak-anak usia sekolah itu seringkali adalah normal, yang membedakan reaksi abnormal adalah intensitas masalahnya dan sejauh mana reaksi itu merintangi dan merugikan anak.

Ketika anak memulai kehidupan dengan lingkungan baru tersebut anak akan melakukan penyesuaian terhadap situasi dan lingkungan yang baru di sekolah. Masing-masing anak memiliki kecepatan yang berbeda-beda untuk merasa nyaman dan cukup percaya diri di sekolah tanpa harus didampingi orang tua di sekolah.

Hak Cipta Diindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

Keberhasilan anak di sekolah dapat diperlihatkan melalui sikap dan perilaku atas apa yang diajarkan di sekolah. Proses pembelajaran ini memerlukan sebuah keadaan dimana anak merasa nyaman, aman, dan senang inilah yang akan menjadi pengendalian akan munculnya kecemasan di sekolah. Namun rasa cemas tersebut dapat diminimalisir ketika ada kepercayaan diri.

Percaya diri merupakan suatu keyakinan dan sikap seseorang terhadap kemampuan pada dirinya sendiri dengan menerima secara apa adanya baik positif maupun negatif yang dibentuk dan dipelajari melalui proses belajar dengan tujuan untuk kebahagiaan dirinya. Surya (2009) menyatakan bahwa percaya diri itu diartikan sebagai cara pandang seseorang atau suatu gambaran pemikiran dan perasaan keyakinan kesanggupan maupun keberanian seseorang terhadap segenap aspek kemampuan yang dimilikinya. Aspek kemampuan tersebut meliputi kemampuan intelektual, sikap, perasaan, kekuatan fisik, dan penampilan diri.

Menurut Lauster (1997) pribadi atau individu yang memiliki rasa percaya diri memiliki sikap positif tentang dirinya, mengerti sungguh-sungguh akan apa yang dilakukannya. Orang dengan percaya diri memandang permasalahan atau segala sesuatu sesuai dengan kebenaran semestinya.

Hak Cipta Diindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

Anak yang memiliki kepercayaan diri yang cukup akan mempunyai keyakinan yang tinggi akan kemampuan dirinya dalam menghadapi lingkungan baru. Anak akan menekan perasaan-perasaan khawatir tentang sesuatu yang akan dihadapinya dengan mudah.

Dari pemaparan diatas dapat disimpulkan bahwa anak yang memiliki kepercayaan diri yang rendah akan mudah dan rentan mengalami kecemasan dibandingkan dengan anak yang memiliki kepercayaan diri yang tinggi. Kepercayaan diri yang tinggi memberikan efek yang ringan bagi kecemasan sehingga akan mendorong anak melakukan adaptasi dan menjalani hari-hari dan kegiatannya di sekolah. Jika kepercayaan diri yang rendah maka akan memberikan efek besar bagi tingginya kecemasan yang dapat menghambat anak dalam proses belajar dengan lingkungan baru di sekolah.

D.Hipotesis

Berdasarkan uraian di atas, maka hipotesis yang diajukan adalah adanya hubungan negatif antara kepercayaan diri dengan kecemasan menghadapi sekolah pada anak. Artinya Semakin tinggi kepercayaan diri maka semakin rendah kecemasan menghadapi sekolah pada anak, sebaliknya semakin rendah kepercayaan diri maka akan semakin tinggi kecemasan menghadapi sekolah pada anak.