

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Undang-undang No 36 tahun 2014 tentang Tenaga Kesehatan dalam ketentuan umum pasal 1 ayat 2 menyebutkan Asisten Tenaga Kesehatan adalah setiap orang yang mengabdikan diri dalam bidang kesehatan serta memiliki pengetahuan dan/atau keterampilan melalui pendidikan bidang kesehatan di bawah jenjang diploma tiga. Pasal 8 menyebutkan bahwa tenaga bidang kesehatan terdiri atas Tenaga Kesehatan dan Asisten Tenaga Kesehatan. Pasal 10 menyebutkan bahwa kualifikasi minimum pendidikan Asisten Tenaga Kesehatan adalah pendidikan menengah di bidang kesehatan, dan dalam bekerja di bawah supervisi Tenaga Kesehatan.

Uji kompetensi terhadap peserta didik SMK Kesehatan dikembangkan dan diselenggarakan sebagai pemenuhan atas amanat Undang-Undang No. 20 tahun 2003 tentang Sistem Pendidikan Nasional pasal 61 yang menyebutkan bahwa lulusan SMK berhak mendapatkan dua sertifikat yakni ijazah dan sertifikat kompetensi (ayat 1) serta Sertifikat kompetensi diberikan oleh penyelenggara pendidikan dan lembaga pelatihan kepada peserta didik dan warga masyarakat sebagai pengakuan terhadap kompetensi untuk melakukan pekerjaan tertentu setelah lulus uji kompetensi yang diselenggarakan oleh satuan pendidikan yang

terakreditasi atau lembaga sertifikasi (ayat 3) (Asnakes, 2016).-

Undang-undang tersebut secara jelas menyatakan bahwa di bidang kesehatan terdapat suatu unsur pekerja dengan nomenklatur Asisten Tenaga Kesehatan yang merupakan lulusan pendidikan tingkat menengah yang dalam hal ini adalah SMK Kesehatan. Dalam rangka menjamin mutu lulusan SMK Kesehatan (calon Asisten Tenaga Kesehatan) maka diperlukan standarisasi mutu lulusan. Untuk itu perlu diimplementasikan uji kompetensi yang bermutu sebagai bagian dari proses evaluasi pembelajaran yang terintegrasi dalam sistem pendidikan. Uji Kompetensi adalah suatu proses untuk mengukur pengetahuan, keterampilan, dan sikap kerja tenaga kesehatan sesuai dengan standar profesi. Setiap siswa SMK Keperawatan wajib mengikuti uji kompetensi ini, apabila ingin diakui sebagai ahli tenaga kesehatan. Tuntutan yang bertambah selain ujian nasional bagi siswa SMK, membuat mereka harus berusaha ekstra keras karena menghadapi 2 ujian. Siswa SMK yang dimulai dari usi-a 15-18 tahun Santrock (2007), Pada tahap tersebut, mereka menghadapi banyak tuntutan dan perubahan yang cepat sehingga mereka rentan mengalami masa yang penuh kecemasan kalau tidak lulus uji sertifikasi kompetensi.

Ujian memang merupakan salah satu sumber kecemasan bagi siswa (Jeffrey dkk, 2005). Siswa yang memiliki kecemasan ketika akan menghadapi ujian, merupakan hal yang wajar selama kecemasannya masih dalam kategori rendah. Kecemasan yang berlebihan ketika akan menghadapi ujian, tentunya akan berdampak pada terganggunya proses

belajar siswa dan dapat menghambat pelaksanaan ujian (MGBK Provinsi DKI Jakarta, 2011). Jika kecemasan ini semakin berlebih, tentu pelaksanaan ujian akan terganggu dan akan berdampak pada hasil yang didapatkan oleh siswa tidak akan memuaskan.

Kecemasan menurut Karen Horney dalam Alwisol, (2009), kecemasan adalah rasa takut, suatu peningkatan yang berbahaya dari perasaan tak berteman dan tak berdaya dalam dunia yang penuh ancaman, Sedangkan menurut Yusuf (2009), adalah suatu reaksi terhadap ancaman yang tidak menentu, gejala kecemasan ini tampak pada perubahan fisik, seperti gangguan pernafasan, detak pada jantung meningkat, berkeringat. Kecemasan menurut Gunarsa (2005), kecemasan merupakan perubahan suasana hati, perubahan didalam dirinya sendiri yang timbul dari dalam tanpa adanya perangsang luar.

Kecemasan adalah respon terhadap situasi tertentu yang mengancam, dan merupakan hal yang normal terjadi menyertai perkembangan, perubahan, pengalaman baru atau yang belum pernah dilakukan, serta dalam menemukan identitas diri dan arti hidup (Kaplan, Sandock dan Grebb dalam Fauziah & Widuri, (2005). Kecemasan merupakan persoalan yang di miliki oleh setiap orang dan perasaan tersebut timbul dari bermacam sebab. Kecemasan siswa saat menghadapi ujian nasional merupakan perasaan takut apabila mengalami kegagalan, mendapatkan nilai yang jelek serta tidak dapat mengerjakan ujian nasional. Kecemasan yang dialami oleh siswa saat ujian nasional bisa berbentuk

realitas, kecemasan neurotik atau kecemasan moral. Masalah kecemasan tidak begitu mudah dimengerti, karena seringkali tidak memiliki objek yang jelas serta sukar ditemukan penyebabnya. Kecemasan merupakan proses yang sifatnya tidak tampak ke permukaan maka untuk mengetahui kecemasan diperlukan penelaah yang seksama, dengan mengenali gejala-gejalanya serta faktor-faktor yang melatarbelakangi dan mempengaruhinya.

Kecemasan yang berlebihan merupakan salah satu aspek pemicu stres dan depresi sekaligus (Rochman, 2010). Kecemasan merupakan faktor penghambat dalam belajar yang dapat mengganggu kinerja fungsi-fungsi psikologis siswa, seperti dalam berkonsentrasi, mengingat, takut gagal, pembentukan konsep dan pemecahan masalah. Pada tingkat yang lebih tinggi, gejala kecemasan dapat berbentuk gangguan fisik (somatis) seperti gangguan pencernaan, gangguan jantung, sesak dada, gemeteran, bahkan pingsan, dan lain-lain (Hawari, 2011), Dengan demikian maka dapat dipahami bahwa seseorang yang mengalami stres tidaklah disebabkan karena adanya tekanan fisik, namun semata-mata terjadi karena alasan psikologis. Reaksi fisik bukanlah sumber melainkan efek yang menyertai beban psikis.

Santrock (2002), mendefinisikan stres sebagai suatu respon individu terhadap keadaan-keadaan dan peristiwa-peristiwa yang mengancam individu dan dapat mengurangi kemampuan individu dalam menghadapi segala bentuk *stressor*. Hunsaker (2001), menyatakan “*Stress*

is the body's psychological, emotion, and physiological response to any demand that is perceived as threatening to a person's well-being".

Sedangkan Thoits dalam Habiby (2013), mengatakan bahwa definisi stres merujuk pada lingkungan, sosial, atau kondisi internal manusia yang meminta individu untuk beradaptasi kembali dari pola perilaku yang baru. Dengan demikian stres dapat didefinisikan sebagai suatu konsep relasional atau transaksional individu yang menggambarkan bentuk hubungan adaptif individu dengan segala sesuatu yang ada di sekitarnya.

Teori sosial mengatakan bahwa terdapat tiga karakteristik individu yang dapat menyebabkan adanya perbedaan reflek seseorang dalam beradaptasi dengan *stressor*, yaitu: respon afektif, respon kognitif, dan kapasitas individu terhadap strategi menangani *stressor* (Miller & Schnoll, 2004). Teori kognitifemosi difokuskan pada sistem kemampuan individu (kompetensi) dalam mengatur, merencanakan, dan mengarahkan orientasi tingkah lakunya di masa depan ketika menghadapi situasi asing (Miller & Schnoll, 2004). Hal tersebut dapat terjadi karena emosi seseorang memiliki tiga aspek yaitu sistem syaraf pada otak, penerimaan kognisi, dan pengalaman (Izard & Ackerman, 2004).

Reaksi stres dapat muncul dalam berbagai bentuk perubahan psikologis dan fisik. Reaksi ini seringkali dialami siswa dalam menghadapi ujian berupa hilangnya motivasi dan konsentrasi, sehingga berdampak pada terganggunya dalam mengerjakan soal yang menyebabkan nilai yang didapatkan kurang maksimal (Fadillah, 2013).

Salah satu untuk mengurangi kecemasan dan stress adalah menggunakan terapi *guide imagery*. Novarenta (2013), mengemukakan bahwa *guided imagery* adalah metode relaksasi untuk mengkhayalkan tempat dan kejadian berhubungan dengan rasa relaksasi yang menyenangkan. Khayalan tersebut memungkinkan klien memasuki keadaan atau pengalaman relaksasi (Kaplan & Sadock, 2010).

Guided imagery menggunakan imajinasi seseorang dalam suatu yang dirancang secara khusus untuk mencapai efek positif tertentu. Imajinasi bersifat individu dimana individu menciptakan gambaran mental dirinya sendiri, atau bersifat terbimbing. Banyak teknik imajinasi melibatkan imajinasi visual tapi teknik ini juga menggunakan indera pendengaran, pengecap dan penciuman (Potter & Perry, 2009). *Guided imagery* mempunyai elemen yang secara umum sama dengan relaksasi, yaitu sama-sama membawa klien kearah relaksasi. *Guided imagery* menekankan bahwa klien membayangkan hal-hal yang nyaman dan menenangkan. Penggunaan *guided imagery* tidak dapat memusatkan perhatian pada banyak hal dalam satu waktu oleh karena itu klien harus membayangkan satu imajinasi yang sangat kuat dan menyenangkan.

Penelitian yang dilakukan oleh Sugiyanti (2016), menunjukkan bahwa hasil uji t-test pada kelompok intervensi dengan nilai p-value: 0,000 yang berarti terdapat pengaruh yang bermakna setelah pemberian *Guided imagery* dengan nilai rerata tingkat stress pre adalah 89,30 dan post 84,47.

Tujuan dari *guided imagery* yaitu menimbulkan respon psikofisiologis yang kuat seperti perubahan dalam fungsi imun (Potter & Perry, 2009). Menurut Smeltzer dan Bare (2008), manfaat dari *guided imagery* yaitu sebagai intervensi perilaku untuk mengatasi kecemasan, stres dan nyeri. Imajinasi terbimbing dapat mengurangi tekanan dan berpengaruh terhadap proses fisiologi seperti menurunkan tekanan darah, nadi dan respirasi. Hal itu karena teknik imajinasi terbimbing dapat mengaktivasi sistem saraf parasimpatis. Pada kasus-kasus kecemasan dan stress anak sekolah terutama dalam menghadapi ujian, terapi ini dapat menjadi alternative pilihan agar stress dapat diminimalisir dengan dilakukan secara terarah dan terpadu. Diharapkan dengan dilakukannya terapi ini anak sekolah dalam proses dalam mengahdapi ujian dapat berjalan lancar.

Hasil studi pendahuluan yang dilakukan di SMK Muhammadiyah Purwokerto terhadap 20 siswa menunjukkan bahwa sebanyak 10 (50%) siswa memiliki kecemasan yang sedang, 5 (25%) siswa mengalami kecemasan berat dan 5 (25%) siswa mengalami kecemasan ringan. Kemudian pada tingkat stress sebanyak 8 (40%) siswa mengalami stress berat, 9 (45%) siswa mengalami stress sedang dan 3 (15%) siswa mengalami stress ringan. Sebagian besar siswa mnegalami kecemasan dan stress yang sedang dan berat dikarenakan adanya beban tambahan yang harus dihadapi saat menjalani ujian kompetensi dengan penambahan sebanyak 18 prasyarat dibandingkan tahun lalu yang hanya 3 prasyarat.

Hasil penelitian lain yang dilakukan oleh Kumary (2015), yang meneliti tentang *Effectiveness of Guided Imagery in Reducing Students Examination Anxiety*. Menunjukkan adanya hubungan yang signifikan antara pemberian *guide imagery* dengan kecemasan siswa menghadapi ujian dengan nilai *value* <0,05.

B. Rumusan Masalah

Setiap siswa SMK Keperawatan wajib mengikuti uji kompetensi ini, apabila ingin diakui sebagai ahli tenaga kesehatan. Tuntutan yang bertambah selain ujian nasional bagi siswa SMK, membuat mereka harus berusaha ekstra keras karena menghadapi 2 ujian. mereka menghadapi banyak tuntutan dan perubahan yang cepat sehingga mereka rentan mengalami masa yang penuh kecemasan. Kecemasan yang berlebihan merupakan salah satu aspek pemicu stres dan depresi sekaligus. Penggunaan terapi *guide imagery* dapat mengurangi tingkat kecemasan dan tingkat stress pada siswa yang akan menghadapi uji sertifikasi kompetensi.

Berdasarkan uraian latar belakang diatas dapat disimpulkan rumusan masalah penelitian ini adalah “ Adakah pengaruh pemberian terapi *guide imagery* terhadap tingkat stress dan kecemasan pada siswa kelas XII di SMK Muhammadiyah 3 Purwokerto dalam menghadapi uji sertifikasi kompetensi”

C. Tujuan Penelitian

1. Tujuan Umum

Untuk mengetahui pengaruh pemberian terapi *guide imagery* terhadap tingkat stress dan kecemasan pada siswa kelas XII di SMK Muhammadiyah 3 Purwokerto dalam menghadapi uji sertifikasi kompetensi.

2. Tujuan Khusus

- a. Untuk mengetahui karakteristik responden seperti: umur dan jenis kelamin
- b. Mengetahui skor stress sebelum dan sesudah diberikan terapi *guide imagery*.
- c. Mengetahui skor kecemasan sebelum dan sesudah diberikan terapi *guide imagery*.
- d. Untuk menganalisis pengaruh pemberian terapi *guide imagery* terhadap tingkat stress pada siswa kelas XII di SMK Muhammadiyah 3 Purwokerto dalam menghadapi uji sertifikasi kompetensi.
- e. Untuk menganalisis pengaruh pemberian terapi *guide imagery* terhadap kecemasan pada siswa kelas XII di SMK Muhammadiyah 3 Purwokerto dalam menghadapi uji sertifikasi kompetensi.

D. Manfaat Penelitian

1. Manfaat Bagi Peneliti

- a. Peneliti dapat mengetahui pengaruh pemberian terapi *guide imagery* terhadap tingkat stress dan kecemasan pada siswa kelas XII di SMK Muhammadiyah 3 Purwokerto dalam menghadapi uji sertifikasi kompetensi.
- b. Dapat menambah wawasan terkait terapi *guide imagery* dalam mengurangi tingkat kecemasan dan stress serta sebagai media pengembangan kompetensi diri sesuai dengan keilmuan yang diperoleh selama perkuliahan.
- c. Sebagai pengalaman dan pembelajaran bagi peneliti dalam melakukan penelitian selanjutnya terkait masalah yang berkaitan dengan psikologi siswa.

2. Manfaat bagi institusi

- a. Sebagai bahan acuan untuk membantu mengurangi tingkat kecemasan dan tingkat stress pada siswa dalam menghadapi ujian.
- b. Sebagai tambahan referensi karya tulis penelitian yang berguna bagi masyarakat luas dibidang pendidikan, khususnya terkait tingkat kecemasan dan tingkat stress.

3. Bagi Responden

Peneliti berharap penelitian ini dapat bermanfaat bagi responden sebagai informasi dan gambaran tentang pengaruh pemberian terapi *guide imagery* terhadap tingkat stress dan kecemasan pada siswa kelas XII di SMK Muhammadiyah 3 Purwokerto dalam menghadapi uji sertifikasi kompetensi.

4. Bagi ilmu pengetahuan

Sebagai tambahan pustaka dalam meningkatkan ilmu pengetahuan khususnya terkait pengaruh pemberian terapi *guide imagery* terhadap tingkat stress dan kecemasan pada siswa dalam menghadapi uji sertifikasi kompetensi. Dan sebagai acuan bagi peneliti selanjutnya yang ingin meneliti lebih lanjut mengenai tingkat kecemasan dan tingkat stress siswa.



