

**PERBEDAAN KECEMASAN DALAM MEMILIH JURUSAN DI
PERGURUAN TINGGI PADA SISWA KELAS XII DITINJAU DARI
PEMBERIAN BIMBINGAN KONSELING**

Navi

Maria Dwi Yanika Hesti Nugraha

ABSTRACT

This research using quantitative data which includes comparative research or research that aimed to know differences between two variable or more for to know are have difference about anxiety in choose major in college on the students twelve grades observed from guidance and counseling.

The research sampling method using purposive sample and size of samples amount 45 students twelve grades Jembatan Lima who get guidance and counseling and 45 students twelve grades Duri Raya who didn't get guidance and counseling. This research used anxiety scale are reviewed by Dacey & Fiore's (2002) component. Reliability anxiety scale value in choose major in college on amount .930 consisted 22 item.

The analysis data using Mann – U Whitney represent that have differences about anxiety in choose major in college on the students twelve grades Jembatan Lima who get guidance and counseling with the students twelve grades Duri Raya who didn't get guidance and counseling.

Keywords: *Anxiety in choose major in college, Guidance and Counseling, and Students twelve grades.*

A. LATAR BELAKANG

Keberadaan bimbingan dan konseling di sekolah merupakan hal yang sangat diperlukan guna membantu sekolah dalam menyelenggarakan pendidikan dan pengajaran. Berdasarkan pasal 25 PP. No. 28/1990 tentang bimbingan dan pelaksanaan kurikulum pendidikan dasar 1994 yang didukung dengan suatu sistem layanan bimbingan, yang lebih menekankan layanan bimbingan pribadi, bimbingan sosial, bimbingan belajar, dan bimbingan karir (Sriyono, 2003).

Bimbingan sangat diperlukan dalam mengadakan pilihan-pilihan dan penyesuaian atau memecahkan persoalan-persoalan yang dihadapi oleh manusia. Bimbingan harus merupakan suatu proses yang terus menerus selama hidup bagi mereka yang membutuhkan pertolongan, misalnya pada masa remaja sekolah menengah.

Para remaja umumnya sulit membuka dirinya terhadap orang lain dan sukar mengetahui diri sendiri dalam proses perubahannya. Mereka juga sukar mengakui bahwa mereka membutuhkan bimbingan, dan mereka menolak pertolongan dari orang dewasa. Oleh karena itu, banyak anak remaja khawatir terhadap perubahan-perubahan dan masa depannya, sehingga anak-anak tersebut membutuhkan bimbingan di sekolah menengah (Gunawan et al., 1992).

Bimbingan dan konseling diharapkan mampu menghasilkan manusia Indonesia yang memiliki bekal kemampuan dasar dalam mewujudkan kualitas kehidupan yang layak dan mampu mengembangkannya. Dengan bekal dasar tersebut siswa diharapkan mampu mewujudkan sebagai anggota masyarakat dan dapat mengembangkan kehidupan di sekitarnya ataupun dalam melanjutkan ke jenjang pendidikan yang lebih tinggi. Atas dasar itulah keberadaan bimbingan dan konseling sangat diperlukan di sekolah-sekolah (Sriyono, 2003).

Pengertian bimbingan dan konseling adalah suatu kegiatan bantuan dan tuntunan yang diberikan kepada individu pada umumnya, dan siswa pada khususnya di sekolah dalam rangka meningkatkan mutunya. Hal ini sangat relevan jika dilihat dari perumusan bahwa pendidikan itu merupakan usaha sadar yang bertujuan untuk mengembangkan kepribadian dan potensi-potensinya (bakat, minat, dan kemampuannya) (Sukardi, 2008).

Bimbingan dan konseling sebagai suatu aktivitas untuk menghindari dan atau mengatasi persoalan-persoalan di dalam kehidupan sebenarnya tidak seluruhnya merupakan hal baru, tetapi berbeda benar dalam bimbingan dan konseling yang dilakukan oleh orang-orang tua pada masa-masa yang lampau. Perbedaan itu terletak pada segi pendekatan yang ditempuh dalam menghadapi masalahnya (Walgiyo, 2004).

Profesi atau cita-cita siswa termasuk dalam masalah-masalah yang ada di lingkungan sekolah terutama menyangkut diri siswa, maka perlu mengetahui sampai sejauh manakah peranan bimbingan dan konseling di sekolah. Dalam pembahasan masalah tersebut perlu mengetahui jenis-jenis bimbingan apakah yang sesuai dengan masalah-masalah yang ada. Peranan bimbingan dan konseling memberikan keuntungan bagi pihak sekolah, orang tua maupun para siswanya karena bimbingan dan konseling membantu dan mengatasi masalah siswa yang ada di sekolah dengan memberikan solusi permasalahannya, yang jenisnya sesuai dengan masalah yang dihadapi siswa, misalnya memberikan bimbingan dalam mempersiapkan diri menghadapi dunia pekerjaan (Sukardi, 2008). Sedangkan bagi siswa yang tidak mendapatkan bimbingan dan konseling meminta dukungan dari lingkungan sosialnya sebagai sumber coping, di mana kehadiran orang lain dapat membantu seseorang mengurangi kecemasannya (Stuart & Sundeen, 2002).

Kecemasan merupakan pengalaman subjektif yang tidak menyenangkan mengenai kekhawatiran atau ketegangan berupa perasaan cemas, tegang, dan emosi yang dialami seseorang dalam suatu keadaan tertentu (*state anxiety*), yaitu menghadapi situasi yang tidak pasti dan tidak menentu terhadap kemampuannya dalam menghadapi objek tersebut (Ghufroon & Risnawita, 2011).

Menurut teori Psikoanalisa dari Freud (dalam Alwisol, 2008), kecemasan adalah variabel penting dari hampir semua teori kepribadian. Kecemasan sebagai dampak dari konflik yang menjadi bagian kehidupan yang tak terhindarkan, dipandang sebagai komponen dinamika kepribadian yang utama. Kecemasan adalah fungsi ego untuk memperingatkan individu tentang kemungkinan datangnya suatu bahaya sehingga dapat disiapkan reaksi adaptif yang sesuai. Kecemasan akan timbul manakala orang tidak siap menghadapi ancaman.

B. TUJUAN PENELITIAN

Secara umum, tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui adanya perbedaan kecemasan dalam memilih jurusan di perguruan tinggi pada siswa

kelas XII Duri Raya dengan siswa kelas XII Jembatan Lima yang ditinjau dari pemberian bimbingan konseling.

C. TINJAUAN TEORI

1. Pengertian Kecemasan

Nietzal (dalam Ghufron & Risnawati, 2011) berpendapat bahwa kecemasan berasal dari bahasa latin (*anxius*) dan dari bahasa Jerman (*anst*), yaitu suatu kata yang digunakan untuk menggambarkan efek negatif dan rangsangan fisiologi.

Muchlas (dalam Ghufron & Risnawita, 2011) mendefinisikan istilah kecemasan sebagai sesuatu pengalaman subjektif mengenai ketegangan mental kesukaran dan tekanan yang menyertai konflik atau ancaman.

Kecemasan adalah suatu keadaan tertentu (*state anxiety*), yaitu menghadapi situasi yang tidak pasti dan tidak menentu terhadap kemampuannya dalam menghadapi tes, berupa emosi yang kurang menyenangkan yang dialami oleh individu dan bukan kecemasan sebagai sifat yang melekat pada kepribadiannya.

2. Komponen-komponen Kecemasan

Komponen-Komponen Kecemasan menurut Dacey dan Fiore (2002) dalam mengenali gejala kecemasan dapat ditinjau melalui tiga komponen, yaitu :

- a. Komponen Psikologis: berupa kegelisahan, gugup, tegang, cemas, rasa tidak aman, takut, cepat terkejut.
- b. Komponen Fisiologis: berupa jantung berdebar, keringat dingin pada telapak tangan, tekanan darah meninggi (mudah emosi), respon kulit terhadap aliran galvanis (sentuhan dari luar) berkurang, gerakan peristaltik (gerakan berulang-ulang tanpa disadari) bertambah, gejala somatik atau fisik (otot), gejala somatik atau fisik (sensorik), gejala *Respiratori* (pernafasan), gejala *Gastrointestinal* (pencernaan), gejala *Urogenital* (perkemihan dan kelamin).
- c. Komponen Sosial: sebuah perilaku yang ditunjukkan oleh individu di lingkungannya. Perilaku itu dapat berupa: tingkah laku (sikap) dan gangguan tidur.

3. Pengertian Bimbingan dan Konseling

Bimbingan adalah proses pemberian bantuan kepada seseorang atau sekelompok orang secara terus-menerus dan sistematis oleh guru pembimbing agar individu atau sekelompok individu menjadi pribadi yang mandiri (Sukardi, 2008).

Konseling merupakan suatu upaya bantuan yang dilakukan dengan empat mata atau tatap muka antara konselor dan klien yang berisi usaha yang laras, unik, *human* (manusiawi), yang dilakukan dalam suasana keahlian dan didasarkan atas norma-norma yang berlaku, agar klien memperoleh konsep diri dan kepercayaan diri sendiri dalam memperbaiki tingkah lakunya pada saat ini dan mungkin pada masa yang akan datang (Sukardi, 2008).

4. Pengertian Siswa SMA

Sekolah Menengah Atas dalam pendidikan formal di Indonesia, merupakan jenjang pendidikan menengah setelah menamatkan Sekolah Menengah Pertama (SMP) atau yang sederajat. Sekolah Menengah Atas diselesaikan dalam kurun waktu 3 tahun, yaitu mulai kelas 10 sampai kelas 12. Pada tahun kedua (di kelas 11), siswa Sekolah Menengah Atas, wajib memilih jurusan yang ada, yaitu Sains, Sosial, atau Bahasa. Pada akhir tahun ketiga (di kelas 12), siswa diwajibkan mengikuti Ujian Nasional yang mempengaruhi kelulusan atau tidaknya siswa. Setelah lulus (tamat) Sekolah Menengah Atas dapat melanjutkan pendidikan ke perguruan tinggi. Umumnya pelajar Sekolah Menengah Atas berusia 16-18 tahun (Lenterak, 2011).

Usia 16 – 18 tahun merupakan masa remaja. Pada umumnya permulaan masa remaja ditandai oleh perubahan-perubahan fisik yang mendahului kematangan seksual. Kurang lebih bersamaan dengan perubahan fisik ini, juga akan dimulai proses perkembangan psikis remaja, di mana mereka mulai melepaskan diri dari ikatan dengan orangtuanya. Singkatnya, masa remaja adalah masa peralihan dari masa anak ke masa dewasa, meliputi semua perkembangan yang dialami sebagai persiapan memasuki masa dewasa (Gunarsa & Gunarsa, 2007).

5. Kerangka Berpikir

Siswa yang mendapatkan bimbingan dan konseling mendapatkan layanan informasi yang membantu siswa untuk menerima dan memahami informasi yang dapat dipergunakan sebagai bahan pertimbangan dan pengambilan keputusannya dalam memilih jurusan, dan layanan penempatan atau penyaluran yaitu membantu siswa memperoleh penempatan dan penyaluran yang tepat sesuai dengan potensi, bakat, dan minat serta kondisi pribadinya di perguruan tinggi sehingga siswa yang mendapatkan bimbingan dan konseling memiliki gambaran berupa informasi yang didapatnya sehingga hal tersebut mengurangi kebingungannya mengenai jurusan di perguruan tinggi dan juga siswa dapat menentukan pilihannya berdasarkan layanan yang diterimanya. Sedangkan siswa yang tidak mendapatkan bimbingan dan konseling harus mandiri dalam memperoleh informasi atau bertanya pada orang lain mengenai jurusan di perguruan tinggi sehingga hal tersebut membuat siswa bingung yang disertai rasa khawatir atau cemas dalam memilih jurusan di perguruan tinggi.

6. Hipotesa

Hipotesis penelitian ini yaitu ada perbedaan kecemasan dalam memilih jurusan di perguruan tinggi pada siswa kelas XII ditinjau dari pemberian bimbingan dan konseling.

D. METODE PENELITIAN

Rancangan penelitian ini dilakukan oleh peneliti dengan menggunakan data kuantitatif komparatif. Subjek penelitian ini adalah siswa kelas XII Duri Raya dan siswa kelas XII Jembatan Lima. Besar populasi siswa/i kelas XII Duri Raya berjumlah 74 dan siswa/i kelas XII Jembatan Lima berjumlah 120. Sampel penelitian ini adalah siswa/i kelas XII Duri Raya dan Jembatan Lima masing-masing sebanyak 45 siswa sehingga total sebanyak 90. Hal ini dikarenakan dari penyebaran kuesioner sebanyak 194, yang dikembalikan sebanyak 90. Subjek penelitian diambil dengan menggunakan metode *nonprobability sampling* dengan teknik *purposive sample* Teknik ini dilakukan karena beberapa pertimbangan, yaitu misalnya alasan keterbatasan waktu, tenaga, dan dana sehingga tidak dapat

mengambil sampel yang besar dan jauh (Arikunto, 2006). Kriteria sampel dalam penelitian ini adalah siswa kelas XII Jembatan Lima yang mendapatkan bimbingan konseling dan siswa kelas XII Duri Raya yang tidak mendapatkan bimbingan dan konseling.

Instrumen penelitian ini menggunakan kuesioner dengan skala Likert berdasarkan komponen kecemasan menurut Dacey dan Fiore (2002) yaitu komponen psikologis berupa kegelisahan, gugup, tegang, cemas, rasa tidak aman, takut, cepat terkejut; komponen fisiologis dan komponen sosial.

Pengambilan data dalam penelitian ini dilakukan dengan cara menyebarkan kuesioner kepada siswa/i kelas XII Jembatan Lima yang mendapatkan bimbingan konseling dan siswa/i kelas XII Duri Raya yang tidak mendapatkan bimbingan konseling yang skala kuesioner kecemasan. Untuk menguji dan menganalisis data penelitian ini menggunakan teknik analisis *Mann – U Whitney* yang dihitung dengan menggunakan SPSS versi 17.0.

E. HASIL

Berdasarkan hasil yang diperoleh dari hasil penghitungan reliabilitas sebesar .930 dengan rentang validitas sebesar .292 sampai dengan .916, yang terdiri dari 22 item.

Tabel 1

Reliability Statistic

Cronbach's Alpha	N of Items
.930	22

Penelitian ini melakukan uji normalitas dengan hasil sebagai berikut:

Tabel 2

Tests of Normality

	Group	Kolmogorov-Smirnov ^a			Shapiro-Wilk		
		Statistic	Df	Sig.	Statistic	df	Sig.
Variabel	BK	.154	45	.009	.948	45	.041
	Non BK	.239	45	.000	.821	45	.000

a. Lilliefors Significance Correction

Berdasarkan hasil tabel di atas dinyatakan bahwa normalitas yang didapat antara kelompok yang mendapatkan bimbingan dan konseling (BK) dan kelompok yang tidak mendapatkan bimbingan dan konseling (Non BK) yaitu sebesar .041 dan .000 dan dinyatakan nilai tersebut berada di bawah atau $< \alpha = 0.05$ sehingga penelitian ini tidak terdistribusi normal. Oleh karena itu, dilakukan uji analisa data menggunakan *Mann – U Whitney*.

Berikut hasil uji analisa data di bawah ini:

Tabel 3

Mann-U Whitney

Test Statistics ^a	
	Variabel
Mann-Whitney U	88.500
Wilcoxon W	1123.500
Vol. 5 No. 2 Oktober 2012 PSIBERNETIKA Asymp. Sig. (2-tailed)	-7.470 .000

a. Grouping Variable: Group

Berdasarkan hasil tabel di atas diperoleh signifikansi sebesar .000 sehingga nilai ini $< \alpha$ yang berarti ada perbedaan antara siswa kelas XII Jembatan Lima yang mendapatkan bimbingan dan konseling (BK) dengan siswa kelas XII Duri Raya yang tidak mendapatkan bimbingan dan konseling (BK).

F. PEMBAHASAN

Hasil penelitian yang didapat yaitu ada perbedaan antara siswa yang mendapatkan bimbingan dan konseling (BK) dengan siswa yang tidak mendapatkan bimbingan dan konseling (Non BK). Hal tersebut dikarenakan bimbingan dan konseling (BK) berfungsi untuk membantu siswa agar dapat mencapai tujuan-tujuan perkembangan yang meliputi sosial pribadi, belajar, dan karir (Sukardi, 2008).

Guru bimbingan dan konseling (BK) ataupun pembimbing di sekolah Jembatan Lima membantu siswa melalui pemberian layanan informasi dalam salah satu programnya dengan tujuan agar siswa dapat memahami penjurusan studi lanjut yang perlu direncanakan demi masa depan dan cita-citanya yang diberikan pada bulan Agustus sampai Mei. Program bimbingan dan konseling dirancang berdasarkan kurikulum yang ditetapkan oleh pemerintah dan dilaksanakan berdasarkan rancangan yang telah ditentukan oleh guru bimbingan dan konseling (BK) atau pembimbing.

Guru bimbingan dan konseling (BK) atau pembimbing tersebut mendapat kesempatan untuk memberikan pengarahan di kelas melalui bimbingan kelompok di kelas untuk memberikan informasi mengenai jurusan di perguruan tinggi dan juga memberikan waktu secara khusus bagi siswa/i baik individu maupun berkelompok yang ingin berkonsultasi mengenai jurusan studi lanjut atau rencana masa depannya. Hal ini dilakukan oleh pembimbing karena sekolah memberikan perhatian khusus kepada siswa-siswinya agar mereka mendapatkan gambaran mengenai jurusan di perguruan tinggi dan dapat menentukan pilihannya sendiri.

Sedangkan sekolah Duri Raya yang tidak memiliki program bimbingan dan konseling berusaha memberikan sedikit pengarahan kepada siswa-siswinya mengenai penjurusan di perguruan tinggi dengan cara memanfaatkan waktu luang siswa ketika ada guru yang absen. Guru pengganti tersebut diminta kepala sekolah untuk menyampaikan informasi mengenai jurusan yang ada di perguruan tinggi. Setelah itu, bagi siswa/i yang ingin bertanya lebih lanjut, dapat mendatangi guru atau kepala sekolah untuk konsultasi mengenai jurusan studi lanjut.

Perbedaan pada siswa yang mendapatkan bimbingan dan konseling (BK) yaitu siswa tersebut mendapatkan layanan yang berupa layanan informasi mengenai jurusan di perguruan tinggi dan mereka dapat menentukan jurusan apa yang akan ditentukannya berdasarkan layanan informasi yang telah didapatkannya dan dapat secara individu berkonsultasi kepada guru pembimbing untuk mendapatkan banyak informasi yang ingin diketahuinya lebih lanjut, sedangkan siswa yang tidak mendapatkan bimbingan dan konseling (Non BK) harus mandiri dalam mencari informasi mengenai jurusan di perguruan tinggi atau bertanya kepada orang lain agar ia memiliki gambaran serta dapat menentukan pilihannya sendiri karena peluang guru memberikan pengarahan dalam kelas sangat minim. Hal tersebut membuat siswa yang tidak mendapatkan bimbingan dan konseling (Non BK) memiliki sedikit keraguan atau kebingungan serta kecemasan akan masa depannya karena mendapatkan banyaknya pendapat dari orang lain mengenai jurusan di perguruan tinggi.

Hasil perhitungan dari perbandingan antara mean empirik dengan mean hipotetik kecemasan dalam memilih jurusan di perguruan tinggi pada siswa kelas XII Jembatan Lima yang mendapatkan bimbingan dan konseling (BK) dengan nilai rata-rata kecemasan sebesar 43.40 yang termasuk dalam klasifikasi cenderung rendah. Sedangkan siswa kelas XII Duri Raya yang tidak mendapatkan bimbingan dan konseling (Non BK) dengan nilai rata-rata kecemasan sebesar 55.18 yang termasuk dalam klasifikasi cenderung tinggi.

Berikut hasil perhitungan mean empirik dan mean hipotetik sebagai berikut:

Tabel 4

Hasil Perhitungan Mean Empirik dan Mean Hipotetik Skala Kecemasan

Variabel	Mean Empirik	Mean Hipotetik	Standar Deviasi
Kecemasan	49.29	55	8.127

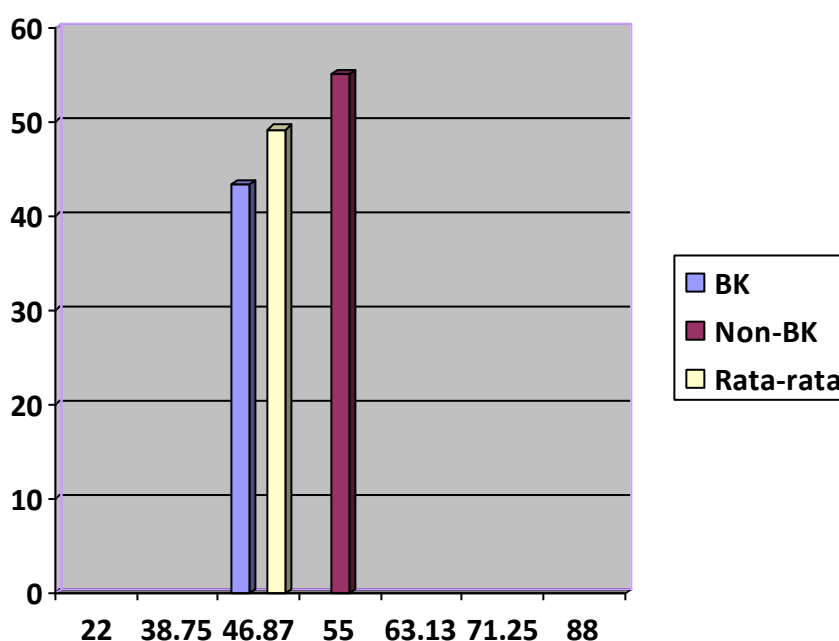
Kecemasan dalam memilih jurusan di perguruan tinggi dapat digambarkan dengan klasifikasi rendah, sedang, dan tinggi.

Jumlah item yang valid yaitu sebanyak 22 item dengan skor nilai terkecil 1 sampai dengan skor nilai terbesar adalah 4. Jarak minimum yaitu 22 dan jarak maksimum yaitu 88. Kemudian untuk mean hipotetik sebesar 55.

Berikut gambar grafik kecemasan siswa yang mendapatkan BK dengan siswa yang tidak mendapatkan BK:

Gambar 1

Grafik Kecemasan



Keterangan:

22.00 – 46.86 : Rendah

46.87 – 63.13 : Sedang

63.14 – 88.00 : Tinggi

Gambar grafik di atas merupakan perbandingan rata-rata kecemasan antara siswa kelas XII Jembatan Lima yang mendapatkan bimbingan dan konseling (BK) dengan siswa kelas XII Duri Raya yang tidak mendapatkan bimbingan dan konseling (Non BK). Rata-rata kecemasan dalam memilih jurusan pada siswa kelas XII Jembatan Lima yang mendapatkan bimbingan dan konseling (BK) sebesar 43.40 yang tergolong dalam kategori sedang, sedangkan

siswa kelas XII Duri Raya yang tidak mendapatkan bimbingan dan konseling (Non BK) sebesar 55.18 yang tergolong dalam kategori sedang. Hasil rata-rata kecemasan ini dapat tertera pada lampiran.

Grafik di atas menggambarkan bahwa tingkat kecemasan pada siswa kelas XII Duri Raya yang tidak mendapatkan bimbingan dan konseling (Non BK) lebih besar nilainya dibandingkan dengan siswa kelas XII Jembatan Lima yang mendapatkan bimbingan dan konseling (BK). Menurut Lazarus (dalam Ghufroon & Risnawita, 2011), kecemasan disebabkan oleh *State anxiety* yaitu reaksi emosi sementara yang timbul pada situasi tertentu yang dirasakan sebagai ancaman, misalnya mengikuti tes atau lainnya. Keadaan ini ditentukan oleh perasaan tegang yang subjektif dan juga karena *trait anxiety* yaitu sifat yang cukup stabil yang mengarahkan seseorang atau menginterpretasikan suatu keadaan menetap pada individu (bersifat bawaan) dan berhubungan dengan kepribadian yang demikian.

Hal ini disebabkan karena adanya ketakutan akan kegagalan (*fear of failure*) yaitu suatu respon kecemasan hampir selalu muncul apabila terdapat penilaian subjektif akan adanya kemungkinan kegagalan, dan perasaan tidak mampu yang berhubungan dengan persepsi bahwa ada yang salah pada diri seorang individu, seperti ketidakpuasan akan dirinya yang mengakibatkan timbulnya perasaan lemah, lelah atau ketidakmampuan berkonsentrasi (Yosep, 2003).

Selain hal di atas, hal lain yang menyebabkan siswa kelas XII Duri Raya yang tidak mendapatkan bimbingan dan konseling (Non BK) lebih cemas yaitu tidak adanya guru bimbingan dan konseling (BK) yang berperan membantu siswa sanggup memahami, mengarahkan dirinya agar mereka dapat berkembang menjadi pribadi-pribadi yang mandiri, memperoleh konsep diri serta kepercayaan diri pada saat ini dan pada masa yang akan datang (Sukardi, 2008).

Bimbingan dan konseling (BK) berfungsi untuk membantu siswa agar terhindar dari berbagai masalah yang dapat menghambat perkembangannya sehingga memerlukan kegiatan yang diantaranya berupa program layanan informasi, bimbingan karir, dan sebagainya. Program-program tersebut sangat membantu siswa dalam mengatasi keraguan atau kebingungan, kekhawatiran atau

kecemasan dalam dirinya dalam menentukan jurusan di perguruan tinggi. Program informasi dan bimbingan karir misalnya pemberian informasi mengenai jurusan-jurusan yang ada di perguruan tinggi, setelah itu dapat bekerja di bidang apa dan sebagainya sehingga siswa dapat menentukan masa depannya ingin bekerja di bidang apa sesuai dengan keinginan, bakat dan minatnya.

Faktor yang mendorong siswa/i kelas XII Duri Raya dan siswai kelas XII Jembatan Lima mengalami kecemasan yaitu dari faktor dukungan sosial. Dukungan sosial dibutuhkan bagi siswa yang mengalami kecemasan, di mana dengan adanya kehadiran orang lain yang dapat membantu mengurangi kecemasan, seperti halnya yang dinyatakan oleh salah satu responden ini yang mengatakan bahwa perlunya teman curhat merupakan hal penting dalam proses pengambilan keputusan, antara lain masukan atau pendapat orang lain mengenai suatu jurusan di perguruan tinggi.

Faktor lain yang menyebabkan kecemasan yaitu faktor pengetahuan. Kurangnya pengetahuan menyebabkan seseorang mengalami kecemasan sehingga ia tidak dapat menentukan pilihannya sendiri yang dinyatakan oleh salah seorang siswa kelas XII Jembatan Lima.

Bimbingan dan konseling di sekolah dibutuhkan bagi masa remaja siswa kelas XII dalam memilih jurusan di perguruan tinggi karena mereka mengalami masa di mana kegelisahan menguasai diri mereka, mengalami pertentangan yang menimbulkan kebingungan bagi diri mereka, memiliki keinginan-keinginan besar untuk mencoba sesuatu (Gunarsa & Gunarsa, 2007).

G. SIMPULAN

Simpulan dalam penelitian ini adalah terdapat perbedaan kecemasan dalam memilih jurusan di perguruan tinggi pada siswa Kelas XII Jembatan Lima yang mendapatkan bimbingan dan konseling dengan siswa Kelas XII Duri Raya yang tidak mendapatkan bimbingan dan konseling.

Hal yang menyebabkan siswa kelas XII Duri Raya yang tidak mendapatkan bimbingan dan konseling lebih cemas dibandingkan dengan siswa kelas XII Jembatan Lima yaitu tidak adanya guru bimbingan dan konseling yang

berperan aktif membantu siswa sanggup memahami, mengarahkan dirinya agar mereka dapat berkembang menjadi pribadi-pribadi yang mandiri, memperoleh konsep diri serta kepercayaan diri. Selain itu, juga disebabkan oleh faktor dari kurangnya dukungan sosial dan lingkungan sebagai sumber coping, di mana kehadiran orang lain dapat membantu seseorang mengurangi kecemasan dan lingkungan mempengaruhi area berpikir seseorang.

H. SARAN

Bagi sekolah Duri Raya, disarankan pihak sekolah dapat memfasilitasi program bimbingan dan konseling dalam menggali potensi dan membantu meningkatkan kepercayaan diri pada siswa dalam memilih jurusan atau studi yang diinginkannya, serta mengadakan evaluasi rutin mengenai bimbingan dan konseling. Pihak sekolah juga ada baiknya melakukan tes bakat dan minat siswa agar mereka mengetahui di mana letak bakat dan minatnya agar mereka dapat menentukan keputusannya dalam memilih jurusan di perguruan tinggi.

Bagi sekolah Jembatan Lima, disarankan sekolah dapat tetap mempertahankan program bimbingan konseling dan melakukan evaluasi rutin, misalnya setahun sekali, serta program bimbingan konseling dapat dilaksanakan sesuai dengan fungsinya.

Bagi penelitian selanjutnya, peneliti menyarankan kepada para peneliti selanjutnya untuk dapat membahas serta menggali informasi yang lebih jauh lagi mengenai faktor lingkungan atau pola asuh para siswa/i yang menyebabkan kecemasan pada para siswa ini.

DAFTAR PUSTAKA

- Alwisol. (2008). *Psikologi Kepribadian edisi Revisi*. UMM Press: Malang.
- Arikunto, S. (2006). *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktik*. Rineka Cipta: Jakarta.

- Azwar, S. (2010). *Reliabilitas dan Validitas*. Pustaka Pelajar: Yogyakarta.
- Dacey, J. S., Fiore, L. B. (2002). *Your Anxious Child: How Parents and Teachers Can Relieve Anxiety in Children*. Jossey-Bass: San Francisco.
- Ghufron, M. N., Risnawati, R. S. (2011). *Teori-teori Psikologi*. Ar-Ruzz Media: Yogyakarta.
- Gunarsa, Gunarsa D. (2007). *Psikologi Remaja*. Gunung Mulia: Jakarta.
- Gunawan et al., (1992). *Pengantar Bimbingan dan Konseling. Buku Panduan Mahasiswa*. Gramedia: Jakarta.
- Hurlock, E.B. (1999). *Psikologi Perkembangan (Suatu Pendekatan Sepanjang Rentang Kehidupan)*. Airlangga: Bandung.
- Papalia. D.E., Olds, S.W., Fieldman, R.D. (2009). *Human Development (10th ed)*. McGraw-Hill International: New York.
- Santosa, P.B., Ashari. (2005). *Analisis Statistik dengan Microsoft Excel dan SPSS*. Andi: Yogyakarta.
- Santrock, J. W. (2002). *Life – Span Development Perkembangan Masa Hidup edisi kelima jilid 2*. Erlangga: Jakarta.
- Stuart, G.W., Sundeen, S. (2002). *Buku Saku Keperawatan (3rd Ed)*. EGC: Jakarta.
- Sugiyono. (2007). *Metode Penelitian Bisnis*. CV Alfabeta: Bandung.
- Sukardi, D. K. (2008). *Pengantar Pelaksanaan Program Bimbingan dan Konseling di Sekolah edisi revisi*. Rineka Cipta: Jakarta.
- Suryabrata, S. (2009). *Metode Penelitian*. Rajagrafindo Persada: Jakarta.
- Walgiyo, B. (2004). *Bimbingan dan Konseling di Sekolah*. Andi: Jakarta.
- Hayadin. (2006). *Pengambilan Keputusan untuk Profesi pada Siswa Jenjang Pendidikan Menengah (Survei pada SMA, MA dan SMK di DKI Jakarta)*. *Jurnal Pendidikan dan Kebudayaan* No. 60, 12.
- Sriyono. (2003). *Kompetensi dan Peranan Bimbingan dan Konseling di Sekolah*, *Widya: Majalah Ilmiah* no. 211, 65, 37.
- Yosep, I. (2003). *Konsep Kepribadian Kesadaran, Konsep Emosi, Konsep Stress Dan Adaptasi Depresi Pengukuran Dan Uji Perilaku*. Akademi Keperawatan. PPNI: Jawa Barat.

- Admin. (2012, Maret). *Seleksi Masuk Universitas Indonesia*. Diunduh dari simak.ui.ac.id.
- Badriah. (2008). *Hubungan Layanan Bimbingan dan Konseling dengan Kesehatan Mental Siswa Man 12 Durikosambi Cengkareng Jakarta Barat*. Diunduh dari <http://www.scribd.com/doc/30550062/7/Jenis-Pelayanan-Bimbingan-dan-Konseling>
- Khurniawan. (2011, April 20). *Setelah Lulus Mau ke mana?*. Kompas. Diunduh dari <http://edukasi.kompasiana.com/2011/04/20/setelah-lulus-mau-kemana>.
- Lenterak. (2011, November 12). *Pengertian Sekolah*. Diunduh dari Lenterakecil.com/pengertian-sekolah/
- Sudrajat, A. (2008, Juli). *Bidang bimbingan dan Konseling*. Diunduh dari <http://akhmadsudrajat.wordpress.com/2008/07/08/bidang-bimbingan-dan-konseling/>