

## Skala TAI-G Untuk Kecemasan Menghadapi Ujian Sekolah Pada Siswa Sekolah Menengah Atas

**Rayinda Faizah(1)**

Universitas Muhammadiyah Magelang  
Rayinda.faizah@ummgl.ac.id

**Shallza Millinia Alqisty(2)**

Universitas Muhammadiyah Magelang

**Fathonah(3)**

Universitas Muhammadiyah Magelang

**Indra Alvianita(4)**

Universitas Muhammadiyah Magelang

**Hasnaa' Zahuna Nayu(5)**

Universitas Muhammadiyah Magelang

DOI: 10.23917/varidika.v32i1.11155

---

Submission	ABSTRACT
Track:	
Received:	<i>Anxiety facing exams refers to the student's tendency to understand evaluativ situations where their performance will be assessed, such as high-risk exams, as they are very threatening.</i>
24 Febuary 2020	<i>The threat here is their self-esteem, fear will be judged negatively by teachers, friends, or parents. The purpose of this research is to seek the validity and reliability of the TAI-G scale. This research uses a quantitative approach. The number of samples of this study was 101 SMA/SMK students in Magelang with an age range of 15-17 years. Sampling in this study used simple random sampling techniques. The results of the analysis show 21 items declared valid with a correlation of item-Total &gt; 0.25, 1 invalid item with a total-item correlation of &lt; 0.25, and an alpha reliability of 0.907.</i>
Final Revision:	
24 March 2020	
Available online:	
31 June 2020	
Corresponding	
Author:	<i>Kata kunci: kecemasan menghadapi ujian, remaja, skala TAI-G</i>
Rayinda Faizah(1)	
Rayinda.faizah@ummgl.ac.i d	

---

## PENDAHULUAN

Masa remaja adalah suatu periode transisi dalam rentang kehidupan manusia, yang menjembatani masa kanak-kanak dengan masa dewasa (Santrock, 2011:402). Dalam suatu kehidupan, seseorang pasti akan dihadapkan pada suatu masalah yang membuat seseorang tersebut cemas dan hal-hal tersebut tidak dapat dihindari. Kecemasan adalah suatu keadaan aprehensi / keadaan khawatir yang mengeluhkan sesuatu yang buruk akan segera terjadi (Nevid et al., 2013:163). Kecemasan dapat dipandang sebagai reaksi emosional yang tidak menyenangkan yang dihasilkan dari persepsi atau penilaian terhadap sumber kecemasan sebagai ego yang mengancam (Mukhlis & Koentjoro, 2014). Berdasarkan data Riskesdas tahun 2013 menyatakan bahwa prevalensi nasional pada gangguan kecemasan yang dialami oleh remaja di Indonesia berusia kurang lebih 15 tahun sebanyak 37 ribu penduduk, dan di Jawa Tengah prevalensi gangguan kecemasan pada remaja sekitar 4,7 % (Departemen Kesehatan RI, 2013). Gangguan kecemasan pada remaja, biasanya terjadi karena beberapa keadaan yaitu, masalah sekolah (saat ujian) (Kendall, 2008). Faktor-faktor yang mempengaruhi kecemasan adalah 1. Pengalaman negatif, 2. Pikiran yang tidak rasional, 3. Generalisasi yang tidak tepat (Nevid et al., 2013:164). Dan menurut Hurlock, kecemasan dapat dipengaruhi oleh beberapa faktor yaitu, usia, jenis kelamin, status kesehatan, pengalaman dan besar kecilnya stressor (Hurlock, 1992).

Daraji (2015:184) mengatakan kecemasan yang dialami siswa merupakan suatu bentuk pemikiran-pemikiran siswa yang mengganggu dan menjadi suatu permasalahan bagi siswa itu sendiri. Kecemasan pada siswa seringkali disebabkan oleh tekanan dalam menghadapi ujian. Ujian merupakan bagian yang penting bagi dunia pendidikan supaya bisa mengukur kemampuan siswa di SMA/SMK. Berdasarkan penelitian dari Agustiar dan Asmi bahwa takut gagal dalam ujian akhir dianggap sebagai ancaman bagi siswa yang memicu kecemasan (Sari et al., 2017:37). Aspek-aspek yang mempengaruhi kecemasan yaitu: 1. Kekhawatiran (*worry*), 2. Emosionalitas (*emosionalitas*), 3. Gangguan (*Interference*), 4. Kurang Percaya Diri (*Lack of Confidence*) (Harpell & Andrews, 2012:518). Kurang percaya diri akan menimbulkan kecemasan pada siswa saat menghadapi ujian (Mingers & Standing, 2018:5). Ujian sekolah yang terkadang dipandang menakutkan dan mengancam akan memunculkan penilaian negatif terhadap US, sehingga menimbulkan rasa ketakutan, kekhawatiran, dan perasaan tidak berdaya dalam menghadapi situasi ujian (Anggarawati & Hakim, 2018:476).

Kecemasan ujian adalah respon kecemasan yang berlebihan seperti depresi, gugup, dan pemikiran yang tidak rasional (Rasor & Rasor, 1998:4). Kecemasan menghadapi ujian mengacu pada kecenderungan siswa untuk memahami situasi evaluatif dimana kinerja mereka akan dinilai, seperti ujian beresiko tinggi, karena sangat mengancam. Ancaman disini merupakan harga diri mereka, ketakutan akan dihakimi secara negative oleh guru, teman, atau orang tua (Putwain, 2008:1). Seringkali siswa mengalami kecemasan dan ketakutan saat menghadapi ujian serta kurangnya persiapan yang matang untuk menghadapi ujian. Hal ini sejalan dengan studi pendahuluan yang dilakukan peneliti kepada beberapa siswa di Magelang. Hasil wawancara menunjukkan bahwa dari beberapa siswa tersebut mengalami sakit perut, pusing, keringat dingin, jantung berdegub kencang. Mereka juga menyampaikan terkadang mempunyai pikiran akan gagal, dan sulit untuk berkonsentrasi. Hal ini juga didukung dengan apa yang dikemukakan oleh Nevid, ciri-ciri kecemasan diantaranya yaitu gangguan sakit perut atau mual, panas dingin, diare, rasa sensitif keringat berlebih, khawatir akan suatu hal yang menakutkan, ketakutan akan tidak bisa menangani masalah, tidak mampu menghilangkan pikiran-pikiran yang mengganggu, sulit berkonsentrasi atau fokus (Nevid et al., 2013:164).

Berdasarkan pemaparan diatas, maka peneliti ingin melakukan adaptasi terhadap skala TAI-G. Yang mana skala TAI-G adalah ukuran multidimensi yang terdiri dari empat subskala: khawatir, emosional, tidak percaya diri, dan gangguan. Khawatir mengacu pada manifestasi kognitif kecemasan atas kinerja, sedangkan emosionalitas mengacu pada reaksi emosional dan otonom dalam kaitannya dengan pemeriksaan. Pengembangan TAI-G termasuk penambahan dari kurangnya subskala kepercayaan, yang didefinisikan oleh Hodapp (1996) sebagai keyakinan peserta tes dalam ketidakmampuannya untuk berkinerja baik dalam ujian yang akan datang. Subskala gangguan juga ditambahkan, yang berkaitan dengan keberadaan pemikiran yang mengganggu kinerja saat bekerja dan bukan merupakan komponen kekhawatiran semata (mis., Disibukkan dengan pemikiran umum yang menyebabkan gangguan). Terakhir, TAI-G berisi item yang merujuk hanya pada pengalaman individu selama situasi pemeriksaan (Mowbray et al., 2015:121). Sehingga bisa digunakan sebagai skala *assessment* terhadap kecemasan siswa sebelum menghadapi ujian. Penelitian ini bertujuan untuk mencari validitas dan reliabilitas dari skala TAI-G.

## METODE PENELITIAN

Penelitian menggunakan pendekatan kuantitatif deskriptif. Sampel penelitian ini adalah siswa SMA/SMK di Magelang dengan rentang usia 15-17 tahun. Teknik pengambilan sample yang digunakan menggunakan *simple random sampling*. Partisipan penelitian berjumlah 101 yang terdiri dari 80 perempuan dan 21 laki-laki. Variabel bebas dalam penelitian ini adalah kecemasan. Definisi kecemasan yakni kekhawatiran atau ketegangan berupa perasaan tegang, cemas, dan emosi yang dialami seseorang.

Metode pengumpulan data yang dilakukan peneliti menggunakan *German Test Anxiety Inventory (TAI-G)* (Harpell & Andrews, 2012:518). Analisis data dalam penelitian ini menggunakan program SPSS *for windows* versi 23. Penelitian ini telah dilaksanakan di daerah wilayah Magelang pada bulan Desember 2019-Januari 2020. Langkah pertama dalam penelitian ini adalah menerjemahkan skala TAI-G ke dalam Bahasa Indonesia dengan bantuan dosen psikologi, dilanjutkan dengan penyebaran skala dan dilanjutkan dengan analisis data menggunakan *Reliability Analysis* dengan bantuan SPSS untuk mengetahui validitas dan reliabilitas skala.

## HASIL DAN PEMBAHASAN

Pada penelitian ini peneliti melakukan dua putaran dalam analisis data untuk memperoleh hasil yang memuaskan. Pada putaran pertama diperoleh nilai reliabilitas alpha sebesar 0.888 dan 22 item dinyatakan valid karena memperoleh nilai koefisien korelasi item total  $>0.25$ , dan 8 item memperoleh nilai kurang  $<0.25$ . Kemudian dilanjutkan dengan perhitungan putaran kedua dan diperoleh nilai reliabilitas alpha sebesar 0.907. Pembahasan penelitian diuraikan sebagai berikut.

**Tabel 1. Aspek Pernyataan**

Aspek	Pernyataan	No Butir Item
Worry	Saya berpikir betapa pentingnya ujian bagi saya	2
	Saya khawatir saat menghadapi pemeriksaan hasil ujian	6
	Saya memikirkan konsekuensi dari nilai yang kurang memuaskan	9
	Saya bertanya pada diri sendiri apakah kinerja saya cukup baik	10

Aspek	Pernyataan	No Butir Item
	Saya memikirkan pentingnya mendapatkan hasil ujian yang baik	14
	Saya merasa khawatir dengan hasil ujian	17
	Saya tidak percaya diri saat menjawab ujian	23
	Saya memikirkan apa yang akan terjadi jika saya tidak melakukannya dengan baik	27
Emotionality	Saya merasa hampa ketika menghadapi ujian	3
	Saya merasa tegang sebelum menghadapi ujian	7
	Saya merasa gelisah saat menghadapi ujian	12
	Jantung saya berdegub kencang sebelum menghadapi ujian	16
	Saya merasa cemas saat menghadapi ujian	18
	Saya gemetar ketakutan dalam menghadapi ujian	22
	Saya merasa kewalahan dalam menghadapi ujian	25
	Saya merasa kesal sebelum menghadapi ujian	28
Lack of Confidence	Saya yakin bahwa saya akan melakukannya dengan baik	29
Interference	Saya memiliki keyakinan pada kinerja saya sendiri	8
	Saya terganggu dengan pikiran-pikiran lain	11
	Saya tidak bisa berkonsentrasi	15
	Saya melupakan hal lain karena fokus pada masalah pribadi saya	19
	Saya tidak bisa berkonsentrasi	24
	Saya merasa semuanya sangat sulit bagi saya	30
	Jumlah	22

**Tabel 2. Hasil Perhitungan**

	Scale Mean if Item Deleted	Scale Variance if Item Deleted	Corrected Item-Total Correlation	Cronbach's Alpha if Item Deleted
item2	57.9802	121.720	.279	.908
item3	58.8614	115.221	.530	.903
item5	58.4950	112.832	.628	.900
item6	58.3960	112.942	.637	.900
item7	58.5743	112.207	.666	.899
item9	58.1683	118.101	.410	.905
item10	58.1287	117.993	.442	.905
item11	58.2673	114.238	.580	.901
item12	58.6040	112.282	.672	.899
item14	57.8812	121.706	.326	.906
item15	58.6931	115.455	.539	.902
item16	58.9208	113.014	.642	.900
item17	58.2178	114.112	.657	.900
item18	58.6634	111.706	.771	.897
item22	59.3663	116.714	.524	.903
item23	58.7327	116.778	.494	.903
item24	58.7822	115.812	.529	.903
item25	58.8416	116.675	.496	.903
item27	58.0792	118.574	.436	.905
item28	59.0000	115.580	.501	.903
item29	58.1188	124.406	.114	.910
item30	59.0891	113.422	.570	.902

**Tabel 3. Reliability Statistics**

Cronbach's Alpha	N of Items
.907	22

Dari penelitian ini, ditentukan bahwa empat aspek TA paling baik diterapkan pada sampel dalam sistem penilaian skala, menggunakan versi TAI-G yang diperkecil. Penelitian dimasa depan harus bertujuan untuk menguatkan temuan ini dan mengembangkan data normatif di beberapa penilaian. Untuk menentukan konsistensi internal, alpha cronbach dihitung untuk item dari masing-masing subskala dan skor total sampel. Hasil ini menunjukkan bahwa kekhawatiran dan kepercayaan diri terkait tes harus diberikan perhatian khusus, dan kemungkinan harus diperhatikan sejak usia dini. Hal ini didukung dengan penelitian yang dilakukan oleh Harpell bahwa dari keempat aspek tersebut kekhawatiran dianggap sebagai yang paling kuat dari empat faktor, secara klinis signifikan bahwa semua partisipan mengukur aspek ini secara bersamaan. Khawatir secara konsisten dapat meningkatkan penilaian knilis relatif terhadap laporan yang bertentangan (Harpell & Andrews, 2012:518). Dalam penelitian Mowbray juga dikatakan temuan-temuan dari penelitian ini adalah konsisten dengan penelitian sebelumnya yang mendukung empat faktor konseptualisasi TA (Mowbray et al., 2015:126).

## SIMPULAN

Kesimpulannya adalah hasil penelitian ini menunjukkan bahwa skala TAI-G terbukti mempunyai reliabilitas dan validitas yang baik.

## REFERENSI

- Anggarawati, D., & Hakim, S. N. (2018). Kontrol Diri Dan Kecemasan Siswa SMA Dalam Menghadapi Ujian Nasional. *Briliant: Jurnal Riset Dan Konseptual*, 3(4), 476. <https://doi.org/10.28926/briliant.v3i4.249>
- Departemen Kesehatan RI. (2013). *Laporan Survey Kesehatan Rumah Tangga (SKRT)*.
- Harpell, J. V., & Andrews, J. J. W. (2012). Multi-Informant Test Anxiety Assessment of Adolescents. *Psychology*, 03(07), 518–524. <https://doi.org/10.4236/psych.2012.37075>
- Hurlock, E. (1992). *Psikologi Perkembangan*. Erlangga.
- Kendall. (2008). Cognitive Behavioral Therapy, Setraline, or a Combination in Childhood Anxiety. *The New England Journal of Medicine*, 359(26).
- Mingers, J., & Standing, C. (2018). Kent Academic Repository Assessment. *Journal of Information Technology*, 33(2), 85–104.
- Mowbray, T., Jacobs, K., & Boyle, C. (2015). Validity of the German Test Anxiety Inventory (TAI-G) in an Australian sample. *Australian Journal of Psychology*, 67(2), 121–129.

- <https://doi.org/10.1111/ajpy.12058>
- Mukhlis, H., & Koentjoro. (2014). Pelatihan Kebersyukuran untuk Menurunkan Kecemasan Menghadapi Ujian Nasional pada Siswa SMA. *Gajah Mada Journal of International Psychology*, 1(3), 203–215.
- Nevid, J. S., Rathus, S. A., & Greene, B. (2013). *Psikologi Abnormal*. Erlangga.
- Putwain, D. (2008). LJMU Research Online. *Psychologist*, 21(12), 1026–1029.
- Rasor, L. T., & Rasor, R. A. (1998). *Test Anxiety and Study Behavior of Community College Students in Relation to Ethnicity, Gender, and Age*.  
[http://www.eric.ed.gov/ERICWebPortal/contentdelivery/servlet/ERICServlet?accno=ED415942%5Cnhttp://www.eric.ed.gov/ERICWebPortal/search/recordDetails.jsp?ERICExtSearch\\_SearchValue\\_0=ED415942&searchtype=keyword&ERICExtSearch\\_SearchType\\_0=no&\\_pageLabel=Recor](http://www.eric.ed.gov/ERICWebPortal/contentdelivery/servlet/ERICServlet?accno=ED415942%5Cnhttp://www.eric.ed.gov/ERICWebPortal/search/recordDetails.jsp?ERICExtSearch_SearchValue_0=ED415942&searchtype=keyword&ERICExtSearch_SearchType_0=no&_pageLabel=Recor)
- Santrock, J. W. (2011). *Life Span Development: Perkembangan Masa Hidup* (Ketigabelah). Erlangga.
- Sari, A. W., Mudrajan, & Alizamar. (2017). Tingkat Kecemasan Siswa Dalam Menghadapi Ujian Sekolah Ditinjau Dari Jenis Kelamin, Jurusan, dan Daerah Asal Serta Implikasi. *Jurnal Bikotetik*, 37–72.