**HUBUNGAN RESILIENSI DAN MOTIVASI BELAJAR DENGAN GEJALA KECEMASAN PADA SISWA SMK**

***THE RELATIONSHIP BETWEEN RESILIENCE AND LEARNING MOTIVATION WITH ANXIETY SYMPTOMS IN HIGH SCHOOL STUDENTS***

**Fahmi Ana Nur Ichsani1, Erydani Anggawijayanto2**

Universitas Mercu Buana Yogyakarta

18081717@student.mercubuana-yogya.ac.id dan erydani.a@mercubuana-yogya.ac.id

082134332971

**Abstrak**

Masa remaja sering disebut sebagai masa *stress and storm* karena pada masa ini remaja dihadapkan oleh perubahan-perubahan seperti perbahan fisik, kepribadian dan emosi.Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan resiliensi dan motivasi belajar dengan gejala kecemasan pada siswa SMK. Hipotesis dalam penelitian ini ada hubungan yang positif dan signifikan antara resiliensi dan motivasi belajar dengan gejala kecemasan. Subjek dalam penelitian ini terdapat 131 siswa dengan kriteria siswa SMK Negeri 9 Kota Tangerang. Pengumpulan data dalam penelitian ini dengan menggunakan skala Likert*.* Pengambilan data penelitian ini menggunakan Skala Gejala Kecemasan, Resiliensi dan Motivasi Belajar. Teknik analisis data yang digunakan dalam penelitian ini adalah analisis regresi linear berganda. Berdasarkan hasil analisis data diperoleh koefisien korelasi (rxy) sebesar -0,478 dengan nilai p = 0,003 (p< 0,05). Hasil tersebut menunjukkan bahwa terdapat hubungan yang negatif dan signifikan antara resiliensi dengan gejala kecemasan pada siswa SMK Negeri 9 Kota Tangerang. Hasil analisis data diperoleh koefisien korelasi (rxy) sebesar 0,296 dengan nilai p = 0,040 (p< 0,05). Hasil tersebut menunjukkan bahwa terdapat hubungan positif dan signifikan antara motivasi belajar dengan gejala kecemasan. Hasil analisis data antara motivasi belajar dengan gejala kecemasan diperoleh koefisien korelasi (rxy) sebesar 0,277 dengan nilai p = 0,006 (p< 0,05). Hasil tersebut menunjukkan bahwa terdapat hubungan yang positif dan signifikan antara resiliensi dan motivasi belajar dengan gejala kecemasan pada siswa SMK Negeri 9 Kota Tangerang.

***Kata Kunci:*** Resiliensi, Motivasi Belajar, Gejala Kecemasan, Siswa, Regresi

***Abstract***

Adolescence is often referred to as a period of stress and storm because at this time adolescents are faced with changes such as physical, personality and emotional changes.This study aims to determine the relationship between resilience and learning motivation with anxiety symptoms in vocational students. The hypothesis in this study is that there is a positive and significant relationship between resilience and learning motivation with anxiety symptoms. The subjects in this study were 131 students with the criteria of SMK Negeri 9 Tangerang City students. Data collection in this study using a Likert scale. Data collection in this study using the Anxiety Symptoms Scale, Resiliency and Learning Motivation. The data analysis technique used in this study is multiple linear regression analysis. Based on the results of data analysis, the correlation coefficient (rxy) was -0.478 with a p value = 0.003 (p <0.05). These results indicate that there is a negative and significant relationship between resilience and anxiety symptoms in students of SMK Negeri 9 Tangerang City. The results of data analysis obtained a correlation coefficient (rxy) of 0.296 with a value of p = 0.040 (p < 0.05). These results indicate that there is a positive and significant relationship between learning motivation and anxiety symptoms. The results of data analysis between learning motivation and anxiety symptoms obtained a correlation coefficient (rxy) of 0.277 with a p value = 0.006 (p <0.05). These results indicate that there is a positive and significant relationship between resilience and learning motivation with anxiety symptoms in students of SMK Negeri 9 Tangerang City.

***Keywords:*** *Resilience, Learning Motivation, Anxiety Symptoms, Students, Regression*

**PENDAHULUAN**

Pendidikan merupakan salah satu faktor terpenting untuk mengembangkan pola pikir dan kepribadian seseorang. Proses belajar mengajar merupakan roh dari pendidikan itu sendiri yang digunakan untuk meningkatkan sumber daya manusia (SDM) agar lebih berkualitas. Belajar dan mengajar merupakan dua hal yang tidak dapat dipisahkan. Belajar merupakan suatu proses perubahan kepribadian dengan melalui peningkatan kualitas perilaku seperti meningkatkan pengetahuan, keterampilan dan pola pikir (Djamaluddin & Wardana, 2019). Salah satu jenjang pendidikan menengah di indonesia ialah sekolah menengah kejuruan (SMK). Masa SMK merupakan fase pendidikan yang menjadi kewajiban untuk dituntaskan. Pada masa ini siswa sudah memasuki masa remaja yang merupakan masa dimana individu akan mencari jati dirinya.

Masa remaja merupakan masa peralihan dari masa anak-anak menuju masa dewasa (Octavia & Shily, 2020). Masa ini merupakan masa yang sulit sehingga sering disebut sebagai masa *stress and storm* karena pada masa ini remaja dihadapkan oleh perubahan-perubahan seperti perbahan fisik, kepribadian dan emosi. Selain mengalami banyak perubahan, pada masa ini remaja juga diminta untuk menerima dan menunjukkan perilaku yang sesuai dengan norma-norma yang berlaku di masyarakat. Adanya aturan yang berlaku di masyarakat seringkali bertentangan dengan keinginan remaja yang ingin hidup bebas dan mencoba hal-hal baru.

Selain dituntut untuk mengikuti aturan yang ada, remaja juga dituntut untuk belajar menyelesaikan dan mencari jalan keluar terhadap permasalahan yang ada (Pati & Sirajuddin, 2022). Ketidakmampuan remaja dalam mengatasi permasalahan yang ada akan mengakibatkan remaja mengalami kegagalan, sehingga kegagalan tersebut dapat menyebabkan gangguan psikologis seperti gejala kecemasan. WHO menyatakan bahwa gejala kecemasan merupakan gangguan kesehatan jiwa yang umum dengan prevalensi sangat tinggi dan lebih dari 200 juta orang sekitar 3,6% dari total populasi di seluruh dunia mengalami gejala kecemasan (HIMPSI, 2020). Di indonesia sendiri prevalensi terkait gejala kecemasan menurut hasil Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) tahun 2018 mengonfirmasi bahwa sebesar 6% dan sekitar 14 juta penduduk di indonesia mengalami gejala kecemasan (Depkes, 2014).

Menurut Webber (2019) kecemasan merupakan bagian dari pengalaman manusia yang berfokus pada masa depan. Kecemasan akan bersifat adaptif apabila datang sebagai respon terhadap ketakutan di lingkungan terdekat, sedangkan kecemasan akan bersifat maladaptif apabila kecemasan itu menjadi kekhawatiran, perilaku menghindar dan semua yang berdampak negatif pada kehidupan. Gejala kecemasan yang mempengaruhi psikologis siswa seperti rasa cemas serta ketakutan yang berlebihan dapat menyebabkan serangan panik seperti depresi dan stres (Afendi & Nurkholis, 2020). Menurut Webber (2019) ada beberapa faktor yang mempengaruhi gejala kecemasan, yaitu Perasaan *(Feelings)*, Perilaku *(Behavior)* dan Pikiran *(Thoughts)*.

Berdasarkan hasil wawancara yang dilakukan oleh peneliti dengan 5 subjek pada siswa SMK yang dilakukan pada tanggal 25 Juni 2022 menyatakan bahwa gejala kecemasan yang dialami oleh siswa membuat siswa merasa sulit untuk mencari jalan keluar, menghambat produktivitas dan sulit untuk mengontrol pikiran sehingga dapat menyebabkan adanya pikiran negatif. Hal tersebut dapat menimbulkan gejala seperti panik, rasa takut yang berlebihan dan khawatir. Kecemasan juga membuat siswa kehilangan fokus dan konsentrasi mereka sehingga mereka sulit mengontrol diri mereka untuk mengikuti kegiatan pembelajaran. Selain itu, beberapa siswa yang mengalami kecemasan juga ada yang mampu untuk bertahan dalam situasi yang sulit.

Resiliensi merupakan varibel yang dapat mempengaruhi gejala kecemasan (Sari dkk, 2020). Permasalahan psikologis pada siswa juga dapat mempengaruhi gejala kecemasan yang ditandai dengan adanya rasa cemas dan ketakutan yang berlebihan sehingga dapat menyebabkan serangan panik seperti depresi dan stress (Afendi & Nurkholis, 2020). Hal tersebut dapat menjadi faktor rendahnya resiliensi yang ada pada diri siswa, sehingga dapat dikatakan bahwa semakin tinggi resiliensi pada siswa SMK maka semakin rendah gejala kecemasan pada siswa SMK. Sebaliknya, semakin rendah resiliensi pada siswa SMK maka semakin tinggi gejala kecemasan pada siswa SMK.

Selain resiliensi yang dapat mempengaruhi gejala kecemasan (Sari dkk, 2020) motivasi belajar juga dapat mempengaruhi gejala kecemasan (Cahyani, Listiana & Larasati, 2020). Uno (2016) motivasi belajar merupakan suatu dorongan yang terdapat dalam diri siswa untuk berusaha melakukan perubahan perilaku yang lebih baik sesuai dengan kebutuhannya. Vivin (2019) motivasi belajar berfungsi untuk mendorong perilaku belajar dan mengendalikan sikap agar mencapai tujuan yang diinginkan.

Berdasarkan ketiga variabel yang menunjukkan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara resiliensi dan motivasi belajar dengan gejala kecemasan. Dimana resiliensi yang tinggi, siswa akan memiliki kecemasan yang lebih rendah (Manomenidis, Panagopoulou dan Montgomery, 2018) dan sebaliknya, dimana resiliensi siswa yang rendah akan membuat kecemasan siswa menjadi lebih tinggi (Setiawati dkk, 2021). Kemudian pada variabel motivasi belajar menunjukkan bahwa semakin rendah kecemasan pada siswa SMK maka semakin tinggi motivasi belajar pada siswa (Kustiaverawati, 2021).

**METODE**

 Penelitian ini merupakan penelitian dengan menggunakan metodologi kuantitatif dengan variabel bebas resiliensi dan motivasi belajar dengan variabel terikat gejala kecemasan. Skala yang digunakan dalam penelitian ini adalah Skala Likert resiliensi, motivasi belajar dan gejala kecemasan. Teknik penentuan sampel dalam penelitian ini menggunakan teknik *purposive sampling* yaitu teknik pengambilan sampel yang anggota populasinya tidak diberikan peluang atau kesempatan yang sama besar untuk menjadi sampel penelitian karena pengambilan sampel berdasarkan kriteria tertentu (Sugiyono, 2016). Subjek dalam penelitian ini adalah siswa SMK Negeri 9 Kota Tangerang. Jumlah responden yang digunakan dalam penelitian ini sebanyak 131 siswa.

 Metode analisis data yang digunakan dalam penelitian ini adalah analisis regresi linear berganda, analisis linear berganda merupakan metode yang digunakan peneliti untuk mengetahui keadaan (naik turunnya) variabel dependen (kriterium) jika dua atau lebih variabel independen sebagai prediktor dinaik turunkan nilainya (dimanipulasi) (Sugiyono, 2014). Penelitian ini dilakukan dengan mengunakan bantuan program software jamovi *version* 2.0.0.0 yang digunakan untuk menguji hubungan variabel bebas dan variabel tergantung.

**HASIL DAN PEMBAHASAN**

Data penelitian yang diperoleh dari skala resiliensi dan motivasi belajar dengan skala gejala kecemasan dapat digunakan untuk mendeskripsikan hasil penelitian dalam menentukan skor minimum dan maksimum empirik, rerata empirik dan standar deviasi empirik. Hal tersebut akan digunakan sebagai dasar untuk pembuatan kategorisasi subjek pada variabel resiliensi dan motivasi belajar dengan gejala kecemasan.

Berdasarkan hasil analisis yang peneliti lakukan terhadap data dekripsi statistik pada masing-masing variabel. Jumlah aitem pada skala gejala kecemasan terdiri dari 36 aitem, dengan skor terendah adalah 1 dan skor tertinggi adalah 4. Skor minimum hipotetik yang diperoleh adalah 36, skor maksimum hipotetik yang diperoleh 144 dan jarak sebaran hipotetik yang diperoleh adalah 108. Rerata hipotetik yang diperoleh adalah 90 dengan standar deviasi (α) adalah 18. Data empirik untuk skor minimum sebesar 64 dan skor maksimum 141, dengan rerata empirik 103,33 dan standar deviasi sebesar 16,328.

Berdasarkan hasil analisis yang peneliti lakukan terhadap data dekripsi statistik pada masing-masing variabel. Jumlah aitem pada skala resiliensi terdiri dari 25 aitem, dengan skor terendah adalah 1 dan skor tertinggi adalah 4. Skor minimum hipotetik yang diperoleh adalah 25, skor maksimum hipotetik yang diperoleh adalah 100 dan jarak sebaran hipotetik yang diperoleh adalah 75. Rerata hipotetiknya yang diperoleh adalah 62,5 dengan standar deviasi (α) adalah 12,5. Data empirik untuk skor minimum sebesar 56 dan skor maksimum 99, dengan rerata empirik 79,36 dan standar deviasi sebesar 9,018.

Berdasarkan hasil analisis yang peneliti lakukan terhadap data dekripsi statistik pada masing-masing variabel. Jumlah aitem pada skala motivasi belajar terdiri dari 28 aitem, dengan skor terendah adalah 1 dan skor tertinggi adalah 4. Skor minimum hipotetik yang diperoleh adalah 28, skor maksimum hipotetik yang diperoleh adalah 112 dan jarak sebaran hipotetik yang diperoleh adalah 84. Rerata hipotetik yang diperoleh adalah 70 dengan standar deviasi (α) adalah 14. Data empirik untuk skor minimum sebesar 49 dan skor maksimum 102, dengan rerata empirik 82,9 dan standar deviasi sebesar 10,01.

**Tabel 1. Kategorisasi Skor Skala Gejala Kecemasan**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| Kategori | Pedoman | Skor  | N | Persentase |
| Sangat Rendah | X ≤ µ - 1,5σ | X ≤ 63 | 0 | 0% |
| Rendah | µ – 1,5σ < X ≤ µ - 0,5σ | 63 < X ≤ 81 | 14 | 11% |
| Sedang | µ – 1,5σ < X ≤ µ + 0,5σ | 81 < X ≤ 99 | 38 | 29% |
| Tinggi  | µ + 0,5σ < X ≤ µ + 1,5σ | 99 < X ≤ 117 | 50 | 38% |
| Sangat Tinggi | µ + 1,5σ < X | 117 < X | 29 | 22% |
|  | Total  | 131 | 100% |

Sumber: Hasil Uji Jamovi (2023)

 Berdasarkan hasil kategorisasi pada variabel gejala kecemasan menunjukkan bahwa subjek yang berada dalam kategorisasi sangat rendah sebesar 0% (tidak ada subjek), kategorisasi rendah sebesar 11% (14 subjek), kategorisasi sedang sebesar 29% (38 subjek), kategorisasi tinggi sebesar 38% (50 subjek), dan kategorisasi sangat tinggi sebesar 22% (29 subjek). Sehingga dapat disimpulkan pada penelitian ini sebagian besar subjek memiliki tingkat gejala kecemasan dalam kategorisasi tinggi.

Tabel 2. Kategorisasi Skor Skala Resiliensi

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| Kategori | Pedoman | Skor  | N | Persentase |
| Sangat Rendah | X ≤ µ - 1,5σ | X ≤ 44 | 0 | 0% |
| Rendah | µ – 1,5σ < X ≤ µ - 0,5σ | 44 < X ≤ 56  | 0 | 0% |
| Sedang | µ – 1,5σ < X ≤ µ + 0,5σ | 56 < X ≤ 69 | 14 | 11% |
| Tinggi  | µ + 0,5σ < X ≤ µ + 1,5σ | 69 < X ≤ 81 | 59 | 45% |
| Sangat Tinggi | µ + 1,5σ < X | 81 < X | 31 | 44% |
|  | Total  | 131 | 100% |

Sumber: Hasil Uji Jamovi (2023)

 Berdasarkan hasil kategorisasi pada variabel resiliensi menunjukkan bahwa subjek yang berada dalam kategorisasi sangat rendah sebesar 0% (tidak ada subjek), kategorisasi rendah sebesar 0% (tidak ada subjek), kategorisasi sedang sebesar 11% (14 subjek), kategorisasi tinggi sebesar 45% (59 subjek), dan kategorisasi sangat tinggi sebesar 44% (58 subjek). Sehingga dapat disimpulkan pada penelitian ini sebagian besar subjek memiliki tingkat gejala kecemasan dalam kategorisasi tinggi.

**Tabel 3. Kategorisasi Skor Skala Motivasi Belajar**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| Kategori | Pedoman | Skor  | N | Persentase |
| Sangat Rendah | X ≤ µ - 1,5σ | X ≤ 49 | 0 | 0% |
| Rendah | µ – 1,5σ < X ≤ µ - 0,5σ | 49 < X ≤ 63 | 3 | 2% |
| Sedang | µ – 1,5σ < X ≤ µ + 0,5σ | 63 < X ≤ 77 | 29 | 22% |
| Tinggi  | µ + 0,5σ < X ≤ µ + 1,5σ | 77 < X ≤ 91 | 55 | 42% |
| Sangat Tinggi | µ + 1,5σ < X | 91 < X | 44 | 33% |
|  | Total  | 131 | 100% |

Sumber: Hasil Uji Jamovi (2023)

 Berdasarkan hasil kategorisasi pada variabel resiliensi menunjukkan bahwa subjek yang berada dalam kategorisasi sangat rendah sebesar 0% (tidak ada subjek), kategorisasi rendah sebesar 2% (3 subjek), kategorisasi sedang sebesar 22% (29 subjek), kategorisasi tinggi sebesar 42% (55 subjek), dan kategorisasi sangat tinggi sebesar 33% (44 subjek). Sehingga dapat disimpulkan pada penelitian ini sebagian besar subjek memiliki tingkat gejala kecemasan dalam kategorisasi tinggi.

Grafik 1. Sebaran Uji Normalitas



Berdasarkan hasil uji normalitas dengan metode Kolmogorov-Smirnov signifikansi pada KS-Z = 0,0991 dengan p = 0,567 (p>0,05) maka dapat disimpulkan bahwa metode regresi pada penelitian ini dalam sebaran data normal. Pedoman yang digunakan adalah jika uji KS-Z memiliki nilai signifikansi > 0,050 maka data berdistribusi normal, jika uji KS-Z memiliki nilai signifikansi < 0,050 maka data tidak berdistribusi normal (Hadi, 2015).

Berdasarkan pada hasil uji normalitas pada variabel resiliensi memiliki nilai F = 6,23 dengan p = 0,014 (p < 0,050) dapat dikatakan bahwa ada hubungan linear secara signifikan antara variabel resiliensi dengan gejala kecemasan. Berdasarkan hasil uji linearitas pada variabel motivasi belajar dengan gejala kecemasan diketahui bahwa nilai koefisien linear F = 5,34 dengan p = 0,006 (p<0,050) dapat dikatakan bahwa ada hubungan linear secara signifikan antara variabel motivasi belajar dengan gejala kecemasan. Pedoman untuk uji linearitas adalah digunakan untuk uji linearitas adalah apabila nilai signifikansi < 0,050 maka hubungan antara variabel bebas dengan variabel terikat adalah linier dan apabila nilai signifikansi > 0,050 maka hubungan antara variabel bebas dengan variabel terikat tidak linear (Ghozali, 2016).

Grafik 2. Sebaran Uji Heteroskedastisitas



Hasil uji heteroskedastisitas berdasarkan Breusch-Pagan diketahui nilai p = 995, berdasarkan Goldfeld-Quandt diketahui bahwa nilai p = 0,678, dan berdasarkan Harrison-McCabe diketahui bahwa nilai p = 0,680. Dari ketiga hasil tersebut menunjukkan bahwa hasil data memiliki nilai signifikan > 0,05. Sehingga hasil data dapat dikatakan residual karena memiliki varian yang berbeda dan tidak terjadi heteroskedastisitas, oleh karena itu model regresi yang digunakan adalah layak. Model regresi yang baik yaitu model yang tidak terjadi heteroskedastisitas (Ghozali, 2016). Uji heteroskedastisitas dapat dilakukan uji geljser dengan kaidah probabilitas > 0,05 maka tidak terjadi heteroskedastisitas, sebaliknya jika probabilitas < 0,05 maka terjadi heteroskedastisitas (Ghozali, 2016).

Berdasarkan hasil uji multikolinearitas pada variabel resiliensi sebagai variabel bebas dengan nilai *tolerance* 0,926 dan nilai VIF 1,08 artinya data variabel resiliensi tidak memiliki multikolinearitas terhadap data yang diuji. Hasil uji multikolinearitas pada data motivasi belajar sebagai variabel bebas dengan niai *tolerance* 0,926 dan nilai VIF 1,08 artinya variabel motivasi belajar tidak memiliki multikolinearitas terhadap data yang diuji. Jika nilai *tolerance* rendah nilai VIF > 10 artinya terjadi multikolinearitas terhadap data yang diuji dan menunjukkan multikolinearitas yang tinggi. Nilai *tolerance* yang umum dipakai adalah > 0,10 dan nilai VIF < 10,00. Jika nilai *tolerance* > 0,10 dan nilai VIF < 10 artinya model regresi tidak memiliki multikolinearitas terhadap data yang diuji (Ghozali, 2016).

Tabel 4. Hasil Analisis Regresi Linear Berganda

| Model Coefficients - Gejala Kecemasan |
| --- |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **Predictor** | **Estimate** | **SE** | **T** | **p** | **Stand. Estimate** |
| Intercept |  | 116.792 |  | 14.875 |  | 7.85 |  | < .001 |  |   |  |
| Resiliensi |  | -0.478 |  | 0.160 |  | -2.99 |  | 0.003 |  | -0.264 |  |
| Motivasi Belajar |  | 0.296 |  | 0.143 |  | 2.07 |  | 0.040 |  | 0.183 |  |
|  |

Berdasarkan hasil uji analisis linear berganda di atas, dapat dilihat nilai konstanta (nilai 𝑎) sebesar 116,792 dan untuk reiliensi (nilai $β$) sebesar –0,478 serta motivasi belajar (nilai $β$) sebesar 0,296. Sehingga dapat diperoleh model persamaan analisis regresi linear berganda dalam penelitian ini yaitu sebagai berikut:

$$Y= α+ β\_{1}X\_{1}+ β\_{2}X\_{2}+ ε$$

**Keterangan:**

Y = Variabel Gejala Kecemasan

𝑎 = Konstanta

$β\_{1}$, $β\_{2}$ = Koefisien regresi variabel independen

𝑋1 = Variabel Resiliensi

𝑋2 = Variabel Motivasi Belajar

𝜀 = standar error

Gejala Kecemasan = 116,792 + (- 0,478) + 0,296 + 𝜀

Berdasarkan hasil model persamaan uji regresi di atas, maka dapat disimpulkan bahwa nilai konstanta sebesar 116,792 menunjukkan bahwa adanya hubungan yang positif antara variabel resiliensi dan motivasi belajar. Koefisien regresi resiliensi sebesar -0,478 bernilai negatif yang menunjukkan bahwa ada hubungan yang negatif antara resiliensi dengan gejala kecemasan. Dimana semakin tinggi resiliensi yang dimiliki siswa, maka semakin rendah gejala kecemasan yang dimiliki oleh siswa SMK Negeri 9 Kota Tangerang. Sebaliknya, semakin rendah resiliensi yang dimiliki siswa, maka semakin tinggi gejala kecemasan yang dimiliki oleh siswa SMK Negeri 9 Kota Tangerang. Koefisien regresi motivasi belajar sebesar 0,296 bernilai positif yang menunjukkan bahwa ada hubungan positif antara motivasi belajar dengan gejala kecemasan. semakin tinggi motivasi belajar yang dimiliki siswa, maka semakin rendah gejala kecemasan yang dimiliki oleh siswa SMK Negeri 9 Kota Tangerang. Sebaliknya, semakin rendah motivasi belajar yang dimiliki siswa, maka semakin tinggi gejala kecemasan yang dimiliki oleh siswa SMK Negeri 9 Kota Tangerang. Dapat disimpulkan secara keseluruhan bahwa terdapat hubungan negatif dan signifikan antara resiliensi (X1) dengan gejala kecemasan (Y) dan terdapat hubungan yang positif dan signifikan antara motivasi belajar (X2) dengan gejala kecemasan (Y).

Berdasarkan hasil uji t diketahui nilai p untuk pengaruh (parsial) resiliensi (X1) terhadap gejala kecemasan (Y) adalah 0,003 (p<0,05) dan nilai t hitung -2,994 > t tabel 1,978 sehingga dapat dikatan bahwa H1 diterima yang berarti terdapat hubungan yang negatif antara resiliensi (X1) dengan gejala kecemasan. Hasil penelitian ini sesuai dengan hasil penelitian yang sebelumnya dilakukan oleh Setiawati dkk. (2021) kepada perawat saat Covid-19 menunjukan bahwa resiliensi yang rendah akan membuat kecemasan pada perawat lebih tinggi.

Pada hasil uji t diketahui nilai p untuk pengaruh (parsial) motivasi belajar (X2) terhadap gejala kecemasan (Y) adalah 0,040 (p<0,05) dengan t hitung 2,071 > t tabel 1,978, sehingga dapat dikatakan bahwa H2 diterima yang berarti terdapat hubungan yang signifikan antara motivasi belajar (X2) dengan gejala kecemasan. Hasil penelitian ini sesuai dengan hasil penelitian yang sebelumnya dilakukan oleh Firmansyah (2018) mengenai motivasi belajar dengan kecemasan pada siswa kelas X, XI SMA Negeri 2 Palembang. Hasil analisis data yang telah diuraikan, maka dapat disimpulkan bahwa motivasi belajar dengan kecemasan mempunyai hubungan yang signifikan.Pedoman yang digunakan adalah Jika nilai signifikansi lebih kecil dari (< 0,05) maka secara parsial variabel independen berpengaruh pada variabel dependen dan artinya hipotesis diterima. Jika nilai signifikansi lebih besar (> 0,05) maka secara parsial variabel independen tidak berpengaruh terhadap variabel dependen dan artinya hipotesis ditolak (Ghozali, 2018).

Tabel 5. Uji F dan Koefisien Determinasi

| Model Fit Measures |
| --- |
|  | **Overall Model Test** |
| **Model** | **R** | **R²** | **Adjusted R²** | **F** | **df1** | **df2** | **P** |
| 1 |  | 0.215 |  | 0.0461 |  | 0.0387 |  | 6.23 |  | 1 |  | 129 |  | 0.014 |  |
| 2 |  | 0.277 |  | 0.0770 |  | 0.0626 |  | 5.34 |  | 2 |  | 128 |  | 0.006 |  |
|  |

Berdasarkan pada tabel 5 hasil uji F diketahui nilai p untuk resiliensi (X1) adalah 0,014 ( p < 0,05) dan nilai p untuk motivasi belajar adalah 0,006 (p < 0,05). Dapat disimpulkan bahwa hipotesis diterima, karena menunjukkan adanya hubungan secara bersama-sama (simultan) yang signifikan antara resiliensi (X1) dan motivasi belajar (X2) dengan gejala kecemasan (Y) pada siswa SMK Negeri 9 Kota. Hal ini menunjukkan bahwa semakin tinggi resiliensi dan motivasi belajar pada siswa SMK Negeri 9 Kota Tangerang, maka semakin rendah gejala kecemasan pada siswa SMK Negeri 9 Kota Tangerang. Sebaliknya, semakin rendah resiliensi dan motivasi belajar pada siswa SMK Negeri 9 Kota Tangerang, maka semakin tinggi gejala kecemasan pada siswa SMK Negeri 9 Kota Tangerang.

Berdasarkan hasil analisis penelitian ini, memperoleh koefisien determinan (R2) antara resiliensi dan motivasi belajardengan komitmen organisasi sebesar 0,077 menunjukkan bahwa variabel resiliensidan motivasi belajarmemiliki kontribusi 7,7% terhadap gejala kecemasan. Sedangkan, 92,3% dipengaruhi oleh faktor-faktor lain yang tidak diteliti.

**KESIMPULAN**

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan yang telah dilakukan pada penelitian ini tentang hubungan resiliensi dan motivasi belajar dengan gejala kecemasan pada siswa SMK, maka dapat disimpulkan bahwa hasil pengujian hipotesis yang pertama diketahui bahwa terdapat hubungan yang negatif dan signifikan antara resiliensi dengan gejala kecemasan pada siswa SMK Negeri 9 Kota Tangerang. Koefisien antara resiliensi dengan gejala kecemasan pada siswa SMK Negeri 9 Kota Tangerang sebesar -0,478 dengan taraf signifikan p = 0,003 (<0,05). Hal ini menunjukkan bahwa semakin tinggi resiliensi yang dimiliki siswa maka akan semakin rendah gejala kecemasan yang dimiliki oleh siswa, sebaliknya semakin rendah resiliensi yang dimiliki siswa maka semakin tinggi gejala kecemasan yang dimiliki oleh siswa SMKN 9 Kota Tangerang.

Hasil pengujian yang kedua diketahui bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara motivasi belajar dengan gejala kecemasan pada siswa SMK. Koefisien antara motivasi belajar dengan gejala kecemasan pada siswa SMK Negeri 9 Kota Tangerang sebesar 0,296 dengan taraf signifikan sebesar p = 0,040 (p < 0,05). Hal ini menunjukkan bahwa semakin tinggi motivasi belajar pada siswa maka semakin rendah gejala kecemasan yang dimiliki oleh siswa. Sebaliknya, semakin rendah motivasi belajar pada siswa maka semakin tinggi gejala kecemasan yang dimiliki oleh siswa.

Hasil pengujian hipotesis yang ketiga diketahui bahwa terdapat hubungan yang positif dan signifikan antara resiliensi dan motivasi belajar dengan gejala kecemasan pada siswa SMK Negeri 9 Kota Tangerang. Koefisien korelasi regresi antara motivasi belajar dengan gejala kecemasan sebesar 0,296 dengan taraf signifikansi 0,040 (p < 0,05). Hal ini menunjukkan bahwa semakin tinggi resiliensi dan motivasi belajar pada siswa SMK Negeri 9 Kota Tangerang, maka semakin rendah gejala kecemasan pada siswa SMK Negeri 9 Kota Tangerang. Sebaliknya, semakin rendah resiliensi dan motivasi belajar pada siswa SMK Negeri 9 Kota Tangerang, maka semakin tinggi gejala kecemasan pada siswa SMK Negeri 9 Kota Tangerang.

Hasil analisis penelitian ini diperoleh koefisien determinasi (R2) sebesar 0,077 yang menunjukkan bahwa variabel resiliensi dan motivasi belajar memiliki kontribusi sebesar 7,7% terhadap gejala kecemasan dan sebanyak 92,3% dipngaruhi oleh faktor lain yang tidak diteliti oleh peneliti.

**SARAN**

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan, maka terdapat beberapa saran yang dapat diberikan adalah sebagai berikut:

1. Bagi Subjek Penelitian

Bagi siswa SMKN 9 Kota Tangerang diharapkan dapat meningkatkan dan mempertahankan resiliensi yang ada pada setiap diri masing-masing individu, mampu berpikir positif, tidak mudah khawatir dan cemas akan masalah yang ada. Dengan demikian diharapkan gejala kecemasan pada siswa dapat berkurang dan siswa mampu bertahan dalam situasi yang menekan.

1. Bagi Peneliti Selanjutnya

Bagi peneliti yang berniat untuk melakukan penelitian sejenis atau mengembangkan penelitian ini sebaiknya menggunakan faktor-faktor lainnya yang tidak diteliti dalam penelitian ini. Faktor lain yang dapat diukur untuk penelitian selanjutnya yaitu seperti faktor well being, kecerdasan dan kepriadian.

**DAFTAR PUSTAKA**

Afendi, A. H., & Nurkholis, N. (2020). Dampak Pandemi Novel-Corona Virus Disiase (Covid-19) Terhadap Psikologi Dan Pendidikan Serta Kebijakan Pemerintah. Jurnal PGSD, 6(1), 39–49.

Cahyani, A., Listiana, I. D., & Larasati, S. P. D. (2020). Motivasi belajar siswa sma pada pembelajaran daring di masa pandemi covid-19. Iq (Ilmu Al-qur'an): Jurnal pendidikan islam, 3(01), 123-140.

Depatermen Kesehatan Republik Indonesia. (2014). Pedoman Umum Gizi Seimbang Tahun 2014. Diaskes Agustus 2023 dari [http://www.depkes.go.id/PedomanUmumGiziSeimbang 2016](http://www.depkes.go.id/PedomanUmumGiziSeimbang%202016).

Djamaluddin, A., & Wardana, W. (2019). Belajar dan pembelajaran: 4 pilar peningkatan kompetensi pedagogis. *CV. Kaaffah Learning Center, Sulawesi Selatan, Pare-Pare*.

Firmansyah, N. (2018). *Motivasi belajar dengan kecemasan siswa dalam menghadapi ujian pada siswa kelas x, xi di man 2 palembang*.

Ghozali, I. (2016). Aplikasi Analisis Multivariate dengan Program IBM SPSS 21. Edisi kedelapan. Badan Penerbit UNDIP. Semarang.

Hadi,S. 2015. Metodologi Riset. Yogyakarta. Pustaka Pelajar

Himpsi. (2020). Terms of Reference: Seri Sumbangan Pemikiran Psikologi untuk Bangsa Ke-5. Diakses tanggal 2 Agustus 2023 dari <https://publikasi.himpsi.or.id/buku-pemikiran-himpsi-seri-5-2020>.

Linda Setiawati, M. M. (2021). Gambaran Gejala Klinis dan Gangguan Psikologis Pasien Positif Covid-19 di Kota Pontianak. The Indonesian Journal of Health Promotion , 401- 405.

Webber, J. P. (2019). *Be Calm. Proven Technique to Stop Anxiety Now. Althea Press.*

Sari, S. P., Aryansah, J. E., & Sari, K. (2020). Resiliensi mahasiswa dalam menghadapi pandemi covid 19 dan implikasinya terhadap proses pembelajaran. *Indonesian journal of guidance and counseling: Theory and application*, *9*(1), 17-22.

Octavia, A., & Shilpy. (2020). *Motivasi Belajar dalam Perkembangan Remaja.* CV. Budi Utama.

Pati, W. C. B., Sirajuddin, M. S., & Apriawal, J. (2022). Pelatihan Regulasi Emosi Untuk Menurunkan Kecemasan Pada Remaja Di Kabupaten Konawe (SMAN 1 Anggaberi). *Jurnal Mandala Pengabdian Masyarakat*, *3*(1), 22-27.

Sugiyono. 2014. Metode Penelitian Pendidikan Pendekatan Kuantitatif, Kualitatif, Dan R&D. Penerbit Alfabeta, Bandung.

Sugiyono. (2016). Metode Penelitian: Kuantitatif, Kualitatif dan R&D. Bandung: Alfabeta.

Webber, J. P. (2019). *Be Calm. Proven Technique to Stop Anxiety Now.* Althea Press.