

**PENGARUH KONSEP DIRI DAN KECEMASAN TERHADAP
PEMAHAMAN KONSEP IPA PESERTA DIDIK
KELAS VIII DI SMPN 21 BANDAR
LAMPUNG**

Skripsi

Diajukan Untuk Melengkapi Tugas-Tugas dan Memenuhi Syarat-Syarat
Guna Memperoleh Gelar Sarjana Pendidikan (S.Pd)
Dalam Ilmu Biologi

OLEH :
SITI HASNIATI
1311060184

Jurusan : Pendidikan Biologi



**FAKULTAS TARBIYAH DAN KEGURUAN
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI RADEN INTAN
LAMPUNG
1438 H / 2017**

**PENGARUH KONSEP DIRI DAN KECEMASAN TERHADAP
PEMAHAMAN KONSEP IPA PESERTA DIDIK
KELAS VIII DI SMPN 21 BANDAR
LAMPUNG**

Skripsi

Diajukan Untuk Melengkapi Tugas-Tugas dan Memenuhi Syarat-Syarat
Guna Memperoleh Gelar Sarjana Pendidikan (S.Pd)
Dalam Ilmu Biologi

OLEH :
SITI HASNIATI
1311060184

Jurusan : Pendidikan Biologi

Pembimbing I : Drs. H. Badrul Kamil, M.Pd.I
Pembimbing II : Supriyadi, M.Pd

**FAKULTAS TARBIYAH DAN KEGURUAN
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI RADEN INTAN
LAMPUNG
1438 H / 2017 M**

ABSTRAK

Pengaruh Konsep Diri Dan Kecemasan Terhadap Pemahaman Konsep IPA Peserta Didik Kelas VIII Di SMPN 21 Bandar Lampung

Oleh
Siti Hasniati

Pandangan individu yang berbeda-beda tentang pelajaran IPA dapat mempengaruhi hasil belajar siswa. Pandangan siswa tersebut merupakan gambaran dari konsep diri siswa terhadap pelajaran IPA. Siswa yang optimis dan percaya diri dalam pembelajaran IPA akan mengkonsepkan dirinya positif, namun jika siswa memiliki konsep diri negatif maka ia akan mengkonsepkan dirinya tidak mampu menghadapi tantangan-tantangan dalam proses belajar IPA, Sehingga timbul dalam dirinya kekhawatiran dan kecemasan dalam menghadapi pembelajaran IPA. Konsep diri dan kecemasan merupakan faktor internal yang dapat mempengaruhi hasil belajar siswa. Sehingga dalam penelitian ini akan dibahas tentang pengaruh konsep diri dan kecemasan terhadap pemahaman konsep IPA. Tujuan dari penelitian ini adalah untuk menganalisis apakah ada pengaruh antara : 1) konsep diri terhadap pemahaman konsep IPA, 2) kecemasan terhadap pemahaman konsep IPA, 3) konsep diri terhadap kecemasan, 4) konsep diri dan kecemasan terhadap pemahaman konsep IPA.

Penelitian ini merupakan korelasional dan pendekatan kuantitatif. Populasi ini adalah seluruh peserta didik kelas VIII SMPN 21 Bandar Lampung tahun pelajaran 2017/2018 yang berjumlah 150. Dengan metode penarikan sampel *Cluster Random Sampling*, diambil 40 peserta didik. Pengumpulan data konsep diri dan kecemasan terhadap pemahaman konsep IPA dilakukan dengan metode angket, sedangkan data pemahaman konsep IPA diperoleh dari soal tes IPA. Teknik analisis data yang digunakan adalah analisis regresi linier sederhana dan analisis regresi linier ganda dengan taraf signifikansi sebesar 0,05.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa: (1) terdapat pengaruh antara konsep diri terhadap pemahaman konsep IPA yang ditunjukkan dengan adanya $t = 4.080 > 2.333$. (2) terdapat pengaruh antara kecemasan terhadap pemahaman konsep IPA yang ditunjukkan dengan adanya $t = 3.036 > 2.333$. (3) terdapat pengaruh konsep diri terhadap kecemasan yang ditunjukkan dengan adanya $t = 3.119 > 2.333$. (4) terdapat pengaruh antara konsep diri dan kecemasan terhadap pemahaman konsep IPA yang ditunjukkan dengan $t = 10.015 > 3.2519$.

Kata Kunci: Kecemasan, Konsep Diri, dan Pemahaman Konsep IPA

MOTTO

وَلَا تَقْفُ مَا لَيْسَ لَكَ بِهِ عِلْمٌ إِنَّ السَّمْعَ وَالْبَصَرَ وَالْفُؤَادَ كُلُّ أُولَئِكَ كَانَ عَنْهُ
مَسْئُولًا

Artinya : “Dan janganlah kamu mengikuti apa yang kamu tidak mempunyai pengetahuan tentangnya. Sesungguhnya pendengaran, penglihatan dan hati, semuanya itu akan diminta pertanggung jawaban” (QS. Al-Israa’ ayat 36)¹

¹ Departemen Agama RI, *Al-Quran dan Terjemahnya Juz 1-30 Edisi Terbaru* (Surabaya:Mekar Surabaya, 2004), h. 228.

PERSEMBAHAN

Skripsi ini penulis persembahkan kepada :

1. Ayahanda Rohmat Bakri dan Ibunda Mistiyanti yang selalu memberikan kasih sayang, perhatian, bimbingan, do'a, senantiasa memberikan keteduhan dalam hidupku, dan perjuangan tetesan keringat demi memberikan dukungan keberhasilan studiku.
2. Adikku (Muhammad Rifai) dan seluruh keluarga besarku (kakek, nenek) yang selalu memberikan dukungan serta do'a untuk keberhasilanku.
3. Rohim Suhada yang senantiasa memberikan semangat dan motivasi kepada penulis.
4. Sahabat-sahabatku Ocha Febriana, Meliya, Lestari, Hefi Rahmawati, Suhada, Putriyana, Rizky Mulia Octariani, Meivi Aldona Thessalonica, dan Ferina Evelyn yang sama-sama berjuang dan selalu memberikan semangat kepada penulis.

RIWAYAT HIDUP

Penulis bernama Siti Hasniati. Lahir di Kalianda, Pada hari Senin tanggal 23 Oktober 1995. Anak pertama dari dua bersaudara dari pasangan Rohmat Bakri dan Mistiyanti.

Pendidikan formal yang pernah penulis tempuh dimulai di Taman Kanak-Kanak (TK) PGRI Pasuruan lulus pada tahun 2002. Kemudian, di SD Negeri 1 Pasuruan lulus pada tahun 2008. Selama di SD penulis aktif dalam kegiatan Pramuka. Lalu, meneruskan di Sekolah Menengah Pertama (SMP) Negeri 1 Penengahan lulus pada tahun 2010 dan di Sekolah Menengah Atas (SMA) Negeri 1 Penengahan lulus pada tahun 2013. Selama di SMA penulis aktif dalam kegiatan Paskibraka dan Pramuka. Tahun 2013, penulis menempuh Studi Pendidikan S1 di Universitas Islam Negeri Raden Intan Lampung Jurusan Pendidikan Biologi Fakultas Tarbiyah dan Keguruan. Pada Agustus 2017, Penulis Kuliah Kerja Nyata (KKN) di Desa Sumber Rejo Kecamatan Kota Gajah Kabupaten Lampung Tengah dan Praktik Pengalaman Lapangan (PPL) di SMPN 21 Bandar Lampung.

KATA PENGANTAR

Puji syukur kehadiran Allah SWT yang telah memberikan rahmat, hidayah dan kemudahan-Nya, sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi ini yang berjudul **“Pengaruh Konsep Diri Dan Kecemasan Terhadap Pemahaman Konsep IPA Peserta Didik Kelas VIII Di SMPN 21 Bandar Lampung”**. Sebagai persyaratan guna mendapatkan gelar sarjana dalam ilmu Tarbiyah dan Keguruan Jurusan Pendidikan Biologi Universitas Islam Negeri Raden Intan Lampung.

Penulis menyadari sepenuhnya bahwa skripsi ini tidak dapat berhasil dengan begitu saja tanpa adanya bimbingan, bantuan, motivasi dan fasilitas yang diberikan. Untuk itu penulis mengucapkan terima kasih yang sedalam-dalamnya kepada semua pihak yang telah membantu baik moril maupun materil sehingga terselesaikannya skripsi ini, rasa hormat dan terima kasih penulis sampaikan kepada:

1. Dr. H. Chairul Anwar, M.Pd selaku Dekan Fakultas Tarbiyah dan Keguruan Universitas Islam Negeri Raden Intan Lampung.
2. Dr. Bambang Sri Anggoro, M.Pd selaku Ketua Jurusan Pendidikan Biologi Universitas Islam Negeri Raden Intan Lampung.
3. Dwijowati Asih Saputri, M.Si selaku Sekretaris Jurusan Pendidikan Biologi Universitas Islam Negeri Raden Intan Lampung.
4. Drs. Badrul Kamil, M.Pd.I selaku pembimbing I yang telah menyediakan waktu dan membimbing menyelesaikan skripsi ini.

5. Supriyadi M.Pd selaku pembimbing II, yang telah mengarahkan dalam menyelesaikan skripsi ini.
6. Bapak dan Ibu Dosen Fakultas Tarbiyah dan Keguruan UIN Raden Intan Lampung yang telah banyak membantu dan memberikan ilmunya kepada penulis selama menempuh perkuliahan sampai selesai.
7. Hj. Yuliati, S.Pd., MM. selaku Kepala Sekolah SMP Negeri 21 Bandar Lampung yang telah mengizinkan penulis untuk mengadakan penelitian di sekolah tersebut.
8. Hj. Rosidah, S.Pd., selaku guru Mata Pelajaran IPA yang telah membantu selama penulis mengadakan penelitian.
9. Teman-teman angkatan 2013 Jurusan Pendidikan Biologi kelas E yang telah memotivasi dan memberikan semangat selama perjalanan penulis menjadi mahasiswa UIN Raden Intan Lampung.
10. Almamaterku tercinta UIN Raden Intan Lampung.

Semoga semua kebaikan yang telah diberikan dengan ikhlas dicatat sebagai amal ibadah di sisi Allah SWT, dan semoga skripsi ini dapat bermanfaat dan dapat memberi sumbangsi bagi dunia pendidikan.

Bandar Lampung, 2017

Penulis

SITI HASNIATI
NPM. 1311060184

DAFTAR ISI

	Halaman
HALAMAN JUDUL	
ABSTRAK	ii
PERSETUJUAN	iii
PENGESAHAN	iv
MOTTO	v
PERSEMBAHAN	vi
RIWAYAT HIDUP	vii
KATA PENGANTAR	viii
DAFTAR ISI	x
DAFTAR TABEL	xiii
DAFTAR BAGAN	xiv
DAFTAR LAMPIRAN	xv
BAB I PENDAHULUAN	
A. Latar Belakang Masalah	1
B. Identifikasi Masalah	11
C. Batasan Masalah	11
D. Rumusan Masalah	12
E. Tujuan Penelitian	12
F. Manfaat Penelitian	13
G. Ruang Lingkup Penelitian	14
BAB II LANDASAN TEORI	
A. Hakikat Belajar	17
1. Pengertian Belajar.....	17
2. Jenis-jenis Belajar.....	19
3. Teori-teori Belajar	21
4. Prinsip-prinsip Belajar	23
B. Faktor-faktor yang Mempengaruhi Belajar	23

1. Faktor-faktor Internal	23
2. Faktor-faktor Eksternal.....	26
C. Konsep Diri	28
1. Pengertian Konsep Diri	28
2. Aspek-aspek Konsep Diri.....	29
3. Faktor-faktor yang Mempengaruhi Konsep Diri	31
4. Dimensi-dimensi Konsep Diri	32
5. Macam-macam Konsep Diri.....	34
6. Indikator Konsep Diri.....	35
D. Kecemasan	36
1. Pengertian Kecemasan	36
2. Aspek-aspek Kecemasan.....	36
3. Macam-macam Kecemasan	38
4. Indikator Kecemasan.....	39
E. Pemahaman Konsep	40
1. Pengertian Pemahaman dan Konsep	40
2. Indikator Pemahaman Konsep	44
F. Kerangka Berpikir	45
G. Hipotesis Penelitian.....	48

BAB III METODOLOGI PENELITIAN

A. Desain Penelitian	50
B. Tempat dan Waktu Penelitian	51
C. Variabel Penelitian	51
D. Populasi dan Sampel Penelitian.....	52
E. Teknik Pengumpulan Data	52
F. Instrumen Penelitian.....	54
G. Analisis Uji Coba Instrumen	56
1. Uji Validitas Instrumen	55
2. Uji Reliabilitas Instrumen	57

3. Uji Tingkat Kesukaran	59
4. Uji Daya Beda	60
H. Teknik Analisis Data	62
1. Analisis Deskriptif	63
2. Uji Prasyarat Analisis.....	63
BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN	
A. Data Hasil Penelitian	67
1. Hasil Angket Konsep Diri.....	67
2. Hasil Angket Kecemasan	69
3. Hasil Tes Pemahaman Konsep.....	70
B. Uji Prasyarat Analisis	71
1. Uji Normalitas.....	72
2. Uji Linieritas	73
3. Uji Multikolinieritas.....	74
C. Pengujian Hipotesis Penelitian.....	75
D. Pembahasan	78
BAB V KESIMPULAN	
A. Kesimpulan.....	87
B. Saran	88
DAFTAR PUSTAKA	
LAMPIRAN-LAMPIRAN	

DAFTAR TABEL

	Halaman
Tabel 1.1 Hasil Gejala-Gejala Kecemasan.....	5
Tabel 1.2 Hasil Belajar.....	9
Tabel 2.1 Kemampuan Pemahaman	41
Tabel 3.2 Rumus Kategori Skor Konsep Diri	54
Tabel 3.3 Rumus Kategori Skor Kecemasan	55
Tabel 3.4 Interpretasi Nilai Kemampuan Pemahaman Konsep	56
Tabel 3.5 Validitas	57
Tabel 3.6 Hasil Perhitungan Validitas Soal Sistem Gerak Manusia.....	57
Tabel 3.7 Hasil Perhitungan Validitas Soal Sistem Pencernaan Manusia	58
Tabel 3.8 Reliabilitas	59
Tabel 3.9 Hasil Perhitungan Reliabilitas Soal	59
Tabel 3.10 Tingkat Kesukaran	60
Tabel 3.11 Hasil Analisis Tingkat Kesukaran Soal Sistem Gerak Manusia	60
Tabel 3.12 Hasil Analisis Tingkat Kesukaran Soal Sistem Pencernaan	60
Tabel 3.13 Daya Beda.....	61
Tabel 3.14 Hasil Analisis Daya Pembeda Soal Sistem Gerak Manusia	62
Tabel 3.15 Hasil Analisis Daya Pembeda Soal Sistem Pencernaan	62
Tabel 4.1. Hasil Analisis Deskriptif Konsep Diri	68
Tabel 4.2 Hasil Analisis Deskriptif Kecemasan	70
Tabel 4.3 Hasil Analisis Deskriptif Pemahaman Konsep.....	71
Tabel 4.4 Hasil Uji Normalitas	72
Tabel 4.5 Hasil Uji Linieritas.....	73
Tabel 4.6 Hasil Uji Multikolinieritas	74
Tabel 4.7 Hasil Uji Hipotesis I.....	75
Tabel 4.8 Hasil Uji Hipotesis II	76
Tabel 4.9 Hasil Uji Hipotesis III.....	77
Tabel 4.10 Hasil Uji Hipotesis IV.....	78

DAFTAR BAGAN

	Halaman
Bagan 2.1 Kerangka Berpikir	47
Bagan 3.1 Pengaruh Variabel X_1 dan X_2 Terhadap Y	50

DAFTAR LAMPIRAN

	Halaman
Lampiran 1 Skor Angket Konsep Diri	90
Lampiran 2 Skor Angket Kecemasan	91
Lampiran 3 Angket Konsep Diri	92
Lampiran 4 Angket Konsep Diri.....	97
Lampiran 5 Angket Kecemasan	100
Lampiran 6 Angket Kecemasan	105
Lampiran 7 Kisi-kisi Soal Sistem Gerak Manusia.....	108
Lampiran 8 Soal Sistem Gerak Manusia.....	116
Lampiran 9 Kisi-kisi Soal Sistem Pencernaan Manusia	120
Lampiran 10 Soal Sistem Pencernaan Manusia.....	132
Lampiran 11 Materi Sistem Gerak Dan Sistem Pencernaan.....	137
Lampiran 12 Rekapitulasi Hasil Angket dan Soal	144
Lampiran 13 Rekapitulasi Angket Konsep Diri Excel.....	145
Lampiran 14 Rekapitulasi Angket Kecemasan Excel.....	146
Lampiran 15 Rekapitulasi Pemahaman Konsep IPA Excel.....	147
Lampiran 16 Analisis Deskriptif.....	148
Lampiran 17 Regresi.....	150
Lampiran 18 Uji Normalitas	158
Lampiran 19 Uji Linieritas.....	159
Lampiran 20 Uji Multikolinieritas	161
Lampiran 21 Uji Hipotesis.....	162
Lampiran 22 Perhitungan Uji Coba Soal Sistem Gerak Manusia	164
Lampiran 23 Perhitungan Uji Coba Soal Sistem Pencernaan.....	169
Lampiran 24 Profil Sekolah SMPN 21 Bandar Lampung	174
Lampiran 25 Daftar Nama Peserta Didik.....	180
Lampiran 26 Dokumentasi Hasil Penelitian	182
Lampiran 27 Surat penelitian dan validitas	143

1. Surat Izin Penelitian
2. Surat Telah Melaksanakan Penelitian
3. Surat Balasan Penelitian
4. Nota Dinas
5. Surat Keterangan Validasi

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Belajar adalah proses usaha yang dapat dilakukan seseorang dalam memperoleh suatu perubahan tingkah laku yang baru secara keseluruhan sebagai hasil pengalamannya sendiri dalam interaksi dengan lingkungannya.¹ Sedangkan mengajar merupakan penciptaan lingkungan yang dapat memungkinkan terjadinya proses belajar.²

Pembelajaran adalah proses komunikasi pada dua arah oleh guru sebagai pihak pendidik dan siswa sebagai peserta didik. Pembelajaran juga merupakan kegiatan guru secara terprogram dalam desain intruksional untuk membuat siswa belajar secara aktif yang menekankan pada penyediaan sumber belajar.³ Berdasarkan pengertian tersebut maka ada tiga aspek penting dari proses pembelajaran tersebut yakni, guru, siswa dan sumber belajar. Apabila salah satu dari ketiga aspek ada yang kurang, maka dalam proses pembelajaran tidak akan berlangsung. Oleh karena itu, pembelajaran dianggap sebagai proses yang mendasar dalam pendidikan di sekolah.

¹ Slameto, *Belajar dan Faktor-faktor yang Mempengaruhinya* (Jakarta: Rineka Cipta, 2013), h.2.

² Mulyono, *strategi Pembelajaran Menuju Efektivitas Pembelajaran di Abad Global* (Malang: UIN-Maliki Press, 2012),h.4.

³Syaiful Sagala, *Konsep dan Makna Pembelajaran untuk Membantu Memecahkan Problematika dalam Belajar*, (Bandung: Alfabeta, 2005) h.4.

Proses pembelajaran yang dapat dilakukan pada pendidik untuk menyampaikan beberapa pesan kepada peserta didik ini dijelaskan dalam QS. Az-Zumar ayat 18 yang berbunyi :

الَّذِينَ يَسْتَمِعُونَ الْقَوْلَ فَيَتَّبِعُونَ أَحْسَنَهُ أُولَئِكَ الَّذِينَ هَدَاهُمُ اللَّهُ وَأُولَئِكَ هُمُ أَهْلُ

الْأَلْبَابِ ﴿١٨﴾

Artinya : “Yang mendengarkan Perkataan lalu mengikuti apa yang paling baik di antaranya. mereka Itulah orang-orang yang telah diberi Allah petunjuk dan mereka Itulah orang-orang yang mempunyai akal”.⁴

Dari ayat di atas dapat diartikan bahwa orang-orang yang mempunyai sifat ini adalah mereka yang mendapat petunjuk dari Allah di dunia dan akhirat. Yakni yang mempunyai akal yang sehat dan juga fitrah yang lurus.

Dalam Proses belajar dan mengajar dapat diketahui dengan hasil belajar peserta didik, karena hasil belajar merupakan cara untuk mengukur suatu keberhasilan yang dimiliki oleh peserta didik. Hasil belajar peserta didik merupakan output dari proses belajar, dengan demikian faktor-faktor yang dapat mempengaruhi proses belajar juga langsung mempengaruhi hasil belajar.

Hasil belajar merupakan penilaian yang dicapai oleh setiap peserta didik dalam ranah kognitif, afektif dan psikomotor yang diperoleh sebagai usaha kegiatan pembelajaran. Diantara ketiga ranah tersebut, ranah kognitif menjadi acuan utama penilaian yang paling banyak dilakukan oleh para guru kepada peserta didik di sekolah karena berkaitan dengan kemampuan para peserta didik dalam menguasai isi

⁴Departemen Agama RI, *Al-Quran dan Terjemahannya Juz 1-30 Edisi Terbaru* (Surabaya:Mekar Surabaya, 2004), h. 366.

bahan pengajaran.⁵ Hasil belajar yang maksimal merupakan tujuan utama peserta didik yang mengikuti proses pembelajaran. Dalam proses pembelajaran tentunya ada faktor-faktor yang dapat mempengaruhi berhasil atau tidaknya proses tersebut, sehingga hasil belajar yang optimal dapat diraih.

Untuk memperoleh hasil belajar yang maksimal, maka peserta didik perlu benar-benar memperhatikan berbagai faktor yang dapat mempengaruhinya. Faktor-faktor yang dapat mempengaruhi hasil belajar peserta didik adalah faktor internal dan juga faktor eksternal. Faktor internal meliputi intelegensi, kebiasaan, motivasi, kecemasan, minat, dan konsep diri. Sedangkan pada faktor eksternal meliputi lingkungan keluarga, lingkungan sekolah, lingkungan masyarakat, dan keadaan sosial ekonomi.⁶ Faktor internal merupakan faktor yang dominan dalam proses pembelajaran, yaitu yang terdiri dari faktor psikologis siswa. Sehingga untuk mencapai keberhasilan dalam proses pembelajaran tersebut, guru harus lebih memperhatikan kondisi psikologis peserta didik yang dapat menjadi pengaruh terhadap hasil belajar pada peserta didik. Faktor-faktor yang dapat mempengaruhi hasil belajar peserta didik diketahui dalam faktor internal yaitu dikhususkan pada konsep diri dan kecemasan.

Konsep diri adalah salah satu dari faktor internal dan juga suatu fondasi yang penting dalam keberhasilan seseorang. Bukan hanya keberhasilan dalam bidang akademis, melainkan yang penting adalah keberhasilan hidup. Dengan kata lain

⁵ Nana Sudjana, *Penilaian Hasil Proses Belajar Mengajar* (Bandung: Tarsito, 2005), h.23.

⁶ Abu Ahmadi, Widodo Supriyono, *Psikologi Belajar* (Jakarta : Rineka Cipta, 2004), h.138.

konsep diri adalah hal yang dapat mempengaruhi penyesuaian diri yang termasuk faktor penting pada perkembangan diri seseorang. Seseorang dengan adanya konsep diri positif akan terlihat optimis, percaya diri dan cenderung bersikap positif. Sebaliknya, seseorang yang memiliki konsep diri negatif, akan menunjukkan penerimaan diri yang negatif pula. Seseorang dengan adanya konsep diri yang negatif akan terlihat lebih pesimis, menganggap dirinya tidak berdaya, merasa tidak disenangi dan tidak diperhatikan.⁷ Sejauh mana keberhasilan seseorang dalam menyesuaikan diri dengan lingkungan, maka akan dipengaruhi oleh beberapa faktor antara lain kepribadian orang tersebut. Seperti halnya pertumbuhan dan perkembangan manusia yang mencakup berbagai fungsi fisik dan mental, maka kepribadian seseorang juga memiliki perkembangan dan perubahan. Peserta didik dengan adanya konsep diri negatif akan mengkonsepkan dirinya tidak siap atau tidak mampu menghadapi tantangan-tantangan dalam proses belajar IPA, sehingga timbul dalam dirinya kecemasan dalam pembelajaran IPA.

Kecemasan adalah keadaan emosional seseorang yang mempunyai ciri keterangsangan fisiologis, perasaan tegang, dan perasaan aprehensif bahwa sesuatu yang buruk akan terjadi.⁸ Gejala-gejala kecemasan dapat berupa gejala fisiologis dan psikologis. Gejala fisiologis, seperti tangan gemetar, jantung berdebar cepat, sakit kepala (pusing), mudah berkeringat, cepat lelah, mengantuk, dan tidur tidak nyenyak.

⁷*Ibid.*

⁸Nevid Jeffrey, Rathus Spencer, dkk, *Psikologi Abnormal* (Jakarta : Erlangga, 2003), h.163.

Sedangkan gejala psikologis yaitu merasa khawatir, sulit berkonsentrasi, merasa gugup, gelisah, tidak adanya kepercayaan diri, dan tertekan.

Tabel 1.1
Hasil Gejala-gejala Kecemasan Peserta Didik Siswa Kelas VIII
di SMPN 21 Bandar Lampung

Kelas	Jumlah peserta didik	Gejala Kecemasan				Persentase	Tingkat Kecemasan
		Secara kognitif	Secara motorik	Secara somatik	Secara afektif		
VIII B	40	22	10	25	8	61,53%	

(Sumber : Dokumen pernyataan gejala-gejala kecemasan peserta didik kelas VIII SMPN 21 Bandar Lampung)

Berdasarkan hasil uraian di atas dapat kita ketahui bahwa adanya gejala-gejala kecemasan selama proses pembelajaran IPA. Pada gejala-gejala kecemasan ini terdapat gejala secara kognitif, secara motorik, secara somatik dan secara afektif. Dengan adanya gejala kecemasan secara kognitif, terdapat gejala kecemasannya yaitu merasa khawatir, sulit berkonsentrasi, merasa gelisah, dan mengalami kesulitan tidur. Secara motorik, gejala kecemasannya yaitu tangan gemetar, merasa gugup, sakit kepala (pusing), dan kehilangan konsentrasi. Kemudian secara somatik, (reaksi fisik) dengan gejala kecemasannya yaitu mudah berkeringat, jantung berdebar cepat, cepat lelah dan mengantuk, perut terasa mual dan merasa sesak nafas. Dan secara afektif, gejala kecemasannya yaitu tidak percaya diri, takut dan merasa tertekan. Dengan adanya kecemasan seperti ini akan membuat peserta didik lebih siap menghadapi proses pembelajaran IPA, karena kecemasan mendorong peserta didik untuk lebih

mempersiapkan diri. Sebaliknya, ketika tingkat kecemasan berlebihan dan tidak bias terkendali akan berdampak buruk bagi peserta didik.

Peserta didik pada tingkat kecemasan yang berlebihan cenderung bersikap pesimis dalam menyelesaikan suatu masalah mata pelajaran IPA dan kurang bersemangat untuk mempelajarinya. Kecemasan terhadap IPA tidak dapat dipandang sebagai hal yang mudah, karena ketidak mampuan peserta didik dalam beradaptasi pada pelajaran yang menyebabkan peserta didik kesulitan serta fobia terhadap mata pelajaran IPA yang akhirnya menyebabkan hasil belajar pada peserta didik pelajaran IPA rendah.

Kecemasan dalam kaitannya dengan pelajaran IPA dapat menimbulkan respon psikologis, seperti rasa malas untuk dapat mempelajari IPA dan rasa takut gagal yang berdampak negatif, seperti hilangnya konsentrasi ketika pembelajaran IPA. Respon fisiologis yang timbul seperti jantung berdebar-debar dan keringat bercucuran ketika diminta mengerjakan soal IPA di depan kelas. Sedangkan behavioral yang timbul seperti menghindari pembelajaran IPA dan mencontek ketika ulangan.

Dalam hal ini sebagai pengajar, guru harus sadar akan situasi dalam proses pembelajaran di sekolah, sehingga peristiwa-peristiwa traumatik yang dapat merendahkan konsep diri pada peserta didik dapat dikurangi. Karena dalam mempengaruhi tingkat aspirasi dan konsep diri peserta didik, situasi pembelajaran yang menekan cenderung menimbulkan kecemasan pada diri peserta didik.

Konsep diri dan kecemasan merupakan faktor internal yang mempunyai pengaruh dominan terhadap hasil belajar, sehingga kedua hal tersebut harus mendapat perhatian dari guru sebagai pendidik.

Berdasarkan observasi dan wawancara dengan guru bidang studi IPA di SMP Negeri 21 Bandar Lampung diketahui bahwa hampir sebagian peserta didik kelas VIII, memiliki konsep diri dan kecemasan dalam mengikuti pembelajaran IPA. Perilaku salah satu yang tampak pada sikap dan perilaku peserta didik, yaitu merasa bahwa tidak bermanfaat terhadap orang lain, dan belum bisa mengerti kelebihan dan kekurangan yang ada pada dirinya, merasa pesimis atau tidak siap apabila disuruh untuk mengerjakan dan menjalankan tugas tertentu, merasa malu, tidak percaya diri terhadap dirinya dan tidak mempunyai semangat untuk berkompetisi dalam berprestasi.

Hal ini menandakan bahwa peserta didik belum mengetahui dan mengenal dengan baik bahwa dirinya adalah seorang peserta didik yang harus mencerminkan dirinya sebagai peserta didik yang mempunyai konsep diri yang positif, sehingga jika hal ini dibiarkan terus-menerus, nantinya akan menimbulkan dampak yang kurang baik, terutama yang berkaitan dengan perkembangan diri peserta didik tersebut, sehingga konsep diri pada peserta didik tersebut perlu ditingkatkan agar lebih baik dan positif. Keberhasilan peserta didik dalam menyelesaikan masalah yang dihadapinya bergantung pada kemampuannya dalam memahami dengan baik siapa dirinya. Semakin peserta didik tersebut bisa memahami dirinya maka dengan kata lain bahwa peserta didik itu memiliki konsep diri yang positif. Demikian, sebaliknya

jika peserta didik tidak mengetahui dan memahami tentang dirinya sendiri maka konsep diri yang dimilikinya adalah konsep diri yang negatif. Jika seseorang cenderung merasa bahwa dirinya lebih baik dari orang lain, merasa bahwa tidak memiliki kekurangan maka dapat dikatakan bahwa peserta didik memiliki konsep diri yang positif. Kemudian dengan adanya kecemasan dapat dialami oleh siapapun dan dimanapun termasuk juga peserta didik di sekolah, kecemasan siswa yang dialami bisa berbentuk kecemasan neurotik atau kecemasan moral, dan kecemasan realistik. Peserta didik saat mengalami kecemasan terlihat dengan adanya gejala-gejala aspek fisiologis yaitu seperti tangan gemetar, jantung berdebar cepat, sakit kepala (pusing), mudah berkeringat, cepat lelah, mengantuk, dan tidur tidak nyenyak, sedangkan aspek psikologis yaitu merasa khawatir, sulit berkonsentrasi, merasa gugup, gelisah, tidak adanya kepercayaan diri, dan tertekan.

Kecemasan dalam kaitannya pembelajaran IPA dapat menimbulkan respon psikologis, seperti rasa malas untuk dapat mempelajari IPA dan rasa takut gagal yang berdampak negatif, seperti hilangnya konsentrasi ketika pembelajaran IPA, respon fisiologis yang timbul seperti jantung berdebar-debar dan keringat bercucuran ketika diminta mengerjakan soal IPA di depan kelas.

Berdasarkan hasil belajar pada peserta didik nilai ulangan harian pada mata pelajaran IPA, dapat dikatakan bahwa hasil belajar pada peserta didik tersebut rendah. Dalam hal ini terdapat Tabel 1.2 yang akan menunjukkan hasil belajar pada peserta didik kelas VIII di SMPN 21 Bandar Lampung berdasarkan nilai ulangan harian mata pelajaran IPA.

Tabel 1.2
Rata-Rata Hasil Belajar Peserta Didik Mata Pelajaran IPA Kelas VIII SMPN 21
Bandar Lampung Tahun Pelajaran 2015/2016

No	Kelas	Rata-Rata	Jumlah Peserta Didik	Kategori
1	VIII B	5,5	30	Rendah

(Sumber : Dokumentasi nilai ulangan harian peserta didik kelas VIII SMPN 21 Bandar Lampung Tahun Pelajaran 2015/2016)

Berdasarkan hasil uraian di atas dapat kita ketahui bahwa hasil belajar pada peserta didik rendah, hal tersebut disebabkan karena peserta didik belum bisa mengerti kelebihan dan kekurangan yang ada pada dirinya, belum bisa membedakan konsep diri positif dan konsep diri negatif pada dirinya. Peserta didik dengan konsep diri positif akan mengkonsepkan dirinya akan terlihat optimis, percaya diri dan bersikap positif terhadap sesuatu dan juga terhadap kegagalan yang dialami. Sebaliknya peserta didik pada konsep diri negatif akan mengkonsepkan dirinya tidak siap atau tidak mampu menghadapi tantangan-tantangan dalam proses belajar IPA, Sehingga bisa menimbulkan pada diri peserta didik tersebut kecemasan dalam mengikuti pembelajaran IPA yang dapat membuat peserta didik mendapatkan nilai yang rendah. Konsep diri dan kecemasan merupakan faktor internal yang mempunyai pengaruh dominan terhadap hasil belajar, sehingga kedua hal tersebut harus mendapat perhatian dari guru sebagai pendidik. Secara teori antara konsep diri dan kecemasan masing-masing memiliki hubungan yang kuat dengan hasil belajar, seperti yang diungkapkan pada Naylor bahwa terdapat hubungan positif yang kuat antara konsep

diri dan prestasi belajar di sekolah. Siswa yang memiliki konsep diri positif, memperlihatkan prestasi yang baik di sekolah.

Berdasarkan penelitian Muslihatul Hidayah yang berjudul “pengaruh konsep diri dan kecemasan belajar terhadap kemampuan menyelesaikan masalah matematika pada siswa Madrasah Aliyah Negeri di Jakarta Barat” diperoleh hasil penelitian yang menunjukkan :

- 1) Tidak terdapat pengaruh langsung yang signifikan konsep diri terhadap kemampuan pemecahan masalah matematika, hal ini dibuktikan pada hipotesis 1 yaitu $t_{tabel} = 1,986$. Karena $|t_{hitung}| < t_{tabel} (1,932 < 1,986)$ maka H_0 ditolak dan dapat disimpulkan bahwa tidak terdapat pengaruh langsung yang signifikan konsep diri (X_1) terhadap kemampuan pemecahan masalah matematika (Y).
- 2) Tidak terdapat pengaruh langsung yang signifikan terhadap kecemasan belajar terhadap kemampuan pemecahan masalah matematika, hal ini dibuktikan pada hipotesis 2 yaitu $t_{tabel} = 1,986$. Karena $|t_{hitung}| < t_{tabel} (-1,568 < 1,986)$ maka H_0 diterima dan maka disimpulkan bahwa tidak terdapat pengaruh langsung yang signifikan kecemasan (X_2) terhadap kemampuan pemecahan masalah matematika (Y).
- 3) Terdapat pengaruh tidak langsung yang signifikan konsep diri dan kecemasan belajar, hal ini dibuktikan pada hipotesis 3 yaitu $t_{tabel} = 1,986$. Karena $|t_{hitung}| < t_{tabel} (5,642 < 1,986)$ maka H_0 diterima dan maka disimpulkan bahwa terdapat pengaruh langsung yang signifikan konsep diri (X_1) terhadap kecemasan belajar (X_2).
- 4) Tidak terdapat pengaruh tidak langsung yang signifikan konsep diri terhadap kemampuan pemecahan masalah matematika melalui kecemasan belajar, hal ini dibuktikan pada hipotesis 4 yaitu $t_{tabel} = 1,986$. Karena $|t_{hitung}| < t_{tabel} (-0,8904 < 1,986)$ maka H_0

diterima dan maka disimpulkan bahwa tidak terdapat pengaruh langsung yang signifikan konsep diri (X_1) terhadap kemampuan pemecahan masalah matematika (Y) melalui kecemasan belajar (X_2).⁹

Sehubungan dengan permasalahan latar belakang di atas, maka penulis merasa perlu untuk meneliti dengan tujuan untuk menemukan secara empiris tentang pengaruh variabel konsep diri dan kecemasan terhadap pemahaman konsep IPA peserta didik kelas VIII di SMPN 21 Bandar Lampung.

B. Identifikasi Masalah

Berdasarkan latar belakang masalah di atas, ada beberapa masalah yang dapat di identifikasikan sebagai berikut :

1. Hasil belajar peserta didik kelas VIII SMP masih rendah.
2. Hasil belajar di pengaruhi faktor internal dan faktor eksternal.
3. Ada gejala-gejala kecemasan siswa selama proses pembelajaran IPA.

C. Pembatasan Masalah

Sesuai dengan fokus masalah yang diangkat, maka penelitian ini dibatasi pada analisis pengaruh antara konsep diri dan kecemasan terhadap pemahaman konsep IPA peserta didik kelas VIII SMP pada materi sistem gerak manusia dan sistem pencernaan manusia.

⁹ Muslihatul Hidayah, “Pengaruh konsep diri dan kecemasan belajar terhadap kemampuan menyelesaikan masalah matematika pada siswa madrasah aliyah negeri di jakarta barat” (Jurnal : Universitas Indraprasta PGRI Jakarta, 2015), h. 274.

D. Rumusan Masalah

Berdasarkan uraian latar belakang di atas, maka dapat dirumuskan permasalahan yang ada yaitu :

1. Apakah ada pengaruh antara konsep diri terhadap pemahaman konsep IPA?
2. Apakah ada pengaruh antara kecemasan terhadap pemahaman konsep IPA ?
3. Apakah ada pengaruh antara konsep diri terhadap kecemasan ?
4. Apakah ada pengaruh konsep diri dan kecemasan terhadap pemahaman konsep IPA ?

E. Tujuan dan Manfaat Penelitian

1. Tujuan Penelitian

Adapun tujuan penelitian ini adalah :

- a. Untuk menganalisis pengaruh antara konsep diri terhadap pemahaman konsep IPA.
- b. Untuk menganalisis pengaruh antara kecemasan terhadap pemahaman konsep IPA.
- c. Untuk menganalisis pengaruh konsep diri terhadap kecemasan.
- d. Untuk menganalisis pengaruh konsep diri dan kecemasan terhadap pemahaman konsep IPA.

2. Manfaat Penelitian

Hasil penelitian ini diharapkan dapat bermanfaat :

a. Manfaat Praktik

1) Bagi guru :

Hasil penelitian ini dapat memberikan gambaran akan pentingnya memahami kondisi psikologis peserta didik, sehingga dapat membantu peserta didik mengatasi masalah kecemasan dalam menghadapi pelajaran IPA, dengan memperbaiki strategi dan memilih metode yang cocok dalam pembelajaran IPA, serta menanamkan konsep diri positif pada peserta didik.

2) Bagi sekolah :

Hasil penelitian ini dapat memberikan gambaran tingkat kecemasan dalam menghadapi pelajaran IPA, dan pentingnya konsep diri positif pada diri peserta didik. Sehingga pihak sekolah dapat melakukan usaha-usaha untuk mengatasi masalah-masalah tersebut.

3) Bagi orang tua :

Hasil penelitian ini dapat memberikan dorongan agar mencari cara untuk menanamkan konsep diri positif pada anak di rumah, serta membantu mengurangi kecemasan anak dalam menghadapi pelajaran IPA.

b. Manfaat Teoritis

1) Bagi perkembangan Psikologi Pendidikan :

Hasil penelitian ini dapat menjadi acuan dalam mengembangkan studi lebih lanjut mengenai konsep diri dan tingkat kecemasan pada siswa SMP dalam menghadapi pelajaran IPA.

2) Bagi penelitian selanjutnya :

Hasil penelitian ini dapat menjadi salah satu bahan atau sumber informasi dalam mengembangkan penelitian selanjutnya, terutama tentang konsep diri dan kecemasan dalam menghadapi pelajaran IPA.

F. Ruang Lingkup Penelitian

Ruang lingkup penelitian ini adalah :

1. Peserta didik yang menjadi subyek penelitian ini adalah peserta didik kelas VIII B semester ganjil tahun pelajaran 2017/2018 di SMPN 21 Bandar Lampung.
2. Materi pokok yang digunakan sebagai bahan penelitian ini adalah sistem gerak manusia dan sistem pencernaan manusia.
3. Konsep diri adalah serangkaian kesimpulan yang diambil seseorang tentang dirinya berdasarkan pengalaman secara langsung atau tidak langsung, yaitu pengalaman yang dialami sendiri tentang dirinya. Empat aspek konsep diri yang dibuat dalam bentuk kisi-kisi, meliputi aspek psikis, aspek fisik, aspek sosial dan aspek akademis.

- a. Indikator aspek fisik meliputi : penerimaan terhadap bentuk tubuhnya, penampilannya, kondisi tubuhnya, pandangannya mengenai bentuk bagian tubuhnya, pandangan orang lain terhadap fisik dan penampilannya. Dan perasaan yang sering muncul bila berhadapan dengan orang lain.
 - b. Indikator aspek psikis meliputi : perasaan tentang keberasaan dirinya, sikapnya terhadap apa yang ada pada dirinya, kemauan yang sering muncul dari dalam dirinya, dan pikiran tentang dirinya sendiri.
 - c. Indikator aspek sosial, meliputi: perasaan dirinya pada masyarakat, hubungannya dengan teman-temannya, tanggapan orang lain terhadap dirinya, bekerjasama dengan orang lain, sikapnya terhadap apa yang dilakukan orang lain terhadap dirinya dan penampilannya didepan umum.
 - d. Indikator aspek akademis, meliputi : sikap terhadap pendidikan, sikap terhadap materi dan pelajaran IPA, kesadaran untuk belajar IPA, menghargai nilai-nilai yang terkandung dalam pelajaran IPA, perhatian terhadap tugas dan buku-buku IPA. Dan nilai yang dicapai dalam mata pelajaran IPA.
4. Kecemasan adalah suatu keadaan emosional seseorang yang mempunyai ciri keterangsangan fisiologis, perasaan tegang, dan perasaan aprehensif bahwa sesuatu yang buruk akan terjadi. Kecemasan mempunyai empat indikator kecemasan, yaitu :

- a. Secara kognitif, individu tersebut terus menerus mengkhawatirkan segala macam masalah yang mungkin terjadi dan sulit berkonsentrasi atau mengambil keputusan dan apabila ia dapat mengambil keputusan, hal ini akan menghasilkan kekhawatiran lebih lanjut, individu juga mengalami kesulitan tidur.
 - b. Secara motorik, gemetar sampai dengan kegoncangan tubuh yang berat. Individu sering gugup dan mengalami kesukaran dalam berbicara.
 - c. Secara somatik, reaksi fisik atau biologis dapat berupa gangguan pernapasan ataupun gangguan pada anggota tubuh seperti jantung berdebar, tekanan darah meningkat, berkeringat, dan gangguan pencernaan, bahkan terjadi kelelahan dan pingsan.
 - d. Secara afektif, dalam emosi individu tidak tenang dan mudah tersinggung, sehingga memungkinkan individu depresi.
5. Pemahaman konsep adalah kemampuan peserta didik yang berupa penguasaan sejumlah materi pelajaran, dimana peserta didik tidak sekedar mengetahui atau mengingat sejumlah konsep yang dipelajari, tetapi mampu mengungkapkan kembali dalam bentuk lain yang mudah dimengerti.

BAB II

LANDASAN TEORI

A. Hakikat Belajar

1. Pengertian Belajar

Menurut pengertian secara psikologis belajar merupakan suatu proses perubahan, yaitu perubahan tingkah laku sebagai hasil dan interaksi dengan lingkungannya dalam memenuhi kebutuhan hidupnya. Perubahan-perubahan tersebut akan nyata dalam seluruh aspek tingkah laku.

Belajar merupakan suatu proses usaha yang dilakukan seseorang untuk memperoleh suatu perubahan tingkah laku yang baru secara keseluruhan, sebagai hasil pengalaman sendiri dalam interaksi dengan lingkungannya.¹

Belajar adalah suatu aktivitas atau suatu proses untuk memperoleh pengetahuan, meningkatkan keterampilan, memperbaiki perilaku, sikap, dan mengokohkan kepribadian.²

Dari pendapat-pendapat di atas, dapat disimpulkan bahwa belajar adalah suatu proses yang ditandai dengan adanya perubahan pada diri seseorang. Perubahan sebagai hasil dari berbagai bentuk seperti perubahan pengetahuan, meningkatkan

¹Slameto, *Belajar dan Faktor-faktor yang Mempengaruhinya* (Jakarta: PT. Rineka Cipta, 2013), h.2.

²Suyono, *Belajar dan Pembelajaran* (Bandung: PT. Remaja Rosdakarya, 2014), h.9.

keterampilan, memperbaiki perilaku, sikap, mengokohkan kepribadian dan kebiasaan serta perubahan aspek-aspek lain yang ada pada individu yang belajar.

Proses terjadinya belajar sangat sulit diamati. Karena itu orang cenderung melihat tingkah laku manusia untuk disusun menjadi pola tingkah laku yang akhirnya tersusunlah suatu model yang menjadi prinsip-prinsip belajar yang bermanfaat sebagai bekal untuk memahami, mendorong dan memberi arah kegiatan belajar.

Jika hakikat belajar adalah perubahan tingkah laku, maka ada beberapa perubahan tertentu yang dimasukkan ke dalam ciri-ciri belajar menurut Slameto sebagai berikut :³

a. Perubahan yang terjadi secara sadar

Ini berarti bahwa seseorang yang belajar akan menyadari terjadinya perubahan itu atau sekurang-kurangnya ia merasakan telah terjadi adanya suatu perubahan dalam dirinya.

b. Perubahan dalam belajar bersifat kontinu dan fungsional

Sebagai hasil belajar, perubahan yang terjadi dalam diri seseorang berlangsung secara berkesinambungan, tidak statis. Satu perubahan yang terjadi akan menyebabkan perubahan berikutnya dan akan berguna bagi kehidupan atau proses belajar berikutnya.

c. Perubahan dalam belajar bersifat positif dan aktif

Dalam perbuatan belajar, perubahan-perubahan itu senantiasa bertambah dan tertuju untuk memperoleh sesuatu yang lebih baik dari sebelumnya.

³Slameto, *Op.Cit.* h.3.

Dengan demikian makin banyak usaha belajar itu dilakukan, makin banyak dan makin baik perubahan yang diperoleh.

d. Perubahan dalam belajar bukan bersifat sementara

Perubahan bersifat sementara yang terjadi hanya untuk beberapa saat saja seperti berkeringat, keluar air mata, bersin, menangis dan sebagainya, tidak dapat digolongkan sebagai perubahan dalam arti belajar. Perubahan terjadi karena proses belajar bersifat menetap atau permanen.

e. Perubahan dalam belajar bertujuan atau terarah

Ini berarti bahwa perubahan tingkah laku itu terjadi karena tujuan yang akan dicapai. Perbuatan belajar terarah kepada perubahan tingkah laku yang benar-benar disadari.

f. Perubahan mencakup seluruh aspek tingkah laku

Perubahan yang diperoleh individu setelah melalui suatu proses belajar meliputi perubahan keseluruhan tingkah laku jika seseorang belajar sesuatu, sebagai hasilnya ia akan mengalami perubahan tingkah laku secara menyeluruh dalam sikap, keterampilan, pengetahuan, dan sebagainya.

2. Jenis-Jenis Belajar

a. Belajar bagian (*part learning, fractioned learning*)

Umumnya belajar bagian dilakukan oleh seseorang bila ia dihadapkan pada materi belajar yang bersifat luas atau ekstensif.

b. Belajar dengan wawasan (*learning by insight*)

Sebagai suatu konsep, wawasan (*insight*) ini merupakan pokok utama dalam pembicaraan psikologi belajar dan proses berfikir.

c. Belajar diskriminatif (*discriminatif learning*)

Belajar diskriminatif diartikan sebagai suatu usaha untuk memilih beberapa sifat situasi/stimulus dan kemudian menjadikannya sebagai pedoman dalam bertindak laku.

d. Belajar global/keseluruhan (*global whole learning*)

Disini bahan pelajaran dipelajari secara keseluruhan berulang sampai pelajar menguasainya, lawan dari belajar bagian.

e. Belajar insidental (*incidental learning*)

Konsep ini bertentangan dengan anggapan bahwa belajar itu selalu berarah tujuan (*intensional*). Sebab dalam belajar insidental pada individu tidak ada sama sekali kehendak untuk belajar.

f. Belajar instrumental (*instrumental learning*)

Pada belajar instrumental, reaksi-reaksi seseorang siswa yang diperlihatkan diikuti oleh tanda-tanda yang mengarah pada apakah siswa tersebut akan mendapat hadiah, hukuman, berhasil atau gagal.

g. Belajar intensional (*intentional learning*)

Belajar dalam arah tujuan, merupakan lawan dari belajar insidental, yang akan dibahas lebih luas pada bagian berikut.

h. Belajar laten (*latent learning*)

Dalam belajar laten, perubahan-perubahan tingkah laku yang terlihat tidak terjadi secara segera, dan oleh karena itu disebut laten.

i. Belajar mental (*mental learning*)

Perubahan kemungkinan tingkah laku yang terjadi disini tidak nyata terlihat, melainkan hanya berupa perubahan proses kognitif karena ada bahan yang dipelajari.

j. Belajar produktif (*productive learning*)

Belajar adalah mengatur kemungkinan untuk melakukan transfer tingkah laku dari satu situasi ke situasi lain.

k. Belajar verbal (*verbal learning*)

Belajar verbal adalah belajar mengenai materi verbal dengan melalui latihan dan ingatan.⁴

3. Teori-Teori Belajar

Beberapa teori belajar yang relevan dan dapat diterapkan dalam kegiatan pembelajaran yang akan dikembangkan antara lain:⁵

a. Teori Disiplin Mental

Ini merupakan contoh teori tentang pembelajaran yang kurang begitu populer, tetapi merupakan rintisan menuju aliran behaviorisme. Teori ini

⁴*Ibid.* h.5.

⁵Suyono, *Op.Cit.* h.56.

menganggap bahwa dalam belajar, mental siswa harus disiplinkan atau dilatih.

b. Behaviorisme

Aliran ini disebut dengan behaviorisme karena sangat menekankan kepada perlunya perilaku (*behavior*) yang dapat diamati.

c. Kognitivisme

Perilaku seseorang selalu didasarkan oleh kognitif, yaitu tindakan mengenal atau memikirkan situasi di mana perilaku itu terjadi.

d. Konstruktivisme

Adalah sebuah filosofi pembelajaran yang dilandasi premis bahwa dengan merefleksikan pengalaman, kita membangun, mengkonstruksikan pengetahuan pemahaman kita tentang dunia tempat kita hidup.

Uraian di atas memberikan petunjuk bahwa agar proses belajar mengajar dapat berjalan dengan baik, peserta didik sebaiknya diajak untuk memanfaatkan semua alat inderanya. Guru berupaya menampilkan rangsangan (stimulus) yang dapat di proses dengan berbagai indera. Semakin banyak alat indera yang digunakan untuk menerima dan mengolah informasi semakin besar kemungkinan informasi tersebut dimengerti dan dapat dipertahankan dalam ingatan. Dengan demikian diharapkan peserta didik akan dapat menerima dan menyerap dengan mudah dan baik pesan-pesan dalam materi yang disajikan.

4. Prinsip-prinsip Belajar

Prinsip-prinsip belajar yang dapat dilaksanakan dalam situasi dan kondisi yang berbeda dan oleh setiap peserta didik secara individual adalah sebagai berikut:⁶

- a. Berdasar prasyarat yang diperlukan untuk belajar.

Dalam belajar peserta didik diusahakan partisipasi aktif, meningkatkan minat dan membimbing untuk mencapai tujuan intruksional.

- b. Sesuai hakikat belajar.

Belajar adalah proses kontinguitas (hubungan antara pengertian yang lain) sehingga mendapat pengertian yang diharapkan stimulus yang diberikan dapat menimbulkan respon yang diharapkan.

- c. Sesuai materi atau bahan yang akan dipelajari.

Belajar bersifat keseluruhan dan materi itu harus memiliki struktur penyajian yang bisa ditangkap pengertiannya.

- d. Syarat keberhasilan belajar

Belajar memerlukan sarana yang cukup, sehingga peserta didik dapat belajar dengan tenang.

B. Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Belajar

1. Faktor-Faktor Internal

Di dalam membicarakan faktor internal ini, akan dibahas menjadi tiga faktor, yaitu: Faktor jasmaniah, faktor psikologis dan faktor kelelahan.⁷

⁶Slameto, *Op.Cit.* h.27.

a. Faktor Jasmaniah

1) Faktor Kesehatan

Proses belajar seseorang akan terganggu jika kesehatan seseorang terganggu, selain itu juga ia akan cepat lelah, kurang semangat, mudah pusing, ngantuk jika badannya lemah, kurang darah ataupun ada gangguan-gangguan fungsi alat inderanya serta tubuhnya.

2) Cacat Tubuh

Keadaan cacat tubuh juga mempengaruhi belajar. Siswa yang cacat belajarnya juga terganggu. Jika hal ini terjadi, hendaknya ia belajar pada lembaga pendidikan khusus atau diusahakan alat bantu agar dapat menghindari pengaruh kecacatannya itu.

b. Faktor psikologis

Sekurang-kurangnya ada tujuh faktor yang tergolong ke dalam faktor psikologis yang mempengaruhi belajar. Faktor-faktor itu adalah: intelegensi, perhatian, minat, bakat, motif, kematangan dan kelelahan.⁸

1) Intelegensi

Intelegensi besar pengaruhnya terhadap kemajuan belajar. Dalam situasi yang sama, siswa yang mempunyai tingkat intelegensi yang tinggi akan lebih berhasil daripada yang mempunyai tingkat

⁷*Ibid.* h. 54.

⁸*Ibid.* h. 55.

intelegensi yang rendah. Walaupun begitu siswa yang mempunyai tingkat intelegensi yang tinggi belum pasti berhasil dalam belajarnya.

2) Perhatian

Perhatian menurut Gazali adalah keaktifan jiwa yang dipertinggi, jiwa itu pun semata-mata tertuju kepada suatu obyek atau sekumpulan obyek.

3) Minat

Minat adalah kecenderungan yang tetap untuk memperlihatkan dan mengenang beberapa kegiatan. Kegiatan yang diminati seseorang, diperhatikan terus-menerus yang disertai dengan rasa senang.

4) Bakat

Dengan perkataan lain bakat adalah kemampuan untuk belajar. Kemampuan itu baru akan terealisasi menjadi kecakapan yang nyata sesudah belajar atau berlatih.

5) Motif

Motif erat sekali hubungannya dengan tujuan yang akan dicapai. Di dalam menentukan tujuan itu dapat disadari atau tidak, akan tetapi untuk pencapaian tujuan perlu berbuat, sedangkan yang menjadi penyebab berbuat adalah motif itu sendiri sebagai daya penggerak/pendorongnya.

6) Kematangan

Kematangan adalah suatu tingkat dalam pertumbuhan seseorang, dimana alat-alat tubuhnya sudah siap untuk melaksanakan kecakapan baru.

7) Kesiapan

Kesiapan adalah kesediaan untuk memberi response atau bereaksi.

8) Kelelahan

Kelelahan pada seseorang walaupun sulit untuk dipisahkan tetapi dapat dibedakan menjadi dua macam, yaitu kelelahan jasmani dan kelelahan rohani (bersifat psikis).

2. Faktor-Faktor Eksternal

Faktor eksternal yang berpengaruh terhadap belajar, dapatlah dikelompokkan menjadi 3 faktor, yaitu : faktor keluarga, faktor sekolah dan faktor masyarakat.⁹

a. Faktor Keluarga

Siswa yang belajar akan menerima pengaruh dari keluarga berupa : cara orang tua mendidik, relasi antara anggota keluarga, suasana rumah tangga dan keadaan ekonomi keluarga.

1) Cara orang tua mendidik

Cara orang tua mendidik anaknya besar pengaruhnya terhadap belajar anaknya. Hal ini jelas dan dipertegas oleh Sutjipto Wirowidjojo dengan

⁹*Ibid.* h.60.

pertanyaannya yang menyatakan bahwa: keluarga adalah lembaga pendidikan yang pertama dan utama.

2) Relasi antaranggota keluarga

Relasi antaranggota keluarga yang terpenting adalah relasi orang tua dengan anaknya. Selain itu relasi anak dengan saudaranya atau dengan anggota keluarga yang lain pun turut mempengaruhi belajar anak.

3) Suasana Rumah

Suasana rumah dimaksudkan sebagai situasi atau kejadian-kejadian yang sering terjadi di dalam keluarga dimana anak berada dan belajar.

4) Keadaan ekonomi keluarga

Keadaan ekonomi keluarga erat hubungannya dengan belajar anak. Anak yang sedang belajar selain harus terpenuhi kebutuhan pokoknya.

b. Faktor Sekolah

Faktor sekolah yang mempengaruhi belajar ini mencakup metode mengajar, kurikulum, relasi guru dengan siswa, relasi siswa dengan siswa, disiplin sekolah, pelajaran dan waktu sekolah, standar pelajaran, keadaan gedung, metode belajar dan tugas rumah.

c. Faktor Masyarakat

Masyarakat merupakan faktor eksternal yang juga berpengaruh terhadap belajar siswa. Pengaruh itu terjadi karena keberadaannya siswa dalam masyarakat.¹⁰

C. Konsep Diri

1. Pengertian Konsep Diri

Sebagai sebuah konstruk psikologi, konsep diri didefinisikan secara berbeda oleh para ahli. Konsep diri sebagai suatu pemahaman mengenai diri atau ide tentang diri sendiri. Sementara itu, konsep diri adalah keseluruhan gambaran diri, yang meliputi persepsi seseorang tentang diri, perasaan, keyakinan, dan nilai-nilai yang berhubungan dengan dirinya.¹¹

Konsep diri sebagai suatu produk sosial yang dibentuk melalui proses internalisasi dan organisasi pengalaman-pengalaman psikologis. Pengalaman-pengalaman psikologis ini merupakan hasil eksplorasi individu terhadap lingkungan fisiknya dan refleksi dari dirinya sendiri yang diterima dari orang-orang yang berpengaruh terhadap dirinya.¹²

Konsep diri adalah serangkaian kesimpulan yang diambil seseorang tentang dirinya berdasarkan pengalaman secara langsung atau tidak langsung, yaitu pengalaman yang dialami sendiri atau pendapat dari orang lain tentang dirinya.

¹⁰*Ibid.* h. 64.

¹¹Desmita, *Psikologi Perkembangan Peserta Didik* (Bandung: PT. Remaja Rosdakarya, 2009), h.163.

¹² Slameto, *Op.Cit.* h. 182.

Dengan kata lain, konsep diri merupakan persepsi keseluruhan yang dimiliki seseorang mengenai dirinya sendiri.¹³

Konsep diri merupakan pandangan dan perasaan seseorang tentang dirinya yang mencakup aspek psikologis, fisik, dan sosial.¹⁴

Dari pendapat-pendapat di atas dapat disimpulkan bahwa konsep diri adalah gambaran, penilaian, dan harapan seseorang tentang kualitas dirinya yang berupa kemampuan dan keterbatasan atau kelemahan baik dari segi fisik, psikologis maupun sosial.

2. Aspek-Aspek Konsep Diri

Aspek-aspek dalam konsep diri tercakup tiga hal, yaitu:¹⁵

a. Gambaran diri (*self-image*)

Merupakan gambaran positif atau negatif yang kita bentuk dari pemikiran kita berdasarkan peran hidup yang kita pegang, watak, kemampuan juga kecakapan, dan lain-lain.

b. Penilaian diri (*self-evaluation*)

Merupakan penilaian atas “harga” kita. Jika kita menilai tinggi diri kita, maka akan mendapat harga diri (*self-esteem*) yang tinggi pula. Jika kita menilai rendah, maka rendah juga harga diri yang kita dapat.

¹³*Ibid*

¹⁴ Jalaluddin Rakhmat, *Psikologi Komunikasi* (Bandung: PT Remaja Rosdakarya, 2005), h. 99.

¹⁵ Agus M. Hardjana, *Komunikasi Intrapersonal dan Interpersonal* (Yogyakarta: Kanisius, 2003), h. 96.

c. Cita-cita diri (*self-ideal*) atau harapan

Merupakan harapan atau cita-cita menjadi seseorang yang kita inginkan tanpa memperhatikan gambaran diri yang kita punya negatif atau positif dan harga diri yang tinggi atau rendah.

Aspek-aspek konsep diri meliputi:¹⁶

- a. Aspek fisik (*physical self*) yaitu penilaian individu terhadap segala sesuatu yang dimiliki individu seperti tubuh, pakaian, benda miliknya, dan sebagainya.
- b. Aspek sosial (*social self*) meliputi bagaimana peranan sosial yang dimainkan oleh individu dan sejauh mana penilaian individu terhadap performanya.
- c. Aspek moral (*moral self*) meliputi nilai-nilai dan prinsip-prinsip yang memberi arti dan arah bagi kehidupan individu.
- d. Aspek psikis (*psychological self*) meliputi pikiran, perasaan, dan sikap-sikap individu terhadap dirinya sendiri.

Aspek konsep diri terbagi menjadi tiga, yaitu:¹⁷

a. Aspek Fisik

Merupakan aspek yang meliputi penilaian diri seseorang terhadap segala sesuatu yang dimiliki dirinya seperti tubuh, pakaian, dan benda yang dimilikinya.

b. Aspek Psikologis

Aspek psikologis mencakup pikiran, perasaan, dan sikap yang dimiliki seseorang terhadap dirinya sendiri.

¹⁶Yulius Beny Prawoto, “*Hubungan Antara Konsep Diri Dengan Kecemasan Sosial Pada Remaja*”. (Surakarta: Universitas Sebelas Maret, 2010), h. 22.

¹⁷Jalaluddin Rakhmat, *Op.Cit.* h.100.

c. Aspek Sosial

Aspek sosial mencakup bagaimana peran seseorang dalam lingkup peran sosialnya dan penilaian seseorang terhadap peran tersebut.

Dari pendapat-pendapat di atas, dapat disimpulkan bahwa terdapat tiga aspek dalam konsep diri, yaitu aspek fisik, aspek psikologis, dan aspek sosial. Aspek fisiologis mencakup gambaran, penilaian, dan harapan seseorang terhadap segala sesuatu yang dimilikinya. Aspek psikologis mencakup gambaran, penilaian, dan harapan seseorang terhadap pikiran, perasaan serta sikap seseorang terhadap dirinya sendiri. Aspek sosial mencakup gambaran, penilaian, dan harapan seseorang tentang bagaimana peranan dirinya dalam lingkup peran sosial.

3. Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Konsep Diri

Terbagi dua faktor yang mempengaruhi konsep diri, yaitu :¹⁸

a. Orang Lain

Sikap atau respon orang lain terhadap keberadaan seseorang akan berpengaruh terhadap konsep dirinya. Respon positif dari orang lain akan membentuk konsep diri yang positif, dan respon yang negatif akan membentuk konsep diri yang negatif.

b. Kelompok Rujukan

Suatu kelompok mempunyai norma-norma tertentu yang secara emosional akan berpengaruh terhadap pembentukan konsep diri, karena seseorang akan

¹⁸*Ibid.* h. 101.

mengarahkan perilakunya dan menyesuaikan dirinya dengan ciri-ciri kelompoknya.

4. Dimensi-Dimensi Konsep Diri

Membagi konsep diri dalam dua dimensi pokok, yaitu sebagai berikut :¹⁹

a. Dimensi Internal

Dimensi internal adalah penilaian yang dilakukan individu yakni penilaian yang dilakukan individu terhadap dirinya sendiri berdasarkan dunia di dalam dirinya.

Dimensi ini terdiri dari tiga bentuk :

1) Diri Identitas (*identity self*)

Bagian diri ini merupakan aspek yang paling mendasar pada konsep diri dan mengacu pada pertanyaan, “siapakah saya?”.

2) Diri Pelaku (*behavioral self*)

Diri pelaku merupakan persepsi individu tentang tingkah lakunya, yang berisikan segala kesadaran mengenai “apa yang dilakukan oleh diri”.

3) Diri penerimaan/penilai (*judging self*)

Diri penilai berfungsi sebagai pengamat, penentu standar, dan evaluator. Kedudukannya adalah sebagai perantara (mediator) antara diri identitas dan diri perilaku.

¹⁹Agustiani, Hendrianti. *Psikologi perkembangan* (Bandung : Retika Aditama, 2006) h. 139.

b. Dimensi Eksternal

Pada dimensi eksternal, individu menilai dirinya melalui hubungan dan aktivitas sosialnya, nilai-nilai yang dianutnya, serta hal-hal lain diluar dirinya. Dimensi ini terdiri dari lima bentuk, yaitu :²⁰

1) Diri Fisik (*physical self*)

Diri fisik menyangkut persepsi seseorang terhadap keadaan dirinya secara fisik.

2) Diri Etik-moral (*moral-ethical self*)

Bagian ini merupakan persepsi seseorang terhadap dirinya dilihat dari standar pertimbangan nilai moral dan etika.

3) Diri Pribadi (*personal self*)

Diri pribadi merupakan perasaan atau persepsi seseorang tentang keadaan pribadinya.

4) Diri Keluarga (*family self*)

Diri keluarga menunjukkan perasaan dan harga diri seseorang dalam kedudukan sebagai anggota keluarga.

5) Diri sosial (*social self*)

Bagian ini merupakan penilaian individu terhadap interaksi dirinya dengan orang lain maupun lingkungan di sekitarnya.

²⁰*Ibid.* h. 141.

5. Macam-Macam Konsep Diri

Ada dua jenis konsep diri yang dimiliki seseorang, yaitu konsep diri positif dan konsep diri negatif. Konsep diri positif merupakan penerimaan diri. Seseorang dengan konsep diri positif akan mengetahui siapa dirinya, dapat memahami dan menerima fakta positif maupun negatif tentang dirinya. Evaluasi terhadap dirinya menjadi positif dan dapat menerima keberadaan orang lain. Berikut karakteristik seseorang dengan konsep diri positif maupun konsep diri negatif yang yaitu:²¹

a. Konsep Diri Positif

Beberapa ciri seseorang dengan konsep diri positif, yaitu:

- 1) Yakin akan kemampuannya dalam mengatasi masalah.
- 2) Merasa setara dengan orang lain.
- 3) Menerima pujian dengan tanpa rasa malu.
- 4) Menyadari bahwa setiap orang mempunyai berbagai perasaan, keinginan, dan perilaku yang tidak seluruhnya disetujui masyarakat.
- 5) Mampu memperbaiki dirinya karena setiap orang sanggup menggunakan aspek kepribadian yang tidak disenangi dan berusaha mengubahnya.

b. Konsep Diri Negatif

Beberapa ciri seseorang dengan konsep diri negatif, yaitu:

- 1) Peka terhadap kritik.
- 2) Responsif terhadap pujian.

²¹Jalaluddin Rakhmat, *Op.Cit.* h. 105.

- 3) Bersikap hiperkritis terhadap orang lain.
- 4) Cenderung tidak disukai orang.
- 5) Bersikap pesimis terhadap kompetisi.

6. Indikator Konsep Diri

Empat aspek konsep diri yang dibuat dalam bentuk kisi-kisi, meliputi aspek fisik, aspek psikis, aspek sosial dan aspek akademis.²²

- a. Indikator aspek fisik meliputi : penerimaan terhadap bentuk tubuhnya, penampilannya, pandangannya mengenai bentuk bagian tubuhnya, kondisi tubuhnya, pandangan orang lain terhadap fisik dan penampilannya. Dan perasaan yang sering muncul bila berhadapan dengan orang lain.
- b. Indikator aspek psikis meliputi : perasaan tentang keberasaan dirinya, sikapnya terhadap apa yang ada pada dirinya, kemauan yang sering muncul dari dalam dirinya, dan fikiran tentang dirinya sendiri.
- c. Indikator aspek sosial, meliputi: perasaan dirinya sebagai anggota masyarakat, hubungannya dengan teman-temannya, tanggapan orang lain terhadap dirinya, kerjasama dengan orang lain, sikapnya terhadap apa yang telah dilakukan dan apa yang dilakukan orang lain terhadap dirinya dan penampilannya didepan umum.
- d. Indikator aspek akademis, meliputi : sikap terhadap pendidikan, sikap terhadap materi dan pelajaran IPA, kesadaran untuk belajar IPA, menghargai nilai-nilai

²² Yuli Hendriani, Bustari Muchtar, *“Pengaruh Perhatian Orang Tua dan Konsep Diri dan Terhadap Prestasi Belajar Siswa Mata Pelajaran Produktif Akuntansi Pada SMK Di Kota Payakumbuh”*. 1 April 2017, h. 6.

yang terkandung dalam pelajaran IPA, perhatian terhadap tugas dan buku-buku IPA. Dan nilai yang dicapai dalam mata pelajaran IPA.

D. Kecemasan

1. Pengertian Kecemasan

Kecemasan merupakan suatu keadaan emosional seseorang yang mempunyai ciri keterangsangan fisiologis, perasaan tegang, dan perasaan aprehensif bahwa sesuatu yang buruk akan terjadi.²³ Jadi berdasarkan pendapat tersebut, dapat dikatakan bahwa kecemasan timbul karena kekhawatiran atas sesuatu yang belum jelas, meragukan dan dimungkinkan buruk atau akan berdampak menyiksa.

Dari uraian di atas, kecemasan dapat diartikan sebagai keadaan emosional yang mempunyai respon-respon fisiologis maupun psikologis sebagai dampak dari perasaan tidak aman terhadap kemungkinan buruk yang dimungkinkan akan terjadi.

2. Aspek-Aspek Kecemasan

Aspek-aspek kecemasan terbagi tiga ciri kecemasan yaitu:²⁴

a. Gejala fisik

Gejala fisik seperti: gelisah, gugup, tangan atau anggota tubuh bergetar atau gemetar, banyak berkeringat, telapak tangan berkeringat, pening atau pingsan, mulut atau kerongkongan terasa kering, sulit berbicara, sulit bernafas, bernafas pendek, jantung berdetak kencang, suara bergetar, jari-jari atau anggota tubuh menjadi dingin, pusing, merasa lemas atau mati

²³Nevid Jeffrey, Rathus Spencer, dkk, *Psikologi Abnormal* (Jakarta: Erlangga, 2003), h.163.

²⁴*Ibid.* h. 164.

rasa, sulit menelan, kerongkongan terasa tersekat, leher atau punggung terasa kaku, terdapat gangguan sakit perut atau mual, panas dingin, sering buang air kecil, diare, wajah terasa memerah, dan merasa sensitif atau mudah marah.

b. Gejala kognitif

Gejala kognitif seperti: khawatir, takut, bingung, sulit berkonsentrasi atau memfokuskan pikiran, merasa terancam, dan tidak percaya diri.

c. Gejala behavioral

Gejala behavioral seperti: perilaku menghindar, perilaku melekat, dan perilaku terguncang.

Dari uraian di atas, dapat disimpulkan bahwa kecemasan terdiri dari aspek fisiologis, aspek psikologis, dan aspek behavioral. Aspek Fisiologis merupakan tanda atau gejala yang berkaitan dengan kondisi fisik seseorang. Aspek Psikologis merupakan tanda atau gejala yang bersifat kejiwaan, meliputi pikiran, perasaan dan sikap. Dan aspek behavioral merupakan gejala yang berkaitan dengan perilaku.

3. Macam-Macam Kecemasan

Kecemasan dibagi menjadi 3, yaitu:²⁵

a. Kecemasan Realistis

Merupakan kecemasan terhadap bahaya atau ancaman dari dunia luar yang bisa dikatakan sebagai sumber dari kecemasan-kecemasan yang lain. Kecemasan pada pelajaran IPA dapat dimasukkan pada macam kecemasan ini, karena siswa SMP dihadapkan pada suatu kenyataan yang dapat menimbulkan perasaan tertekan dan tegang, yaitu dalam menghadapi pelajaran IPA.

b. Kecemasan Neurotis

Merupakan kecemasan yang berkaitan dengan insting-insting yang tidak dapat dikendalikan, sehingga menyebabkan orang berbuat sesuatu yang diancam dengan hukuman.

c. Kecemasan Moral

Merupakan kecemasan kata hati. Orang yang super egonya merasa berdosa apabila melakukan atau bahkan baru berfikir untuk melakukan sesuatu yang bertentangan dengan norma-norma moral yang berlaku.

²⁵Veronica. Puspitaningrum Suparjo, *"Studi Deskriptif kecemasan siswa smp dalam menghadapi mata pelajaran matematika"* (Program Studi Psikologi : Universitas Sanata Dharma Yogyakarta), h. 35.

4. Indikator Kecemasan

Kecemasan mempunyai empat indikator kecemasan, yaitu :²⁶

- a. Secara kognitif, individu tersebut terus menerus mengkhawatirkan segala macam masalah yang mungkin terjadi dan sulit sekali berkonsentrasi atau mengambil keputusan dan apabila ia dapat mengambil keputusan, hal ini akan menghasilkan kekhawatiran lebih lanjut, individu juga akan mengalami kesulitan tidur.
- b. Secara motorik, gemetar sampai dengan kegoncangan tubuh yang berat. Individu sering gugup dan mengalami kesukaran dalam berbicara.
- c. Secara somatik, reaksi fisik atau biologis dapat berupa gangguan pernapasan ataupun gangguan pada anggota tubuh seperti jantung berdebar, berkeringat, tekanan darah meningkat, dan gangguan pencernaan, bahkan terjadi kelelahan dan pingsan.
- d. Secara afektif, dalam emosi individu tidak tenang dan mudah tersinggung, sehingga memungkinkan ia depresi.

²⁶ I Gede Tresna, “Efektivitas Konseling Behavioral Dengan Teknik Desensitisasi Sistematis Untuk Mereduksi Kecemasan Menghadapi Ujian” (3 April 2017), h. 91.

E. Pemahaman Konsep

1. Pengertian Pemahaman dan Konsep

Dalam kamus besar bahasa Indonesia, dijelaskan bahwa kata “Pemahaman” berasal dari kata kerja “paham”, yang berarti mengerti benar atau tahu.²⁷ Pemahaman merupakan tingkat selanjutnya dari tingkatan ranah kognitif berupa kemampuan memahami atau mengerti tentang isi pelajaran yang dipelajari tanpa perlu mempertimbangkan atau menghubungkannya dengan isi pelajaran lainnya. Ranah kognitif dalam Taksonomi Bloom terdiri dari enam jenis perilaku peserta didik yaitu:

- a. Tingkat pengetahuan, yaitu kemampuan seseorang dalam menghafal, mengingat kembali, atau mengulang kembali pengetahuan yang pernah diterimanya.
- b. Tingkat pemahaman, diartikan sebagai kemampuan seseorang dalam upaya mengartikan, menafsirkan, menerjemahkan, atau menyatakan sesuatu dengan caranya sendiri tentang pengetahuan yang pernah diterimanya.
- c. Tingkat penerapan, diartikan sebagai kemampuan seseorang dalam menggunakan pengetahuan untuk memecahkan berbagai masalah yang timbul dalam kehidupan sehari-hari.
- d. Tingkat analisis, yaitu sebagai kemampuan seseorang dalam merinci, dan membandingkan data yang rumit serta mengklasifikasikan menjadi beberapa kategori dengan tujuan agar dapat menghubungkan dengan data-data lain.

²⁷Departemen Pendidikan Nasional, *Kamus Besar Bahasa Indonesia* (Jakarta : Balai Pustaka, 2002), h.973.

- e. Tingkat sintesis, yakni sebagai kemampuan seseorang dalam mengaitkan dan menyatukan berbagai elemen dan unsur pengetahuan yang ada sehingga terbentuk pola baru yang lebih menyeluruh.
- f. Tingkat evaluasi, yakni sebagai kemampuan seseorang dalam membuat perkiraan atau keputusan yang tepat berdasarkan kriteria atau pengetahuan yang dimiliki.²⁸

Peserta didik dituntut memahami atau mengerti apa yang diajarkan, mengetahui apa yang saling dikomunikasikan dan dapat memanfaatkan isinya tanpa keharusan menghubungkannya dengan hal-hal lain. Bentuk soal yang sering digunakan untuk mengukur kemampuan ini adalah pilihan ganda atau uraian. Kemampuan pemahaman dapat dijabarkan menjadi tiga, yaitu :

Tabel 2.1
Kemampuan Pemahaman

No	Kemampuan	Indikator
1	Menerjemahkan <i>(translation)</i>	Bukan saja pengalihan arti dari bahasa yang satu ke bahasa yang lain. Dapat juga dari konsepsi abstrak menjadi suatu model, yaitu model simbolik untuk mempermudah mempelajarinya. Kata kerja operasional yang digunakan untuk merumuskan TIK dan untuk mengukur kemampuan menerjemahkan ini adalah menerjemahkan, mengubah, mengilustrasikan.
2	Menginterpretasi <i>(interpretation)</i>	Kemampuan untuk mengenal dan memahami. Kemampuan mengkonstruksi makna atau pengertian berdasarkan pengamatan awal yang dimiliki atau mengintegrasikan pengetahuan yang baru dalam skema yang telah ada dalam pemikiran peserta didik. Kategori ini mencakup tujuh proses kognitif : menafsirkan (<i>interpreting</i>), memberi contoh (<i>exemplifying</i>), mengklasifikasikan (<i>classifying</i>), meringkas (<i>summarizing</i>), menarik inferensi (<i>inferring</i>)

²⁸Hamzah B.Uno, *Model Pembelajaran Menciptakan proses Belajar mengajar yang Kreatif dan afektif* (Jakarta : Bumi Aksara, 2011, cet.8), h.140.

		membandingkan (<i>comparing</i>)
3	Mengekstrapolasi (<i>extrapolation</i>)	Kesanggupan melihat dibalik yang tertulis, tersirat, dan tersurat, meramalkan sesuatu, dan memperluas wawasan. Ia menuntut kemampuan intelektual yang lebih tinggi. Kata kerja operasional yang dapat dipakai untuk mengukur kemampuan ini adalah memperhitungkan, memperkirakan, menduga, menyimpulkan, meramalkan, membedakan, menentukan, mengisi dan menarik kesimpulan. ²⁹

Konsep merupakan buah pikiran seseorang atau sekelompok orang yang dinyatakan dalam definisi sehingga melahirkan produk pengetahuan meliputi prinsip, hukum, dan teori. Konsep diperoleh dari fakta, peristiwa, pengalaman, melalui generalisasi dan berfikir abstrak, kegunaan konsep untuk menjelaskan dan meramalkan. Konsep menunjukkan suatu hubungan antara konsep-konsep yang lebih sederhana sebagai dasar perkiraan atau jawaban manusia terhadap pertanyaan-pertanyaan yang bersifat asasi tentang mengapa suatu gejala itu bisa terjadi.

Pada ahli psikologi menyadari akan pentingnya konsep-konsep, dan suatu definisi yang tepat mengenai konsep belum diberikan. Oleh karena itu konsep-konsep itu merupakan penyajian-penyajian internal dari sekelompok stimulus-stimulus, konsep-konsep itu tidak dapat diamati, konsep-konsep harus disimpulkan dalam perilaku. Walaupun kita dapat memberikan suatu definisi verbal dari suatu konsep, suatu definisi tidak mengungkapkan suatu hubungan-hubungan antara konsep itu dengan konsep-konsep yang lain.³⁰

²⁹Daryanto, *Evaluasi Pendidikan* (Jakarta :Rineka Cipta,2010), h. 106-108.

³⁰Syaiful Sagala, *Konsep dan Makna Pembelajaran* (Bandung:Alfabetta, 2013), h.71.

Ada empat dasar untuk mendefinisikan perkataan yang menunjuk konsep yaitu berdasarkan :

- a. Sifat-sifat yang dapat diukur atau dapat diamati (misalnya: semangka dan pepaya adalah buah-buahan yang sama-sama memberi rasa segar, tetapi berbeda bentuknya, besarnya, kulitnya).
- b. Sinimin, antonim, dan makna sematik lain (misalnya “sopan” diartikan sebagai beradap, baik budi bahasanya, baik kelakuannya, tidak kasar, tidak lacur dan tidak cabul).
- c. Hubungan-hubungan logis dan aksioma/definisi dari sudut ini tidak secara langsung menunjuk sifat-sifat tertentu (misalnya garis dibatasi sebagai jarak terdekat antara dua titik)
- d. Manfaat atau gunanya (misalnya pensil untuk menulis, palu untuk memukul).³¹

Pemahaman terhadap konsep-konsep dapat dibedakan dalam tujuh dimensi yaitu :

- a. Atribut, setiap konsep mempunyai atribut yang berbeda, contoh-contoh konsep harus mempunyai atribut-atribut yang relevan, termasuk juga atribut-atribut yang tidak relevan.
- b. Struktur, menyangkut cara terkaitnya atau tergabungnya atribut-atribut itu. Ada tiga macam struktur yang dikenal. Konsep-konsep konjungtif adalah konsep-konsep dimana terdapat dua atau lebih sifat-sifat, sehingga dapat memenuhi syarat sebagai sebuah konsep.
- c. Keabstrakan, yaitu konsep-konsep dapat dilihat konkret, atau konsep-konsep itu terdiri dari konsep-konsep lain. Suatu segi tiga dapat dilihat, keinginan adalah lebih abstrak.
- d. Keinklufan (*Inclusiveness*), yaitu ditunjukkan pada jumlah contoh-contoh yang terlibat dalam konsep itu.
- e. Generalitas atau keumuman, yaitu bila diklarifikasi konsep-konsep dapat berbeda dalam posisi superordinat atau subordinatnya. Makin umum suatu konsep, makin banyak asosiasi yang dapat dibuat dengan konsep-konsep lainnya.
- f. Ketepatan, yaitu suatu konsep menyangkut apakah ada sekumpulan aturan-aturan untuk membedakan contoh-contoh dari noncontoh-noncontoh suatu konsep.
- g. Kekuatan (*power*), yaitu kekuatan suatu konsep oleh sejumlah nama orang setuju bahwa konsep itu penting.³²

³¹Slameto, *Op.Cit.* h.140.

³²Syaiful Sagala, *Op.Cit.* h.72.

Berdasarkan pengertian diatas dapat disimpulkan bahwa, Pemahaman konsep adalah kemampuan peserta didik yang berupa penguasaan sejumlah materi pelajaran, dimana peserta didik tidak sekedar mengetahui atau mengingat sejumlah konsep yang dipelajari, tetapi mampu mengungkapkan kembali dalam bentuk lain yang mudah dimengerti, memberi interpretasi data dan mampu mengaplikasikan konsep yang sesuai dengan struktur kognitif yang dimilikinya.

2. Indikator Pemahaman Konsep

Indikator pemahaman konsep diantaranya:³³

- a. Mendefinisikan konsep secara verbal dan tulisan.
- b. Mengidentifikasi dan membuat contoh dan bukan contoh.
- c. Menggunakan model, diagram dan simbol-simbol untuk merepresentasikan suatu konsep.
- d. Mengenal berbagai makna dan interpretasi konsep.
- e. Mengidentifikasi sifat-sifat suatu konsep dan mengenal syarat yang menentukan suatu konsep.
- f. Membandingkan dan membedakan konsep-konsep.

³³Angga Murizal, "Pemahaman konsep matematis dan model pembelajaran *Quantum Teaching*". Jurnal pendidikan matematika, Vol. 1 No. 1 (15 Maret 2017), h. 20.

F. Kerangka Berpikir

Kerangka berpikir merupakan sintesa tentang hubungan antara variabel yang tersusun dari berbagai teori yang telah dideskripsikan kemudian dianalisis secara kritis dan sistematis, sehingga menghasilkan gambaran tentang hubungan antara variabel yang diteliti.³⁴ Berdasarkan pendapat tersebut, kerangka berpikir adalah gambaran tentang dua variabel atau lebih yang saling berhubungan dan kemudian dianalisis secara sistematis, sehingga menghasilkan sintesa yang akurat tentang hubungan antara variabel yang diteliti. Dari penjelasan di atas diketahui bahwa proses belajar mengajar merupakan inti dari proses pembelajaran. Dalam proses belajar mengajar dapat diketahui dengan hasil belajar siswa, karena hasil belajar merupakan cara untuk mengukur suatu keberhasilan yang dimiliki oleh siswa. Hasil belajar siswa merupakan output dari proses belajar, dengan demikian faktor-faktor yang mempengaruhi proses belajar juga langsung mempengaruhi hasil belajar. Dalam proses pembelajaran tentunya ada faktor-faktor yang mempengaruhi berhasil atau tidaknya proses tersebut, sehingga hasil belajar yang optimal dapat diraih.

Untuk memperoleh hasil belajar yang maksimal dengan hasil yang baik, maka harus benar-benar memperhatikan berbagai faktor yang mempengaruhinya. Faktor-faktor yang mempengaruhi hasil belajar siswa adalah faktor internal dan faktor eksternal. Faktor internal meliputi intelegensi, motivasi, kebiasaan, kecemasan, minat, konsep diri dan sebagainya. Sedangkan faktor eksternal meliputi lingkungan

³⁴Sugiyono, *Metode Penelitian Pendidikan* (Bandung : Alfabeta, 2013), h.92.

keluarga, lingkungan sekolah, lingkungan masyarakat, keadaan sosial ekonomi dan sebagainya. Faktor internal disini dikhususkan pada konsep diri dan kecemasan.

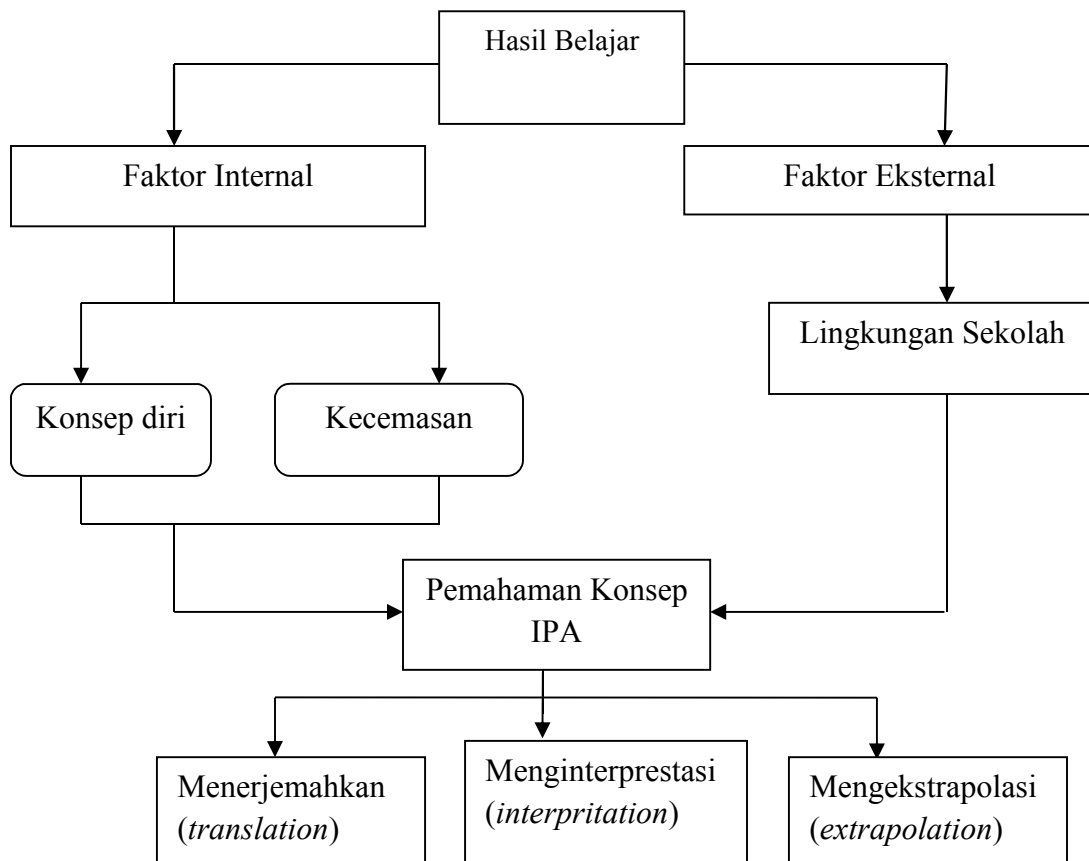
Konsep diri dan kecemasan terdapat pengaruh dengan adanya pemahaman konsep IPA. Dengan adanya pemahaman konsep terdapat bentuk soal yang sering digunakan untuk mengukur kemampuan yaitu pilihan ganda atau uraian. Kemampuan pemahaman dapat dijabarkan menjadi tiga, yaitu Menerjemahkan (*translation*), Menginterpretasi (*interpretation*), dan Mengekstrapolasi (*extrapolation*).

Dalam pembelajaran IPA, siswa dengan konsep diri yang rendah atau cenderung negatif akan terlihat pesimis terhadap kemampuannya dalam menghadapi masalah-masalah IPA, meyakini dan memandang bahwa dirinya tidak mungkin mendapat nilai yang tinggi dalam pelajaran IPA, mudah menyerah dalam menghadapi masalah-masalah IPA atau mengerjakan soal-soal IPA. Tentu saja sikap-sikap tersebut dimungkinkan akan membuat hasil belajar siswa rendah.

Sebaliknya siswa dengan konsep diri yang tinggi atau cenderung positif akan terlihat lebih optimis, penuh percaya diri, punya motivasi serta selalu bersikap positif dalam proses pembelajaran IPA yang dimungkinkan akan membuat hasil belajar IPA siswa ini lebih tinggi dibanding siswa dengan konsep diri negatif.

Berdasarkan opini negatif siswa tentang pelajaran IPA, maka timbulah kecemasan ketika proses pembelajaran IPA. Kecemasan atau kekhawatiran ini akan menimbulkan perasaan takut terhadap pembelajaran IPA, merasa malas untuk mempelajari dan mengerjakan soal-soal IPA.

Kecemasan menghadapi pembelajaran IPA juga akan menimbulkan rasa takut gagal yang dimungkinkan berdampak negatif terhadap hasil belajar IPA, seperti kekhawatiran ketika menghadapi ulangan atau evaluasi, jantung berdebar-debar dan berkeringat ketika disuruh mengerjakan soal IPA di depan kelas, serta hilangnya konsentrasi ketika pembelajaran IPA terutama ketika evaluasi pelajaran IPA.



Gambar 2.3 Bagan Kerangka Berpikir

Berdasarkan bagan kerangka berpikir di atas, dapat dijelaskan bahwa proses belajar akan mendapatkan pemahaman konsep yang baik. Pemahaman konsep IPA dalam penelitian merupakan hasil belajar sebagai variabel terikat (Y). Untuk dapat

meningkatkan pemahaman konsep IPA, proses belajar dipengaruhi oleh dua faktor yaitu, faktor internal (konsep diri dan kecemasan) dan faktor eksternal (lingkungan sekolah).

G. Hipotesis

Dalam penelitian, hipotesis dapat diartikan sebagai jawaban sementara terhadap rumusan masalah penelitian. Hipotesis dalam penelitian ini adalah:

1. Hipotesis I

$H_0 : \rho = 0$ (Tidak ada pengaruh antara konsep diri dan pemahaman konsep IPA).

$H_1 : \rho \neq 0$ (Ada pengaruh antara konsep diri dan pemahaman konsep IPA).

2. Hipotesis II

$H_0 : \rho = 0$ (Tidak ada pengaruh antara kecemasan dan pemahaman konsep IPA).

$H_1 : \rho \neq 0$ (Ada pengaruh antara kecemasan dan pemahaman konsep IPA).

3. Hipotesis III

$H_0 : \rho = 0$ (Tidak ada pengaruh antara konsep diri terhadap kecemasan).

$H_1 : \rho \neq 0$ (Ada pengaruh antara konsep diri terhadap kecemasan).

4. Hipotesis IV

$H_0 : \rho = 0$ (Tidak ada pengaruh antara konsep diri dan kecemasan terhadap pemahaman konsep IPA).

$H_1 : \rho \neq 0$ (Ada pengaruh antara konsep diri dan kecemasan terhadap pemahaman konsep IPA).