

TINGKAT KECEMASAN MAHASISWI TINGKAT I DALAM MENGHADAPI UJIAN PRAKTEK DI AKADEMI KEPERAWATAN KESDAM I/ BB BINJAI Tahun 2021

Supardi¹ Ayu Wardana Nasution²

¹Dosen Akper Kesdam I/BB Binjai (Keperawatan) 20722, Sumut,Indonesia

²Mahasiswa Akper Kesdam I/BB Binjai (Keperawatan) 20722, Sumut,Indonesia

e-mail:

supardi461@gmail.com Ayuwardan789@gmail.com

ABSTRAK

Kecemasan menghadapi ujian praktek walaupun dianggap sesuatu yang wajar dan tidak seluruhnya merugikan bahkan dalam tingkat ringan dibutuhkan siswa terutama yang berkaitan dengan motivasi belajar, akan tetapi pada kenyatannya kecemasan menghadapi ujian dapat berakibat buruk terhadap hasil prestasi belajar. Penelitian ini menggunakan skala optimisme, skala kecerdasan emosional dan skala dukungan sosial dan skala kecemasan menghadapi ujian praktek. Dari hasil penelitian didapatkan hasil bahwa optimism dan kecerdasan emosi tidak memiliki hubungan terhadap kecemasan mahasiswa yang akan menghadapi ujian praktek. Sedangkan dukungan social memiliki hubungan terhadap kecemasan mahasiswa dalam menghadapi ujian praktek.

Kata kunci : *kecemasan, ujian, praktek, optimis, kecerdasan emosional, dukungan sosial, mahasiswa*

ABSTRACT

Anxiety about facing practical exams, although it is considered something normal and not entirely detrimental, even at a mild level, is needed by students, especially with regard to learning motivation, but in fact, anxiety facing exams can have a negative impact on learning achievement. This study uses an optimism scale, emotional intelligence scale and social support scale and anxiety scale facing practical exams. From the results of the study, it was found that optimism and emotional intelligence had no relationship to students' anxiety about facing practical exams. While social support has a relationship with student anxiety in facing practical exams.

Keywords: *anxiety, exams, practice, optimism, emotional intelligence, social support, Students*

PENDAHULUAN

Siswa-siswi saat ini terkadang mengalami rasa cemas karena mereka akan menghadapi bermacam-macam ujian, mulai dari ujian tertulis, ujian praktek, sampai ujian nasional yang paling membuat mereka cemas. Kecemasan tersebut timbul, karena mereka merasa takut dan terlalu memikirkan hasil ujiannya kelak padahal mereka belum berusaha.

Kecemasan dapat memecah belah pemikiran seseorang, membagi dua pikiran seseorang menjadi niat yang baik dan pemikiran-pemikiran yang buruk. Terkadang seseorang dapat merasa pesimis karena kecemasan. Kegagalan yang paling mereka pikirkan, padahal mereka sama sekali belum melakukan usaha.

Terkadang seseorang yang sesungguhnya mempunyai otak yang cerdas dan kenyataan ini telah dibuktikan dengan nilai-nilai Ujian Sekolah yang dicapainya dalam pelajaran. Tetapi, saat ia mengikuti Ujian Nasional ternyata ia mengalami kegagalan. Penyebabnya ialah guncangan mental yang dialaminya. Inilah bukti bahwa kecemasan dapat menghancurkan nilai-nilai pelajaran bagi siswa. Sehingga, kecemasan ini harus diatasi agar tidak berpengaruh buruk.

METODE

2.1 Pemilihan Responden

Responden Pengabdian kepada Masyarakat ini adalah para lansia dan kader Masyarakat Kelurahan Rambung timur.

Alat bahan

Alat bahan yang digunakan dalam pengabdian kepada masyarakat ini adalah:

- Spanduk
- Laptop
- Video
- Kamera
- Tripot
- Exercise Bed
- Booklet
- Poster
- Data sekunder kondisi umum masyarakat

2.2 Cara Pengumpulan Data

Data sekunder (Data kesehatan masyarakat Kelurahan Rambung timur)

2.3 Analisis Data

Data yang diperoleh merupakan data kesehatan masyarakat yang meliputi: tekanan darah, kadar asam urat, umur, jenis kelamin. Data sekunder ini diolah dengan menggunakan data demografi sehingga didapat gambaran pengetahuan tentang penyakit asam urat lansia pada masyarakat Kelurahan Rambung timur.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Penyebab timbulnya rasa cemas siswa dalam menghadapi Ujian Nasional.

Kecemasan adalah ketegangan, rasa tidak aman dan kekhawatiran yang timbul karena dirasakan terjadi sesuatu yang tidak menyenangkan tetapi sumbernya sebagian besar tidak diketahui dan berasal dari dalam (DepKes RI, 1990).

Faktor kecemasan dalam Ujian Nasional ini bisa disebabkan oleh kondisi dan situasi ujian saat itu, meskipun materi pelajaran yang akan diujikan telah dikuasai. Selain itu juga bisa disebabkan karena waktu yang terbatas, tingkat kesulitan materi ujian, instruksi tes, bentuk pertanyaan dan hal-hal teknis lainnya. Kecemasan ini juga akan semakin meningkat siswa akan mampu menyelesaikan soal-soal Ujian Nasional dengan baik dan mendapatkan hasil yang memuaskan.

KESIMPULAN

Kecemasan siswa dalam menghadapi Ujian Nasional harus diatasi, karena dapat menyebabkan banyak sekali dampak buruk. Untuk mengatasinya dapat dilakukan dengan cara sebagai berikut :

1. Hadapilah ujian tersebut dengan tenang dan santai
2. Percaya pada diri sendiri
3. Buatlah sebuah rencana dan strategi yang tepat.
4. Perbanyaklah baca dan latihan soal.
5. Belajar kelompok.
6. Mohon doa restu dari orang tua.
7. Berdoalah pada Tuhan..

DAFTAR PUSTAKA

- Akhzami, D. R., Rizki, M. and Setyorini, R. H. (2016) 'Perbandingan Hasil Point Of Care Testing (POCT) Asam Urat dengan Chemistry Analyzer', *Jurnal kedokteran*, 5(4), pp. 15–19. Available at: <http://jku.unram.ac.id/article/download/5/4/>.
- Aminah, M. S. (2012) *Ajaibnya Terapi Herbal Tumpas Penyakit Asam Urat Lebih Aman, Mudah Dan Berkhasiat Dunia Sehat*. Jakarta: Niaga Swadaya.
- Arikunto, S. (2013) *Prosedur Penelitian : Suatu Pendekatan Praktik*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Arikunto, S. (2019) *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktik*. Aneka Cipta.
- Asiah, N., Suza, D. E. and Arruum, D. (2012) 'Pengetahuan, Sikap dan Perilaku Remaja Tentang Kesehatan Reproduksi', *Media Penelitian dan Pengembangan Kesehatan*, 5(02), pp. 125–128. doi: 10.22435/mpk.v5i02Jun.878.
- Astari, R. W. D., Mirayanti, N. K. A. and Arisusana, I. M. (2018) 'Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Kadar Asam Urat Pada Usia Produktif Di Desa Nongan, Kabupaten Karangasem', *Bmj*, 5(2), pp. 134–142. doi: 10.36376/bmj.v5i2.43

- Lantika, T. (2018) ‘Gambaran Kadar Asam Urat Pada Lansia Di Panti Sosial Tresna Werdha “Teratai” Jalan Sosial Km 6 Kecamatan Sukabumi Palembang Tahun 2018’, Jurnal KTI, p.10. Available at: https://repository.poltekkespalembang.ac.id/items?page=19&sort_field=Dublin+Core%2CCreator&sort_dir=d. diakses pada tanggal 16 Januari 2021