

Bab 1 Pendahuluan

Latar Belakang Masalah

Masa sekolah menengah atas merupakan periode transisi menuju pendidikan tinggi dan persiapan masa depan karier (Sugimura et al., 2023). Periode ini, khususnya pada siswa sekolah menengah atas yang sudah dalam jenjang akhir sering mengalami peningkatan tuntutan akademik, tekanan evaluatif, serta dihadapkan pada pengambilan keputusan penting yang berpotensi memengaruhi kondisi psikologis mereka (OECD, 2018). Kondisi tersebut semakin terasa pada tahun terakhir sekolah menengah atas, ketika tuntutan akademik yang semakin tinggi dapat memicu stres akademik (Pascoe et al., 2020).

Salah satu keputusan penting yang dihadapi siswa pada masa transisi tersebut adalah menentukan pilihan untuk melanjutkan pendidikan ke jenjang perguruan tinggi. Di Indonesia, perguruan tinggi negeri (PTN) masih menjadi tujuan utama bagi banyak lulusan SMA. Preferensi tersebut dipengaruhi oleh berbagai faktor, seperti reputasi institusi, kualitas pendidikan, akreditasi, biaya pendidikan yang relatif lebih terjangkau, serta prospek kerja lulusan yang dipersepsikan lebih baik dibandingkan perguruan tinggi swasta (PTS). Selain itu, keputusan siswa dalam memilih perguruan tinggi juga dipengaruhi oleh faktor internal maupun eksternal, seperti motivasi pribadi, dukungan keluarga, pengaruh teman sebaya, dan lingkungan sosial. Penelitian Kwartawati et al. (2025) menunjukkan bahwa kualitas pendidikan, biaya kuliah, prestise perguruan tinggi, serta peluang kerja setelah lulus menjadi faktor dominan yang memengaruhi preferensi calon mahasiswa dalam memilih PTN maupun PTS. Temuan tersebut diperkuat oleh Irwanto et al. (2025) yang menyatakan bahwa reputasi perguruan tinggi, motivasi individu, dan pengaruh lingkungan merupakan determinan penting dalam proses pengambilan keputusan siswa untuk melanjutkan pendidikan tinggi.

Tingginya minat siswa untuk melanjutkan pendidikan ke perguruan tinggi negeri berdampak pada semakin ketatnya persaingan dalam proses seleksi masuk perguruan tinggi. Di Indonesia, Seleksi Nasional Berdasarkan Tes (SNBT) menjadi salah satu jalur utama masuk PTN yang diikuti ratusan ribu siswa setiap tahunnya. Data Panitia SNPMB (2025) menunjukkan bahwa dari 860.976 peserta SNBT, hanya tersedia sekitar 284.380 kursi, sehingga sekitar 70,57 persen peserta tidak lolos seleksi. Selain itu, tingkat kelulusan SNBT 2025 tercatat hanya sebesar 29,43 persen, yang mencerminkan ketatnya kompetisi masuk PTN (ANTARA, 2025). Tingginya persaingan dan rendahnya peluang kelulusan dalam seleksi ini berpotensi meningkatkan kekhawatiran dan tekanan psikologis siswa, terutama bagi siswa

kelas XII yang menempatkan keberhasilan masuk PTN sebagai penentu utama masa depan pendidikan mereka.

Ketatnya persaingan dalam seleksi masuk perguruan tinggi mendorong siswa untuk melakukan berbagai strategi persiapan agar memiliki peluang yang lebih besar untuk diterima di perguruan tinggi negeri. Salah satu bentuk persiapan yang banyak dilakukan adalah mengikuti program bimbingan belajar (*shadow education*), yaitu layanan pendidikan tambahan di luar sekolah yang memberikan pembelajaran suplemen sesuai dengan kurikulum pendidikan formal. Bray (2013) menjelaskan bahwa *shadow education* berkembang sebagai respons terhadap meningkatnya persaingan akademik dan sistem seleksi yang kompetitif, sehingga keberadaannya mengikuti atau "membayangi" (*shadow*) sistem pendidikan formal, baik dari segi kurikulum maupun tujuan pembelajarannya. Fenomena ini semakin berkembang pada jenjang pendidikan yang dihadapkan pada ujian berisiko tinggi (*high-stakes examination*), termasuk seleksi masuk perguruan tinggi.

Sejalan dengan itu, Yung (2021) menyatakan bahwa *shadow education* merupakan konsekuensi dari sistem seleksi yang kompetitif karena siswa terdorong meningkatkan performa akademiknya melalui pembelajaran tambahan di luar sekolah. Dalam konteks Indonesia, penyelenggaraan berbagai program bimbingan belajar yang menyediakan pembelajaran intensif, latihan soal, *try out*, dan evaluasi berkala menunjukkan bahwa bimbingan belajar telah menjadi salah satu strategi yang banyak dimanfaatkan siswa dalam mempersiapkan diri menghadapi SNBT. Meskipun bimbingan belajar bertujuan meningkatkan kesiapan akademik siswa, proses pembelajaran yang lebih intensif, frekuensi evaluasi yang tinggi, serta tuntutan untuk memperoleh hasil yang optimal juga berpotensi menimbulkan tekanan psikologis selama proses persiapan menghadapi seleksi masuk perguruan tinggi.

Keikutsertaan siswa dalam program bimbingan belajar (*shadow education*) mencerminkan upaya untuk meningkatkan kesiapan akademik dalam menghadapi seleksi masuk perguruan tinggi yang bersifat kompetitif. Program bimbingan belajar umumnya menyediakan pembelajaran tambahan di luar sekolah, seperti pembelajaran intensif, latihan soal, *try out*, serta evaluasi berkala yang dirancang untuk membantu siswa mempersiapkan diri menghadapi ujian berisiko tinggi (*high-stakes examination*) (Bray, 2021). Di sisi lain, intensitas persiapan tersebut dapat meningkatkan tuntutan akademik yang harus dihadapi siswa. OECD menjelaskan bahwa ujian berisiko tinggi dan frekuensi evaluasi yang tinggi dapat menimbulkan tekanan psikologis, kecemasan, serta mendorong siswa untuk berorientasi

pada pencapaian hasil evaluasi dibandingkan proses belajar itu sendiri (OECD, 2018). Oleh karena itu, siswa yang mengikuti bimbingan belajar merupakan konteks yang relevan untuk mengkaji berbagai faktor psikologis yang berkaitan dengan proses persiapan seleksi masuk perguruan tinggi.

Salah satu kondisi psikologis yang banyak dikaji pada siswa yang menghadapi tuntutan akademik dan evaluasi berisiko tinggi adalah kecemasan akademik (*academic anxiety*). Kecemasan akademik merupakan respons emosional negatif yang ditandai oleh rasa takut gagal, kekhawatiran berlebihan terhadap hasil evaluasi, serta gangguan konsentrasi dan motivasi belajar (Zeidner, 1998). Penelitian menunjukkan bahwa siswa yang menghadapi situasi evaluasi yang penuh tekanan, seperti seleksi masuk perguruan tinggi atau ujian bertekanan tinggi (*high-stakes testing*), cenderung mengalami tingkat kecemasan akademik yang meningkat karena ketidakpastian hasil dan konsekuensi yang signifikan terhadap masa depan pendidikan mereka (Putwain & Daly, 2014). Selain itu, kecemasan akademik juga terbukti berkaitan dengan performa akademik yang lebih rendah, penurunan kualitas belajar, serta pengalaman psikologis yang negatif selama proses persiapan evaluasi (Cassady & Johnson, 2002). Oleh karena itu, pada siswa SMA kelas XII yang menjadikan keberhasilan seleksi perguruan tinggi sebagai tujuan utama pendidikan, tekanan ini dapat memperkuat munculnya kecemasan akademik sebagai fenomena yang perlu diteliti secara empiris.

Fenomena kecemasan akademik menjelang seleksi masuk perguruan tinggi juga banyak ditemukan pada siswa sekolah menengah atas di berbagai negara, terutama pada sistem pendidikan yang menerapkan seleksi ketat berbasis ujian. Penelitian di negara-negara Barat, termasuk Amerika Serikat, menunjukkan bahwa siswa sekolah menengah atas mengalami peningkatan kecemasan akademik ketika menghadapi ujian masuk perguruan tinggi yang bersifat menentukan, seperti ujian standar nasional, karena tekanan akademik dan tingginya konsekuensi hasil ujian terhadap akses pendidikan tinggi (Pascoe et al., 2020). Di negara-negara Asia Timur seperti Korea Selatan dan Jepang, tekanan untuk berhasil dalam ujian masuk universitas juga dilaporkan sebagai sumber utama stres dan kecemasan akademik pada siswa sekolah menengah, yang berdampak pada kesehatan mental dan kesejahteraan psikologis mereka (Lee & Larson, 2000). Temuan lintas negara dari *Programme for International Student Assessment* (PISA) juga menunjukkan bahwa siswa yang berada dalam sistem evaluasi berisiko tinggi (*high-stakes examination*) cenderung melaporkan tingkat kecemasan akademik yang lebih tinggi (OECD, 2018).

Di Indonesia, kecemasan akademik menjelang seleksi masuk perguruan tinggi merupakan fenomena yang nyata dalam konteks pendidikan menengah, khususnya pada siswa SMA kelas XII yang berada pada fase akhir pendidikan dengan tekanan evaluatif yang tinggi. Sistem seleksi masuk perguruan tinggi yang kompetitif, seperti Seleksi Nasional Berdasarkan Tes (SNBT), menempatkan siswa pada situasi evaluasi berisiko tinggi (*high-stakes evaluation*) yang berpotensi memicu kekhawatiran berlebihan terhadap peluang kelulusan dan masa depan pendidikan mereka (Zubaidah, 2025). Penelitian di Indonesia menunjukkan bahwa siswa SMA yang mempersiapkan diri menghadapi UTBK/SNBT cenderung mengalami peningkatan stres dan kecemasan akademik akibat tekanan performa dan ketatnya persaingan (Mujahidin et al., 2025). Selain itu, kecemasan akademik siswa juga dipengaruhi oleh faktor pribadi dan keluarga, dengan sebagian besar siswa berada pada kategori kecemasan sedang selama proses belajar dan evaluasi akademik berlangsung (Kartika & Aviani, 2023). Temuan ini menegaskan bahwa kecemasan akademik menjelang seleksi perguruan tinggi merupakan isu psikologis yang signifikan dan relevan untuk diteliti lebih lanjut di Indonesia.

Berdasarkan fenomena tersebut, peneliti melakukan studi pendahuluan untuk memperoleh gambaran awal mengenai kecemasan akademik yang dialami siswa SMA kelas XII dalam menghadapi seleksi masuk perguruan tinggi di Bimbingan Belajar. Peneliti melakukan studi pendahuluan menggunakan kuesioner kepada 27 orang siswa SMA kelas XII di Bimbel Salemba Group Depok pada rentang usia 15-18 tahun. Dari 27 responden terdapat 20 siswa yang merasakan cemas yang berlebihan, khawatir yang besar, gelisah berkepanjangan, susah fokus dan terkadang sulit tidur karena terlalu banyak memikirkan hal hal buruk yang berlebihan dan belum tentu terjadi yang dimana gejala tersebut sesuai dengan indikator kecemasan akademik yang dijelaskan oleh Cassidy (2010). Kecemasan yang mereka rasakan disebabkan oleh berbagai faktor internal dan eksternal.

Sebanyak 27 dari 27 siswa menjawab bahwa faktor internal menjadi salah satu penyebab mereka merasakan cemas terhadap kegiatan akademik nya. Dari hasil jawaban studi awal yang dilakukan peneliti, faktor internal yang paling dominan adalah kurang percaya diri atau rendahnya *self-efficacy* (40%). Faktor lain yang juga muncul yaitu manajemen diri yang kurang baik seperti menunda dan sulit mengatur waktu (23.33%), overthinking dan takut gagal (13.33%), kesulitan memahami materi (10%), serta sebagian responden juga mengalami kelelahan fisik (6.67%), motivasi rendah (3.33%), dan tekanan sosial internal (3.33%).

Sementara itu 27 responden siswa menjawab bahwa faktor eksternal pun turut melengkapi kecemasan akademik diantaranya adalah tekanan sosial dan lingkungan (29.63%), selanjutnya yaitu tekanan keluarga, juga berperan cukup besar (18.52%), terutama terkait ekspektasi orangtua terhadap prestasi akademik. Selain itu, faktor beban akademik (14.81%) seperti banyaknya tugas, materi yang sulit, serta perubahan kurikulum turut memunculkan kecemasan. Persaingan akademik (14.81%) juga menjadi pemicu yang signifikan. Sebanyak 22.22% responden tidak memberikan jawaban.

Dalam ranah psikologi, kecemasan merupakan respon subjektif ketika seseorang menghadapi situasi yang ia anggap mengancam. Ketika kecemasan ini berada pada konteks akademis, khususnya evaluasi pembelajaran diketahui adanya respon emosional negatif berupa kekhawatiran, ketegangan, dan rasa takut yang muncul ketika siswa merasakan ancaman atau tekanan dari berbagai tuntutan akademik disebut dengan kecemasan akademik (*Academic Anxiety*) (Cassady et al., 2019).

Dari hasil *literature review*, berbagai penelitian menunjukkan bahwa kecemasan akademik dapat dipengaruhi maupun memengaruhi variabel psikologis lainnya. Berbagai faktor eksternal maupun internal terbukti memiliki peran dalam meningkatkan kecemasan akademik. Cassady & Johnson (2002) menjelaskan bahwa tekanan evaluasi seperti ujian, tuntutan akademik, serta ekspektasi performa merupakan pemicu utama munculnya kecemasan akademik. Kondisi ini diperkuat oleh temuan Putwain & Von Der Embse (2018) yang menunjukkan bahwa gaya komunikasi guru yang bersifat ancaman (*fear appeals*), seperti menekankan risiko kegagalan atau nilai buruk, dapat meningkatkan kecemasan akademik siswa. Faktor lain seperti beban tugas akademik yang berat dan tekanan dari orangtua juga secara terbukti berkaitan dengan meningkatnya stres atau kecemasan akademik. Sebagai contoh, Rizki et al., (2025) menemukan bahwa siswa SMK melaporkan beban tugas dan ekspektasi orangtua sebagai faktor utama kecemasan akademik.

Tidak hanya dipengaruhi oleh variabel lain, kecemasan akademik juga memiliki konsekuensi psikologis yang signifikan. Owens et al., (2012) menemukan bahwa kecemasan akademik berhubungan dengan penurunan performa akademik akibat adanya gangguan konsentrasi dan *cognitive interference* selama proses belajar maupun ujian. Selain itu, kecemasan akademik dapat menurunkan motivasi belajar, terutama ketika siswa merasa tidak mampu memenuhi tuntutan akademik yang ada (Schillinger et al., 2021). Dampak yang lebih luas terlihat pada kesehatan mental siswa, di mana kecemasan akademik dapat meningkatkan

stres, kelelahan emosional, serta menurunkan kesejahteraan psikologis secara keseluruhan (Von Der Embse et al., 2018). Temuan-temuan ini menunjukkan bahwa kecemasan akademik merupakan variabel penting yang tidak hanya dipengaruhi oleh berbagai faktor psikologis, tetapi juga berdampak signifikan terhadap proses belajar dan kesejahteraan siswa.

Jika mengamati lebih dalam dari hasil studi pendahuluan, salah satu faktor internal yang dominan berkaitan dengan kecemasan akademik adalah efikasi diri, yang dalam ranah akademik dikenal dengan istilah *Academic Self-Efficacy*. Menurut Pajares (1996), *Academic Self-Efficacy* merujuk pada keyakinan siswa mengenai kemampuan mereka dalam menyelesaikan tugas-tugas akademik tertentu. Keyakinan ini memengaruhi bagaimana siswa menilai tuntutan akademik, memilih strategi belajar, serta menentukan usaha dan ketekunan ketika menghadapi kesulitan. Siswa dengan efikasi diri akademik yang tinggi cenderung lebih percaya diri, lebih mampu mengatur proses belajarnya, serta lebih efektif dalam menghadapi tekanan dan kecemasan akademik. Pajares (1996) menegaskan bahwa efikasi diri bersifat sangat spesifik terhadap domain atau mata pelajaran tertentu, sehingga persepsi keberhasilan di suatu bidang sangat menentukan bagaimana siswa merespons tantangan akademik.

Sementara itu, Jinks & Morgan (1999) menguatkan pandangan tersebut dengan menyatakan bahwa *Academic Self-Efficacy* bukan hanya terkait dengan persepsi kemampuan intelektual, tetapi juga berkaitan dengan bagaimana siswa memandang keberhasilan sebelumnya, dukungan dari guru atau teman sebaya, dan kontrol personal dalam proses belajar. Dalam *Morgan-Jinks Student Efficacy Scale (MJSES)*, mereka memandang efikasi akademik sebagai keyakinan siswa terhadap kemampuan mereka dalam tiga aspek, yaitu *talent* (kemampuan bawaan/aptitude), *context* (dukungan dan persepsi terhadap lingkungan belajar seperti guru dan sekolah), dan *effort* (kesediaan dan kemampuan untuk berusaha dan bertahan). Artinya, efikasi diri akademik tidak hanya muncul dari kemampuan kognitif, tetapi juga dari interaksi antara kemampuan, pengalaman keberhasilan, serta dukungan sosial dan lingkungan belajar.

Dari hasil penelitian yang dilakukan oleh Usher & Pajares (2008) menyatakan bahwa efikasi diri menjadi prediktor penting kemampuan siswa dalam mengelola pikiran negatif, rasa takut gagal, serta tekanan akademik lainnya. Temuan ini sejalan dengan penelitian Arumsari & Ariati (2020) yang menunjukkan bahwa efikasi diri akademik berhubungan negatif dan signifikan dengan kecemasan menghadapi ujian pada siswa kelas XII, sehingga semakin tinggi efikasi diri, semakin rendah kecemasan yang dirasakan. Siswa dengan efikasi diri tinggi

cenderung lebih percaya diri, mampu mengatur diri, dan lebih efektif mengendalikan pikiran negatif ketika menghadapi evaluasi, sedangkan efikasi diri rendah sering dikaitkan dengan kekhawatiran, keraguan diri, dan meningkatnya kecemasan akademik.

Adapun penelitian lainnya menemukan temuan yang berbeda, penelitian yang dilakukan oleh Liu et al. (2024) yang memberikan perspektif baru mengenai arah hubungan antara efikasi diri dan kecemasan akademik. Penelitian ini menggunakan desain longitudinal dengan dua pengukuran (T1 dan T2) pada peserta didik untuk melihat hubungan jangka panjang antara *self-efficacy*, *self-esteem*, dan *test anxiety*. Menariknya, hasil analisis *cross-lagged panel* menunjukkan bahwa kecemasan ujian justru lebih berpengaruh terhadap penurunan efikasi diri pada waktu berikutnya, bukan sebaliknya. Dengan kata lain, ketika individu memiliki tingkat kecemasan ujian yang tinggi, keyakinannya untuk mampu menghadapi tuntutan akademik cenderung menurun pada fase pengukuran selanjutnya. Hasil ini bertentangan dengan asumsi umum yang menyebutkan bahwa efikasi diri adalah faktor utama yang menurunkan kecemasan akademik. Temuan Liu et al., (2024) juga menekankan bahwa hubungan antara kedua variabel tersebut bersifat dinamis dan tidak sepenuhnya searah, sehingga diperlukan penelitian lanjutan untuk memeriksa kembali bagaimana efikasi diri bekerja dalam konteks kecemasan akademik.

Kecemasan akademik pada siswa SMA pada hasil studi awal di atas diketahui pula dapat dipengaruhi oleh faktor eksternal. Faktor eksternal berupa tuntutan lingkungan terhadap diri seseorang, seperti keluarga, masyarakat, atau sekolah (Permatasari et al., 2018). Keluarga sebagai sistem terkecil dalam lingkungan seorang individu memiliki pengaruh yang sangat besar terhadap perkembangan individu tersebut. Perkembangan mental, emosional, dan sosial remaja sangat dipengaruhi oleh orangtua (Belsky, 1990). Orangtua berperan penting dalam mendukung dan mendorong pencapaian akademik anak (Santrock, 2019). Nilai-nilai yang diberikan oleh orangtua terhadap pendidikan dapat memberikan perbedaan besar dalam pendidikan anak mereka.

Setiap orang tua memiliki harapan agar anaknya memperoleh yang terbaik. Dukungan yang diberikan pun beragam sesuai dengan besarnya harapan terhadap anak. Adanya harapan orangtua tentunya merupakan suatu hal yang baik, karena tidak salah jika orangtua mengharapkan anaknya untuk melakukan yang terbaik. Akan tetapi, tanpa disadari oleh orangtua, keinginan maupun aspirasi untuk membuat anak sesuai dengan harapannya secara langsung maupun tidak memberikan tekanan terhadap anak mereka (Permatasari et al., 2018).

Harapan orangtua terhadap prestasi akademik banyak dialami siswa, terutama pada konteks budaya Asia yang menempatkan keberhasilan akademik sebagai wujud kehormatan keluarga (Ang & Huan, 2006). Dalam konteks ini, siswa seringkali menghadapi ekspektasi yang tinggi dari orangtua untuk menunjukkan capaian akademik yang memuaskan, memperoleh peringkat baik, masuk jurusan tertentu, hingga mencapai masa depan karier yang sesuai dengan standar keluarga. Tidak sedikit Siswa sering kali memaknai pendidikan bukan sekadar proses pemenuhan kebutuhan pribadi, tetapi juga sebagai bentuk tanggung jawab moral untuk memenuhi standar yang ditetapkan keluarga.

Secara teoretis, harapan orangtua didefinisikan sebagai keyakinan, standar, dan tujuan yang diharapkan orangtua dapat dicapai oleh anak, baik dalam bidang akademik, personal maupun karier (L.-F. Wang & Heppner, 2002). Harapan yang tinggi dapat menjadi positif jika sesuai dengan kemampuan anak, namun sebaliknya dapat menjadi beban psikologis ketika tidak realistis atau tidak sesuai kapasitas (Zhan, 2006). Bahkan, penelitian Wang & Heppner (2002) menunjukkan bahwa tekanan emosional lebih disebabkan oleh persepsi anak bahwa dirinya tidak mampu memenuhi ekspektasi orangtuanya, bukan semata-mata tingginya ekspektasi itu sendiri.

Sasikala & Karunanidhi (2011), melalui pengembangan *Perception of Parental Expectation Inventory (PPEI)*, menjelaskan bahwa ekspektasi orangtua terdiri atas empat dimensi, yaitu harapan akademik, harapan personal, harapan terhadap karier, dan ambisi orangtua. Keempat dimensi ini menunjukkan bahwa ekspektasi orangtua tidak hanya terfokus pada nilai akademik, tetapi juga meluas ke perilaku, kepribadian, serta arah masa depan anak. Ketidaksesuaian antara ekspektasi tersebut dan kemampuan anak dapat memunculkan tekanan internal yang mengarah pada kecemasan belajar dan ketakutan akan kegagalan (Zhan, 2006).

Tekanan ini berkaitan erat dengan kecemasan akademik, yaitu kondisi emosional ketika siswa merasa takut, cemas, atau terancam dalam menghadapi tuntutan (Agliata & Renk, 2008). Kecemasan akademik sering muncul ketika siswa takut mengecewakan orangtua, merasa tidak cukup baik, atau khawatir gagal memenuhi standar yang ditetapkan keluarga (L.-F. Wang & Heppner, 2002). Penelitian Agliata & Renk (2008) menunjukkan bahwa ketidaksesuaian antara harapan orangtua dan persepsi kemampuan diri menyebabkan penurunan harga diri dan peningkatan kecemasan akademik.

Di Indonesia, penelitian Muhid & Mukarromah (2018) menemukan bahwa harapan orangtua memiliki pengaruh signifikan terhadap *fear of failure* pada siswa SMA, terutama

ketika siswa merasa bahwa nilai akademik adalah satu-satunya cara untuk membanggakan orangtua. Temuan ini sejalan dengan penelitian Novillasari & Mardhiyah (2021) yang menemukan bahwa semakin tinggi harapan orangtua, semakin tinggi pula ketakutan anak terhadap kegagalan akademik. Bahkan, penelitian terbaru oleh Putriadi & Monika (2025) menunjukkan bahwa harapan orangtua memberikan kontribusi terhadap *future anxiety* siswa, khususnya ketika ekspektasi tersebut tidak sejalan dengan minat dan pilihan pribadi anak.

Permatasari et al., (2018) menemukan bahwa harapan akademik orangtua (*parent's academic expectation*) dan konsep diri akademik siswa berpengaruh signifikan terhadap kecemasan siswa menjelang Ujian Nasional (UN). Selain itu, studi di “Jurnal Ilmiah Wahana Pendidikan” menunjukkan bahwa mendekati UN, siswa mengalami gejala kegugupan, gelisah, dan kecemasan karena berbagai faktor tekanan dari lingkungan sekolah dan orangtua (Kita & Wilani, 2024). Tekanan ini tidak sekadar “teori” tetapi mereka dirasakan secara nyata di lapangan dan tercatat dalam penelitian nyata.

Meskipun banyak penelitian menunjukkan adanya hubungan positif antara persepsi harapan orangtua dan kecemasan akademik, dimana ekspektasi keluarga yang tinggi sering dikaitkan dengan meningkatnya rasa khawatir dan takut gagal pada siswa hasil beberapa studi menunjukkan pola yang lebih kompleks. Seperti pada penelitian (Zheng et al., 2023) menjelaskan bahwa pengaruh tekanan akademik terhadap *test anxiety* dipengaruhi (dimoderasi) oleh tingkat persepsi harapan orangtua; dengan kata lain, pada siswa yang merasakan ekspektasi orangtua sangat kuat, efek tekanan akademik terhadap kecemasan menjadi lebih besar, sedangkan pada siswa yang merasakan dukungan keluarga atau harapan yang seimbang, efek tersebut cenderung berkurang. Studi ini menggunakan kuesioner terstandar pada sampel pelajar dan analisis moderasi untuk menunjukkan bahwa persepsi harapan orangtua tidak selalu berpengaruh langsung tetapi dapat memperkuat atau melemahkan hubungan antara stres akademik dan kecemasan.

Melihat berbagai tekanan yang harus dihadapi siswa SMA kelas XII menjelang seleksi masuk perguruan tinggi, mulai dari padatnya beban belajar, tingginya persaingan, hingga konsekuensi besar yang melekat pada hasil seleksi, wajar apabila banyak siswa mengalami kecemasan akademik yang cukup tinggi. Seleksi masuk perguruan tinggi dipersepsikan sebagai penentu arah pendidikan dan masa depan, sehingga dapat menimbulkan kekhawatiran berlebihan terhadap kemampuan diri dan peluang keberhasilan. Oleh karena itu, penelitian mengenai kecemasan akademik siswa SMA kelas XII dalam menghadapi seleksi masuk

perguruan tinggi menjadi penting untuk dilakukan guna memahami kondisi psikologis siswa pada fase krusial ini. Namun demikian, masih terbatas penelitian yang secara khusus mengkaji bagaimana keyakinan siswa terhadap kemampuan dirinya (*Academic Self-Efficacy*) serta harapan orangtua (*Parental Expectation*) berperan dalam membentuk kecemasan akademik tersebut.

Penelitian terdahulu juga menunjukkan adanya ketidakkonsistenan hasil terkait hubungan kedua variabel tersebut dengan kecemasan akademik, serta minimnya penelitian yang meninjau keduanya secara simultan dalam konteks persiapan seleksi masuk perguruan tinggi. Dengan demikian, penelitian ini tidak hanya penting secara teoritis, menawarkan kebaruan dengan mengkaji peran *Academic Self-Efficacy* dan *Parental Expectation* terhadap kecemasan akademik pada siswa SMA kelas XII yang sedang mempersiapkan diri menghadapi seleksi perguruan tinggi. Selain itu, penelitian ini dilakukan pada siswa SMA kelas XII di Bimbel Salemba Group Depok, sehingga memberikan konteks penelitian yang lebih spesifik serta memperkaya kajian mengenai faktor-faktor yang memengaruhi kecemasan akademik pada fase transisi menuju pendidikan tinggi. Oleh karena itu, penelitian mengenai “*Pengaruh Academic Self-Efficacy dan Parental Expectation terhadap Academic Anxiety pada Siswa SMA Kelas XII di Bimbel Salemba Group Depok*” menjadi relevan dan diperlukan untuk memberikan pemahaman yang lebih komprehensif sekaligus menjadi dasar bagi sekolah, orangtua, dan lembaga bimbingan belajar dalam merancang dukungan yang lebih tepat bagi siswa.

Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang diatas, rumusan masalah penelitian adalah :

1. Apakah *Academic Self-Efficacy* terdapat pengaruh terhadap *Academic Anxiety* siswa SMA kelas XII Bimbel Salemba Group ?
2. Apakah *Parental Expectation* terdapat pengaruh terhadap *Academic Anxiety* siswa SMA kelas XII Bimbel Salemba Group?
3. Apakah *Academic Self-Efficacy* dan *Parental Expectation* memiliki pengaruh terhadap *Academic Anxiety* siswa SMA kelas XII Bimbel Salemba Group ?

Tujuan Penelitian

Berdasarkan rumusan masalah diatas, maka tujuan penelitian adalah :

1. Untuk mengetahui pengaruh *Academic Self-Efficacy* terhadap Kecemasan Akademik Siswa SMA kelas XII Bimbel Salemba Group

2. Untuk mengetahui pengaruh *Parental Expectation* terhadap Kecemasan Akademik pada Siswa SMA kelas XII Bimbel Salemba Group
3. Untuk mengetahui pengaruh *Academic Self-Efficacy* dan *Parental Expectation* terhadap Kecemasan Akademik pada siswa SMA kelas XII Bimbel Salemba Group

Kegunaan Penelitian

Kegunaan Teoritis

Secara umum, penelitian ini diharapkan dapat memperkaya kajian psikologi pendidikan terkait faktor-faktor yang memengaruhi kecemasan akademik pada siswa. Temuan penelitian ini dapat memberikan kontribusi bagi pengembangan pengetahuan mengenai bagaimana *Academic Self-Efficacy* dan *Parental Expectation* berperan dalam membentuk respon kecemasan pada konteks persiapan menghadapi seleksi masuk perguruan tinggi, khususnya pada siswa kelas XII. Selain itu, penelitian ini juga dapat menjadi referensi untuk penelitian-penelitian selanjutnya yang mengkaji variabel-variabel serupa dalam konteks yang berbeda, seperti mahasiswa atau siswa SMP.

Kegunaan Praktis

Secara praktis, hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan manfaat bagi berbagai pihak, antara lain:

1. Bagi siswa
Penelitian ini diharapkan membantu siswa memahami bagaimana keyakinan terhadap kemampuan diri dan harapan orangtua dapat memengaruhi kecemasan akademik, sehingga siswa dapat lebih mudah mengenali sumber kecemasannya dan mengembangkan strategi pengelolaan yang lebih adaptif.
2. Bagi Orangtua
Hasil penelitian memberikan wawasan bagi orangtua mengenai dampak ekspektasi akademik terhadap kondisi psikologis anak, sehingga orangtua dapat menyesuaikan cara mendukung dan menetapkan harapan yang lebih realistis sesuai kemampuan siswa.
3. Bagi guru dan pihak sekolah/bimbel
Temuan penelitian dapat menjadi acuan dalam merancang pendampingan belajar yang lebih responsif terhadap kebutuhan siswa, terutama dalam membantu meningkatkan *self-efficacy* dan mengurangi kecemasan akademik menjelang evaluasi besar.