

**HUBUNGAN ANTARA *ANXIETY* DENGAN *ACADEMIC  
BUOYANCY* PADA SISWA MA DARUL ULUM WARU  
SIDOARJO**

**SKRIPSI**

Diajukan Kepada Universitas Islam Negeri Sunan Ampel Surabaya Untuk  
Memenuhi Salah Satu Persyaratan Dalam Menyelesaikan Program Strata Satu  
(S1) Psikologi (S.Psi)



Oleh:

Nur Faizah Febryantina Putri

J71215132

**PROGAM STUDI PSIKOLOGI  
FAKULTAS PSIKOLOGI DAN KESEHATAN  
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI UIN SUNAN AMPEL  
SURABAYA**

**2022**

## PERNYATAAN KEASLIAN PENELITIAN

Dengan ini saya menyatakan bahwa skripsi saya yang berjudul “Hubungan Antara *Anxiety* dengan *Academic Buoyancy* Pada Siswa MA Darul Ulum Waru Sidoarjo” merupakan karya asli hasil penelitian yang diajukan untuk memenuhi tugas akhir perkuliahan untuk memperoleh gelar Sarjana Psikologi di Universitas Islam Negeri Sunan Ampel Surabaya. Karya ini sepanjang pengetahuan saya, tidak terdapat karya atau pendapat yang pernah ditulis atau diterbitkan oleh orang lain yang sama persis dengan karya ini, kecuali tertulis diacu dalam makalah ini dan disebutkan dalam daftar pustaka.

Surabaya, 21 Juli 2022



Nur Faizah Febryantina Putri

**HALAMAN PERSETUJUAN**

**SKRIPSI**

**HUBUNGAN ANTARA *ANXIETY* DENGAN *ACADEMIC BUOYANCY* PADA  
SISWA MA DARUL ULUM WARU SIDOARJO**

Oleh:

Nur Faizah Febryantina Putri

J71215132

Telah disetujui untuk diajukan pada sidang ujian skripsi

Surabaya, 25 Juli 2022



Soffy Balgies, M. Psi, Psikolog

NIP. 197609222009122001

**HALAMAN PENGESAHAN**

**SKRIPSI**

**HUBUNGAN ANTARA ANXIETY DENGAN ACADEMIC BUOYANCY PADA  
SISWA MA DARUL ULUM WARU SIDOARJO**

Yang disusun oleh:  
Nur Faizah Febryantina Putri  
J71215132

Telah dipertahankan di depan Tim Penguji  
Pada Tanggal 26 Juli 2022



Susunan Tim Penguji

Penguji I,

Soffy Baigies, M.Psi, Psikolog  
NIP. 197609221009122001

Penguji II,

Dr. dr. Hj. Siti Nur Asiyah, M.Ag  
NIP. 197209271996032002

Penguji III,

Hj. Tatik Mukhoyyaroh, S.Psi., M.Si  
NIP. 197605112009122002

Penguji IV,

Linda Prasetyaning Widayanti, M. Kes  
NIP. 198704172014032003



**KEMENTERIAN AGAMA  
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI SUNAN AMPEL SURABAYA  
PERPUSTAKAAN**

Jl. Jend. A. Yani 117 Surabaya 60237 Telp. 031-8431972 Fax.031-8413300  
E-Mail: [perpus@uinsby.ac.id](mailto:perpus@uinsby.ac.id)

LEMBAR PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI  
KARYA ILMIAH UNTUK KEPENTINGAN AKADEMIS

Sebagai sivitas akademika UIN Sunan Ampel Surabaya, yang bertanda tangan di bawah ini, saya:

Nama : Nur Faizah Febryantina Putri  
NIM : J71215132  
Fakultas/Jurusan : Psikologi dan Kesehatan/Psikologi  
E-mail address : [febryan.putri@gmail.com](mailto:febryan.putri@gmail.com)

Demi pengembangan ilmu pengetahuan, menyetujui untuk memberikan kepada Perpustakaan UIN Sunan Ampel Surabaya, Hak Bebas Royalti Non-Eksklusif atas karya ilmiah :

Skripsi     Tesis     Desertasi     Lain-lain (.....)

yang berjudul :

Hubungan Antara *Anxiety* dengan *Academic Buoyancy* Pada Siswa MA Darul Ulum Waru Sidoarjo

beserta perangkat yang diperlukan (bila ada). Dengan Hak Bebas Royalti Non-Eksklusif ini Perpustakaan UIN Sunan Ampel Surabaya berhak menyimpan, mengalih-media/format-kan, mengelolanya dalam bentuk pangkalan data (database), mendistribusikannya, dan menampilkan/mempublikasikannya di Internet atau media lain secara **fulltext** untuk kepentingan akademis tanpa perlu meminta ijin dari saya selama tetap mencantumkan nama saya sebagai penulis/pencipta dan atau penerbit yang bersangkutan.

Saya bersedia untuk menanggung secara pribadi, tanpa melibatkan pihak Perpustakaan UIN Sunan Ampel Surabaya, segala bentuk tuntutan hukum yang timbul atas pelanggaran Hak Cipta dalam karya ilmiah saya ini.

Demikian pernyataan ini yang saya buat dengan sebenarnya.

Surabaya, 31 Oktober 2022

Penulis

(Nur Faizah Febryantina Putri)

## INTISARI

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara *anxiety* dengan *academic buoyancy* pada siswa MA Darul Ulum Waru Sidoarjo. *Academic buoyancy* merupakan kemampuan siswa untuk secara efektif menghadapi dan mengatasi berbagai kemunduran maupun tantangan akademik sehari-hari yang tidak terduga dan tidak terhindarkan dalam kehidupan sekolah. Penelitian ini menggunakan metode penelitian kuantitatif dengan jenis korelatif. Subjek penelitian ini merupakan siswa MA Darul Ulum Waru Sidoarjo. Subjek berjumlah 115 siswa diambil berdasarkan teknik *quota sampling* dari total populasi. Teknik pengumpulan data pada penelitian ini menggunakan skala likert dengan skala pengukuran yang digunakan adalah skala *Academic buoyancy* dan skala *Anxiety* dengan bentuk kuisioner. Sedangkan untuk teknik analisis data menggunakan teknik korelasi *product moment*. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa terdapat hubungan antara *anxiety* dengan *academic buoyancy* pada siswa MA Darul Ulum Waru Sidoarjo, dengan nilai signifikansi sebesar  $0,000 < 0,05$ , dan nilai koefisien korelasi sebesar  $-0,508$  yang berarti bahwa korelasi kedua variabel bersifat negatif (-), artinya semakin tinggi tingkat *anxiety* maka semakin rendah tingkat *academic buoyancy*, begitu pula sebaliknya apabila semakin rendah *anxiety* maka semakin tinggi tingkat *academic buoyancy* nya.

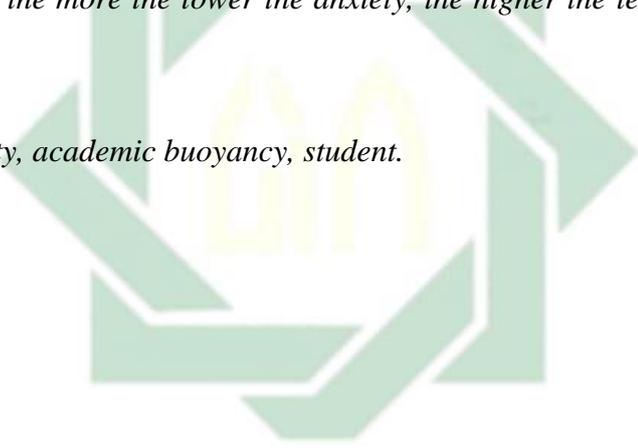
Kata kunci : *anxiety*, *academic buoyancy*, siswa.

UIN SUNAN AMPEL  
S U R A B A Y A

## ABSTRACT

*This study aims to determine the relationship between anxiety and academic buoyancy in students at MA Darul Ulum Waru Sidoarjo. Academic buoyancy has been defined as a student's capacity to overcome setbacks, challenges, and difficulties that are part of everyday academic life. This study uses quantitative research methods with correlative types. The subjects in this study were students at MA Darul Ulum Waru Sidoarjo. The subjects of 115 students were taken based on quota sampling techniques from the total population. The data collection techniques used in this study using a likert scale with a measurement scale used are the academic buoyancy scale and the scale of anxiety with a questionnaire form. As for the data analysis technique, the product moment technique is used. The results of this study indicate the relationship between anxiety with academic buoyancy in students at MA Darul Ulum Waru Sidoarjo, with a significance value of  $0,000 < 0,05$ , and a coefficient value of  $-0,508$  which means the relationship of negative variable variables (-). So, the higher the level of academic buoyancy, so will the opposite the more the lower the anxiety, the higher the level of academic buoyancy.*

*Keyword : anxiety, academic buoyancy, student.*



UIN SUNAN AMPEL  
S U R A B A Y A

## DAFTAR ISI

HALAMAN SAMBUNG.....	i
HALAMAN JUDUL.....	ii
PERNYATAAN KEASLIAN PENELITIAN .....	iii
HALAMAN PERSETUJUAN.....	iv
HALAMAN PENGESAHAN .....	v
HALAMAN PERSUTUAN PUBLIKASI.....	vi
HALAMAN PERSEMBAHAN .....	vii
KATA PENGANTAR .....	viii
INTISARI.....	x
<i>ABSTRACT</i> .....	xi
DAFTAR ISI .....	xii
DAFTAR TABEL .....	xiv
DAFTAR GAMBAR .....	xv
DAFTAR LAMPIRAN .....	xvi
BAB I PENDAHULUAN.....	1
A. Latar Belakang .....	1
B. Rumusan Masalah .....	8
C. Keaslian Penelitian .....	8
D. Tujuan Penelitian .....	11
E. Manfaat Penelitian .....	11
F. Sistematika Pembahasan .....	12
BAB II KAJIAN PUSTAKA.....	
A. <i>Academic Buoyancy</i> .....	14
1. Pengertian <i>Academic Buoyancy</i> .....	14
2. Perbedaan <i>Academic Buoyancy</i> dengan Resiliensi Akademik.....	16
3. Faktor-faktor Yang Mempengaruhi <i>Academic Buoyancy</i> .....	19
B. <i>Anxiety</i> .....	25
1. Pengertian <i>Anxiety</i> .....	25
2. Aspek-aspek <i>Anxiety</i> .....	27
3. Faktor-faktor Yang Mempengaruhi <i>Anxiety</i> .....	27

C. Hubungan antara <i>Anxiety</i> dengan <i>Academic Buoyancy</i> .....	30
D. Kerangka Teoritik .....	31
E. Hipotesis .....	33
<b>BAB III METODE PENELITIAN</b>	
A. Rancangan Penelitian .....	34
B. Identifikasi Variabel Penelitian.....	34
C. Definisi Operasional Variabel Penelitian .....	34
D. Populasi, Teknik Sampling, dan Sampel.....	35
1. Populasi .....	35
2. Teknik Sampling .....	35
3. Sampel .....	36
E. Instrumen Penelitian.....	37
1. Skala <i>Academic Buoyancy</i> .....	38
2. Skala <i>Anxiety</i> .....	39
F. Validitas dan Reliabilitas .....	40
1. Uji Validitas .....	40
2. Uji Reliabilitas .....	44
G. Analisis Data .....	46
1. Uji Normalitas .....	46
2. Uji Linieritas .....	47
<b>BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN</b>	
A. Hasil Penelitian .....	49
1. Persiapan dan Pelaksanaan Penelitian .....	49
2. Deskripsi Hasil Penelitian .....	51
B. Uji Hipotesis .....	53
C. Pembahasan .....	54
<b>BAB V PENUTUP</b>	
A. Kesimpulan .....	59
B. Saran.....	59
<b>DAFTAR PUSTAKA...</b>	61
<b>LAMPIRAN .....</b>	66

## DAFTAR TABEL

Tabel 3.1 Pemberian Skor Skala Likert.....	37
Tabel 3.2 <i>Blueprint Academic Buoyancy</i> .....	39
Tabel 3.3 <i>BlueprintAnxiety</i> .....	39
Tabel 3.4 Hasil Uji Validitas Skala <i>Academic Buoyancy</i> .....	41
Tabel 3.5 Hasil Uji Validitas Skala <i>Anxiety</i> .....	42
Tabel 3.6 <i>Blueprint</i> Setelah Uji Validitas Skala <i>Academic Buoyancy</i> .....	44
Tabel 3.7 Hasil Uji Reliabilitas Skala <i>Academic Buoyancy</i> .....	45
Tabel 3.8 Hasil Uji Reliabilitas Skala <i>Anxiety</i> .....	45
Tabel 3.9 Hasil Uji Normalitas Skala <i>Academic Buoyancy</i> .....	47
Tabel 3.10 Hasil Uji Normalitas Skala <i>Anxiety</i> .....	47
Tabel 3.11 Hasil Uji Linieritas .....	48
Tabel 4.1 Data Demografis Responden.....	51
Tabel 4.2 Hasil Analisis Statistik Deskriptif.....	52
Tabel 4.3 Hasil Uji Korelasi <i>Product Moment</i> .....	54

UIN SUNAN AMPEL  
S U R A B A Y A

## DAFTAR GAMBAR

Gambar 2.1: Model Konseptual Penelitian.....	33
--	----



UIN SUNAN AMPEL  
S U R A B A Y A

## DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1 :Lembar Expert Judgment .....	67
Lampiran 2 : Skala Try Out .....	69
Lampiran 3 :Tabulasi Data Try Out .....	76
Lampiran 4: Hasil Uji Validitas dan Uji Reliabilitas.....	81
Lampiran 5 : Skala Penelitian.....	90
Lampiran 6: Tabulasi Data Penelitian .....	94
Lampiran 7 :Hasil Uji Normalitas dan Uji Linieritas .....	101
Lampiran 8 :Hasil Uji Statistik Deskriptif.....	103
Lampiran 9 : Hasil Uji Korelasi Product Moment .....	104
Lampiran 10 : Surat-surat Penelitian .....	105



UIN SUNAN AMPEL  
S U R A B A Y A

## BAB I

### PENDAHULUAN

#### A. Latar Belakang Masalah

Pendidikan dalam arti umum adalah lembaga sosial yang berpengaruh pada kualitas hidup serta perilaku anak-anak dan remaja. Dan sekolah merupakan institusi di mana tantangan akademis, kemunduran, dan tekanan adalah realitas kehidupan sehari-hari (Catterall, 1998).

Dalam lingkup pendidikan, kehidupan akademik merupakan salah satu periode kehidupan paling penting yang berperan dalam pendidikan dan pembelajaran yang efektif. Namun, dalam kehidupan akademik sehari-hari siswa dihadapkan dengan berbagai tantangan, penghalang, dan tekanan yang sering terjadi termasuk nilai yang buruk, tingkat stres, penurunan kepercayaan diri dan bisa berakibat terhadap *performance* di sekolah, serta pengurangan motivasi dan interaksi.

Setiap siswa memiliki harapan untuk dapat mengikuti pendidikan dengan baik. Tetapi tidak selamanya demikian, ada berbagai masalah yang mereka hadapi berkaitan dengan proses belajar. Masalah yang terjadi tidak hanya pada saat tertentu dan kompleks, bahkan kesulitan akademik dapat ditemukan pada proses belajar sehari-hari oleh semua siswa, misalnya tugas atau pekerjaan rumah yang sulit, stres ujian, cemas saat mendapat nilai yang tidak sesuai dengan harapan, sehingga masalah-masalah tersebut bisa menghambat prestasi akademik dan menimbulkan masalah psikologis pada siswa, seperti *anxiety* bahkan stres akademik.

Liu & Lu (2012) mengungkapkan stres akademik yang dialami 90% dari 368 siswa di Cina karena faktor ujian, tugas sekolah atau pekerjaan rumah, menurunnya nilai akademik, tekanan belajar dan peraturan sekolah yang ketat, hingga iklim sekolah kurang mendukung seperti sikap guru dan teman sekelas.

Masalah akademik membentuk bagian penting dari tekanan stres remaja. Kesulitan dan kompleksitas pelajaran, suasana kompetitif yang berat di antara siswa, guru yang tidak fleksibel, kriteria evaluasi yang tidak konvensional, dan lingkungan kelas yang dingin dan tidak bersahabat. Adanya tekanan dan tantangan ini, bersama dengan perubahan sosial dan kognitif yang cepat yang terjadi selama periode ini, memberikan situasi yang sulit bagi siswa remaja yang bahkan dapat menyebabkan kegagalan dalam dunia pendidikan (Spear, 2000).

Martin & Marsh (2009) berpendapat bahwa kesulitan seperti itu dapat menjadi besar dan substansial (misalnya *drop out*, ketidakmampuan belajar) atau tingkat yang relatif rendah (misalnya hasil yang buruk dengan intensitas rendah, tekanan belajar).

Walker, et al (2005) menunjukkan bahwa sekitar 5% siswa menghadapi kesulitan yang substansial, sementara sekitar 10% hingga 15% siswa mengalami tingkat kesulitan yang sedang. Mereka mengindikasikan bahwa sebagian besar siswa (sekitar 80%) mengalami tingkat kesulitan yang rendah. Siswa yang tidak terbiasa menghadapi tantangan seperti itu mungkin mengalami kemunduran dalam

pembelajaran, stres, atau penurunan kepercayaan diri tetapi mereka harus dapat bangkit kembali, maka mereka perlu menunjukkan resiliensi.

Psikolog Australia Martin dan Marsh mengusulkan bahwa membangun *academic buoyancy* adalah salah satu cara untuk membantu meningkatkan resiliensi jangka panjang. Resiliensi mengacu pada respons adaptif terhadap tantangan yang berat dan merugikan, seperti penolakan sekolah dan prestasi akademik yang kronis. Sedangkan *academic buoyancy* mengacu pada respons adaptif terhadap tantangan yang lebih khas dan sehari-hari yang ditimbulkan oleh sekolah, seperti perbaikan kinerja yang buruk atau penurunan motivasi (Martin & Marsh, 2009).

Serupa dengan yang diungkapkan Hiunata dan Linda (2018) mengenai *academic buoyancy* yang berarti kapasitas siswa ketika untuk mengatasi hambatan-hambatan yang terjadi pada kehidupan akademik sehari-hari. Semua siswa memiliki kesulitannya masing-masing di sekolah dan dengan kemampuan *academic buoyancy* inilah yang dapat menilai seberapa gigih dan positifnya seorang siswa bereaksi dalam situasi akademiknya.

Kemampuan untuk bangkit kembali dari kemunduran harian cenderung dipengaruhi oleh beberapa faktor yang saling berhubungan. Martin dan Marsh (2006) telah mengusulkan sejumlah prediktor *academic buoyancy* yang disebut 5C: *Confidence (self-efficacy)*, *Coordination (planning)*, *Control (uncertain control)*, *Composure (low anxiety)* dan *Commitment (persistence)*. Sama seperti yang dikemukakan oleh Comerford, dkk (2015) pada penelitiannya terhadap 581 responden di 17

sekolah bahwa tingkat *academic buoyancy* siswa terkait lima aspek tersebut. Studi longitudinal telah menemukan 5C sebagai prediktor signifikan *academic buoyancy* (Martin et al., 2010).

Siswa dengan *academic buoyancy* tinggi mempunyai kepercayaan dan keyakinan pada dirinya (*confidence*) untuk dapat mengatasi tugas-tugas yang sulit dan menyelesaikannya, (*coordination*) mampu mengatur sebuah perencanaan, (*commitment*) janji dan tanggung jawab terhadap diri untuk menyelesaikan sebuah tugas, (*composure*) kemahiran dalam memahami setiap masalah serta mampu menemukan solusinya, (*control*) kemampuan mengontrol diri sendiri agar mampu menyelesaikan tugas (Martin & Marsh, 2008)

Martin, et al (2010) menyimpulkan dalam studi mereka tentang 5C bahwa *anxiety* memainkan peran terbesar dalam *academic buoyancy* dari lima prediktor. Putwain & Daly (2013) menemukan hasil yang serupa dalam penelitiannya tentang bagaimana *anxiety* berhubungan dengan *academic buoyancy*. Mereka menyimpulkan bahwa selama seorang siswa memiliki tingkat *academic buoyancy* yang tinggi dan tingkat *anxiety* yang rendah hingga sedang, siswa tersebut dapat menahan efek dari *anxiety* dan setidaknya mempertahankan kinerja akademiknya.

*Anxiety* muncul ketika seseorang menghadapi ancaman, seperti dalam konteks akademik yaitu ketika menghadapi ujian yang menimbulkan perasaan takut gagal (Covington, 1992). *Anxiety* tidak hanya merusak fungsi memori kerja, tetapi juga membuat siswa kurang

bersemangat dan lebih takut gagal (Martin & Marsh, 2008). Sebastian (2013) dalam penelitiannya mengungkapkan bahwa individu yang sedang dalam ketakutan dan cemas terhadap sebuah kegagalan menjadi lebih mudah beranggapan bahwa betapa tidak menyenangkan sebuah tugas serta mengakibatkan dia teralihkan untuk hal lain dengan mudah, sehingga masalah dan tantangan akademik tidak bisa ditangani dengan baik.

Studi selanjutnya (Martin et al., 2013) menemukan bahwa *anxiety* sebagai prediktor negatif signifikan *academic buoyancy*. Dengan demikian dapat dikatakan bahwa *anxiety* termasuk prediktor negatif yang mempengaruhi *academic buoyancy*, sehingga bisa dijelaskan bahwa siswa dengan tingkat *anxiety* tinggi maka siswa tersebut tidak bisa mengatasi kesulitan atau tantangan akademik sehari-harinya, dengan kata lain *academic buoyancy* siswa tersebut rendah. Sebaliknya jika *anxiety* rendah, maka *academic buoyancy* yang dimiliki siswa tinggi.

Putwain & Daly (2013) dalam penelitiannya dengan 469 siswa sebagai subjek dan dibagi dalam 3 kelompok yakni *test anxiety* rendah-*Academic Buoyancy* tinggi, *test anxiety* sedang-*Academic Buoyancy* sedang, dan *test anxiety* tinggi—*Academic Buoyancy* rendah. Dapat diperoleh hasil yang menunjukkan bahwa performansi akademik tertinggi ditunjukkan oleh kelompok dengan *test anxiety* rendah-*Academic Buoyancy* tinggi. Sedangkan performansi terendah ditunjukkan oleh kelompok dengan *test anxiety* tinggi—*Academic Buoyancy* rendah. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa *academic buoyancy* merupakan salah

satu prediktor yang mampu menentukan tinggi rendahnya performansi akademik siswa di sekolah.

Penelitian ini bertempat di MA Darul Ulum Waru Sidoarjo. MA Darul Ulum Waru Sidoarjo merupakan sekolah menengah tingkat atas yang berbasis islam dan sekolah ini mempunyai visi yang jelas yaitu “Unggul dalam prestasi, islami dalam amali, dan populis dalam kreasi.”

Berdasarkan hasil wawancara peneliti dengan guru BK (Bimbingan Konseling) di MA Darul Ulum Waru Sidoarjo, meskipun termasuk tidak mudah dalam mencapai visi tersebut dikarenakan ada beberapa siswa yang kurang bisa berkonsentrasi di kelas, kurang memperhatikan guru, hingga penurunan akademik siswa. Namun pada beberapa siswa terlihat sangat bersemangat ketika mengikuti pembelajaran di kelas, banyak siswa yang sudah bekerja tapi masih mampu mengatur waktu dengan baik sehingga siswa tersebut tidak membolos dan dapat aktif mengikuti pembelajaran di kelas, bahkan pada beberapa siswa yang sudah bekerja tersebut masih mampu mempertahankan nilai akademiknya pada kategori tinggi.

Peneliti juga melakukan wawancara terhadap 2 orang siswa MA Darul Ulum Waru Sidoarjo, diketahui siswa dengan inisial YS bekerja sebagai penjaga *outlet* minuman di sore hari hingga malam hari, YS selalu berusaha mengatur jam istirahatnya dengan baik hingga YS bisa aktif mengikuti kegiatan belajar di kelas dan tidak membolos. Namun terkadang YS masih sangat kesulitan untuk memahami suatu pelajaran dikarenakan kurangnya waktu untuk belajar. Untuk mengatasi masalah tersebut, YS

berinisiatif untuk mengadakan belajar kelompok bersama 2 orang temannya di hari minggu pada siang hari.

Hasil wawancara peneliti dengan siswa lain yang berinisial PD yang selalu bersikap tenang meskipun banyak tantangan dan tekanan dari sekolah hingga dari orang tuanya yang selalu meminta PD masuk dalam peringkat 3 besar di kelasnya. Ada beberapa mata pelajaran yang tidak bisa PD kuasai karena PD tidak menyukai mata pelajaran tersebut. Namun PD tetap berusaha untuk mengikuti les *private* untuk bisa memahami pelajaran yang ia anggap sulit. PD selalu percaya akan kemampuannya sendiri untuk bisa mengerjakan tugas-tugas yang sulit.

Berdasarkan latar belakang di atas, dapat dijelaskan bahwa segala hambatan akademik merupakan kesulitan yang biasa terjadi namun bukan berarti siswa dapat mengabaikan begitu saja permasalahan tersebut. Tanpa kemampuan dalam mengatasi segala hambatan akademik maka dapat terjadi menurunnya motivasi akademik pada siswa yang juga bisa mengakibatkan menurunnya prestasi akademik siswa, serta berakibat siswa membolos. Namun sebaliknya jika siswa memiliki *academic buoyancy* yang tinggi akan membuat siswa tersebut mampu mempertahankan performansinya dalam menjalani proses akademiknya serta dapat membuat peningkatan pada performansinya dalam kehidupan akademik.

Dalam penelitian ini diharapkan diketahui tentang kondisi siswa di sekolah secara umum. Seberapa besar hubungan *anxiety* dengan *academic buoyancy* yang dimiliki siswa MA Darul Ulum Waru Sidoarjo.

## **B. Rumusan Masalah**

Berlandaskan uraian latar belakang di atas, maka peneliti mengusulkan rumusan masalah pada penelitian ini adalah “Apakah terdapat hubungan antara *Anxiety* dengan *Academic Buoyancy* pada Siswa MA Darul Ulum Waru Sidoarjo?”

## **C. Keaslian Penelitian**

Berdasarkan penelitian Martin, et al (2010) dengan desain penelitian cross sectional, 5C yang mejadi aspek dari *academic buoyancy* ditekankan pada motivasi yang dikorelasikan langsung dengan *academic buoyancy* diuji pada dua waktu, penelitian ini menunjukkan bahwa 5C adalah prediktor signifikan *academic buoyancy* ketika mengalami ujian longitudinal dan juga memediasi sebagian efek *academic buoyancy* sebelumnya pada *academic buoyancy* berikutnya.

Selaras dengan penelitian dilakukan oleh Analya (2014), diketahui bahwa sebagian besar siswa pada salah satu SMA di Bandung memiliki *academic buoyancy* yang tinggi dengan pengukuran lima aspek yang signifikan, empat aspek berkorelasi positif dan satu aspek berkorelasi negatif adalah *anxiety*.

Kelima aspek *academic buoyancy* diuji kembali melalui komparasi pada mahasiswa bekerja dan tidak bekerja pada penelitian Hiunata & Linda (2018). Namun hanya empat aspek yang hasilnya signifikan pada mahasiswa bekerja dan tidak bekerja, satu aspek yang tidak signifikan adalah *control*.

Tidak semua lima aspek *academic buoyancy* selalu mempunyai hubungan yang signifikan juga terdapat pada penelitian Calhoun (2017) lima prediktor *academic buoyancy* diuji dalam domain *academic athletic* untuk tujuan menguji generalisasi kemampuan *buoyancy* dari akademisi ke atletik. Memiliki hubungan yang kecil dan positif dengan *confidence*, *commitment*, dan *composure*, tetapi asosiasi tidak muncul dengan *coordination* dan *control*. Pola hubungan yang serupa juga terjadi pada *academic buoyancy*.

Dalam Nurafifah, dkk (2012) salah satu aspek *academic buoyancy* yakni *self efficacy* sebagai mediasi antara hubungan gaya identitas dengan *academic buoyancy*, dan menghasilkan hubungan yang signifikan pada ketiga variabel.

Dalam meningkatkan *academic buoyancy*, Salimi, dkk (2016) menguji metode pembelajaran *cooperative* pada siswa laki-laki Sekolah Dasar di kota Shariar, hasilnya metode pembelajaran *cooperative* menunjukkan dampak yang signifikan terhadap peningkatan *academic buoyancy* dalam *pretest* kelompok eksperimen.

Lesmana & Savitri (2019) dalam penelitiannya *academic buoyancy* dihubungkan dengan tipe *student academic support*, dapat diketahui bahwa tiga di antara keempat tipe *student academic support* menunjukkan hubungan yang signifikan dengan *academic buoyancy*.

Penelitian Yu & Martin (2014) pada negara Cina mengenai korelasi antara *personal best* dan *classic achievement goals* dengan *academic motivation, engagement*, dan *buoyancy* menunjukkan hasil bahwa *classic achievement goals* menjadi prediktor motivasi paling kuat, sedangkan *personal best* menjadi prediktor *academic engagement* dan *buoyancy* paling kuat.

Masih pada negara Cina namun Martin, et al (2017) juga melakukan penelitian dengan lintas negara, yaitu Cina, Amerika dan Inggris untuk membandingkan *academic buoyancy* dan kemampuan beradaptasi pada tiga wilayah tersebut. Diketahui bahwa para peneliti menemukan *academic buoyancy* dan kemampuan beradaptasi memegang arti penting khusus bagi siswa Cina.

Dalam uji validitas psikometrik skala *academic buoyancy* di Filipina, Datu & Yang (2016) menunjukkan bahwa *academic buoyancy scale* merupakan kuesioner yang valid dalam menilai kemampuan siswa untuk mengatasi rintangan akademik sehari-hari bahkan di Filipina, dan *academic buoyancy scale* dapat dibandingkan lintas gender.

Ada sebuah kesamaan yang terdapat dalam penelitian ini saat dibandingkan dengan penelitian-penelitian sebelumnya, yakni memiliki

kesamaan pada salah satu variabel yang digunakan yaitu *academic buoyancy*. Namun, dalam penelitian variabel bebasnya menggunakan *anxiety*.

Pengujian hubungan antara *anxiety* dengan *academic buoyancy* yang selaras pada penelitian Putwain, et al (2015) yang menunjukkan hasil bahwa adanya hubungan timbal balik antara tes *anxiety* dengan *academic buoyancy*.

Dalam penelitian ini yang akan peneliti gunakan yaitu *academic buoyancy* menjadi variabel terikat dan *anxiety* menjadi variabel bebas dengan subjek siswa dari MA Darul Ulum Waru Sidoarjo.

#### **D. Tujuan Penelitian**

Penelitian ini bertujuan untuk melihat bagaimana hubungan antara *anxiety* dengan *academic buoyancy* pada siswa MA Darul Ulum Waru Sidoarjo.

#### **E. Manfaat Penelitian**

##### 1. Manfaat Teoritis

- a. Penelitian ini diharapkan dapat memberikan pengetahuan mengenai efek dari *anxiety* (kecemasan) terhadap *academic buoyancy*, bahwa tingkat *anxiety* yang rendah bisa meningkatkan *academic buoyancy*.

- b. Diharapkan penelitian ini dapat menjadi referensi serta pengembangan untuk penelitian-penelitian pada ranah psikologi khususnya mengenai *academic buoyancy* dan *anxiety*.

## 2. Manfaat Praktis

Diharapkan penelitian ini dapat menambah pengetahuan bagi masyarakat terutama siswa tentang pentingnya memiliki *academic buoyancy* untuk mengatasi tantangan akademik sehari-hari, dan diharapkan bisa mengendalikan *anxiety* agar *academic buoyancy* berfungsi dengan efektif dalam lingkungan akademik.

## F. Sistematika Pembahasan

Penelitian ini disusun berdasarkan pada tata cara pembahasan yang terdapat dalam panduan skripsi pada Fakultas Psikologi dan Kesehatan tahun 2018 yang akan diuraikan dibawah.

Bagian Bab I, dipaparkan mengenai latar belakang permasalahan berdasarkan pada kasus dan hasil wawancara, peneliti juga memberikan rumusan masalah dan mencantumkan penelitian terdahulu dalam keaslian penelitian. Selain itu, peneliti juga menjelaskan mengenai tujuan dalam penelitian ini, kemudian manfaat dalam penelitian ini, serta menjelaskan mengenai sistematika pembahasan dalam menyusun skripsi.

Bagian Bab II, peneliti menyusun tentang kajian pustaka yang menerangkan definisi, aspek, serta faktor yang mempengaruhi kedua variabel, yakni *anxiety* dan *academic buoyancy*. Hubungan antara

keduavariabel yang terdapat pada siswa MA Darul Ulum Waru Sidoarjo akan digunakan sebagai acuan dasar dalam penelitian serta dapat digunakan sebagai kerangka teori dan hipotesis.

Bagian Bab III, peneliti menjelaskan tentang metode penelitian yang digunakan dan menjelaskan tentang rancangan penelitian. Selain itu, peneliti juga menjelaskan mengenai identifikasi variabel, menjelaskan tentang definisi operasional kedua variabel yang diteliti, pengambilan populasi berdasarkan karakteristik yang dijelaskan, pemilihan teknik sampling, pengambilan sampel penelitian dan alat ukur untuk digunakan dalam penelitian, termasuk juga menganalisis data.

Bab 1V akan dijelaskan tentang hasil pengujian hipotesis serta seluruh hasil dari penelitian dan dipaparkan pada pembahasan.

Bagian Bab V, peneliti memberikan kesimpulan berlandaskan hasil dari penelitian serta peneliti juga memberikan saran yang mana nantinya dapat bermanfaat bagi penelitian selanjutnya.

UIN SUNAN AMPEL  
S U R A B A Y A

## BAB II

### KAJIAN PUSTAKA

#### A. *Academic Buoyancy*

##### 1. Pengertian *Academic Buoyancy*

*Academic buoyancy* adalah istilah yang diciptakan oleh Dr. Martin sebagai kemampuan saat mengalami serta mengatasi kemunduran dan tantangan harian yang terjadi pada kehidupan akademik (Martin et al., 2010; Martin & Marsh, 2008).

Putwain et al (2012) mendefinisikan *academic buoyancy* sebagai bentuk tanggapan positif serta adaptif terhadap berbagai hambatan dan masalah yang ditemui setiap harinya pada kehidupan akademik.

Martin & Marsh (2008) menggunakan konsep *academic buoyancy* untuk menggantikan resiliensi dalam konteks akademik karena dianggap lebih tepat dalam menggambarkan kemampuan siswa melalui ketangguhan mereka dalam menghadapi hambatan dan tantangan akademik yang sifatnya ringan namun pada umumnya dihadapi semua siswa saat belajar, misalnya mengejar *deadline*, mendapatkan nilai yang rendah, tekanan ujian, dan kesulitan dalam menyelesaikan tugas sekolah.

*Academic buoyancy* telah diidentifikasi penting bagi siswa dan sebagai dasar bagi siswa untuk menghadapi kesulitan akademik utama yang dapat menghambat perkembangan mereka.

Siswa yang memiliki *academic buoyancy* yang baik dapat memberikan respon positif terhadap kemunduran, hambatan dan masalah selama proses belajar yang sering terjadi dalam kehidupan akademik (Martin & Marsh, 2009). Kemudian, *academic buoyancy* ditunjukkan bukan bagi siswa khusus saja atau terhadap cakupan sempit. Namun ditunjukkan bagi semua siswa yang mengikuti kegiatan akademik di sekolah (Martin et al., 2013).

*Academic buoyancy* bisa diartikan sebagai kapasitas untuk bangkit kembali dari kemunduran dan masalah yang tidak terhindarkan serta tidak disangka yang dihadapi siswa dalam kehidupan akademik. Semua siswa memiliki kesulitannya masing-masing di sekolah dan dengan kemampuan *academic buoyancy* inilah yang mampu berkontribusi dengan cara yang positif terhadap keyakinan serta sikap siswa dalam konteks akademiknya (Hirvonen et al., 2020).

Berdasarkan uraian di atas, dapat ditarik kesimpulan terhadap *academic buoyancy* yang merupakan kapasitas siswa untuk secara efektif dalam mengatasi berbagai hambatan maupun masalah yang sering ditemui dalam situasi akademik sehari-hari di sekolah.

## 2. Perbedaan *Academic Buoyancy* dengan Resiliensi Akademik

Martin dan Marsh (2009) telah mengemukakan bahwa *academic buoyancy* mengacu pada kemampuan untuk menghadapi kemunduran dan tantangan akademik setiap hari yaitu kesulitan kecil, sedangkan resiliensi akademik mengacu pada kemampuan untuk berurusan dengan kesulitan akademik kronis dan / atau akut yaitu kesulitan besar.

Resiliensi akademik menjadi pertimbangan ketika berhadapan dengan prestasi buruk kronis, sedangkan *academic buoyancy* relevan ketika berhadapan dengan nilai buruk dan perbaikan kinerja yang buruk. Resiliensi akademik menjadi pertimbangan ketika berhadapan dengan pembolosan dan ketidakpuasan dalam kehidupan akademik, pada *academic buoyancy* berkaitan ketika berhadapan dengan penurunan motivasi serta keterlibatan (Martin & Marsh, 2008).

Martin & Marsh (2009) membedakan antara resiliensi akademik dan *academic buoyancy* dalam beberapa hal penting, di antaranya:

- a) Menurut definisi, resiliensi akademik berkaitan dengan kesulitan ekstrem, sedangkan *academic buoyancy* mencakup tuntutan dan kerepotan sehari-hari.
- b) Mengenai pengambilan sampel, resiliensi akademik berlaku untuk minoritas siswa yang mengalami kondisi ekstrem namun

pada *academic buoyancy* relevan pada sebagian besar siswa saat menanggapi tantangan yang dialami setiap harinya di kehidupan akademiknya.

- c) Kaitannya dengan intervensi, pada *academic buoyancy* dianggap sebagai reaksi wajar dari resiliensi akademik. Oleh karena itu *academic buoyancy* dan resiliensi akademik bisa dipetakan secara hierarkis. Sehingga menumbuhkan kemampuan siswa dalam menghadapi serta mengatasi segala hambatan dan kerepotan sehari-hari berpotensi memiliki implikasi penting untuk menopang mereka bertahan dari tantangan yang sifatnya lebih berat. Demikian pula, jika siswa sedang dalam kesulitan ekstrem bisa menaikkan kapasitas mereka dalam mengatasi hambatan kehidupan akademik yang lebih biasa, hal ini dapat bekerja untuk mengimbangi tingkat keparahan risiko yang lebih signifikan.

Perbedaan lebih lanjut antara resiliensi akademik dan *academic buoyancy* yang diajukan oleh Martin & Marsh (2009) berkaitan dengan apa yang mereka sebut "perbedaan derajat" dan "perbedaan jenis". Perbedaan derajat menggambarkan antara sifat kronis dan melemahkan, biasanya dikaitkan dengan resiliensi akademik. Sedangkan pengalaman stres, tekanan, dan ancaman sehari-hari yang lebih umum terkait dengan *academic buoyancy*.

Pada perbedaan jenis menggambarkan antara efek utama seperti depresi, keterasingan emosional, isolasi sosial dan pemberontakan yang terkait dengan resiliensi akademik. Sedangkan tantangan yang lebih umum pada kepercayaan diri, motivasi dan keterlibatan siswa dalam kehidupan akademik sehari-hari yang terkait dengan *academic buoyancy* (Martin & Marsh, 2009).

Maka dapat disimpulkan *academic buoyancy* dapat dibedakan secara konseptual dari konstruk resiliensi akademik terkait dengan tiga alasan (Martin & Marsh, 2009).

Pertama, resiliensi mengacu pada respons adaptif terhadap tantangan yang berat dan merugikan, seperti penolakan sekolah dan prestasi akademik yang kronis. Sedangkan *academic buoyancy* mengacu pada respons adaptif terhadap tantangan yang lebih khas dan sehari-hari yang ditimbulkan oleh sekolah, seperti perbaikan kinerja yang buruk atau penurunan motivasi. Kedua, *academic buoyancy* memiliki relevansi yang lebih besar dengan populasi sekolah pada umumnya daripada resiliensi akademik. Ketiga, *academic buoyancy* dianggap sebagai pendekatan proaktif untuk mengelola tantangan akademik sebelum menjadi kesulitan besar, sedangkan resiliensi akademik mengacu pada bentuk retroaktif dan lebih kuat dalam mengelola kesulitan akademik.

### 3. Faktor-faktor Yang Mempengaruhi *Academic Buoyancy*

Martin, dkk (2010) berpendapat bahwa ada lima faktor yang berperan dalam *academic buoyancy* yang disebut 5C, yaitu *confidence* (dinilai dari *self efficacy*), *coordination (planning)*, *commitment (persistence)*, *composure (low anxiety)*, dan *control (uncertain control)*.

5C sebagai prediktor *academic buoyancy*, merupakan titik awal yang berguna untuk perencanaan dan implementasi intervensi berbasis sekolah yang bertujuan untuk memperkuat resiliensi siswa sehari-hari dan kemampuan mereka untuk bangkit kembali dari kemunduran yang tampaknya kecil namun secara pribadi signifikan dalam kehidupan sehari-hari peserta didik.

#### a) *Confidence (self efficacy)*

*Confidence* memainkan peran besar dalam cara siswa mendekati tugas, tantangan, dan stres yang mereka hadapi.

Siswa yang "*buoyancy*" cenderung memiliki tingkat *confidence* yang lebih tinggi.

*Confidence* adalah keyakinan siswa pada kompetensi mereka sendiri dalam bidang studi (Malmberg dkk, 2013), misalnya jika seorang siswa percaya bahwa matematika adalah kekuatan mereka, maka mereka akan melihat skor matematika yang rendah pada tes sebagai masalah sementara yang dapat diperbaiki melalui ulasan. Jika mereka melihat diri

mereka tidak kompeten dalam matematika, mereka mungkin melihat skor rendah sebagai cerminan dari ketidakmampuan mereka, alih-alih sebagai dorongan untuk berlatih lebih banyak (Kendrick, 2019).

Oleh karena itu, bagi siswa untuk mencapai standar tinggi dalam menghadapi kesulitan dan tekanan akademik, sangat penting bahwa mereka tidak hanya mengembangkan kemampuan dan keterampilan yang dibutuhkan untuk menyelesaikan tugas-tugas tertentu, tetapi juga keyakinan yang kuat akan kemampuan mereka untuk menyelesaikan tugas dengan sukses (Hsieh et al., 2007).

*Confidenceterkait* dengan *self-efficacy* siswa. Bandura mendefinisikan *self-efficacy* adalah keyakinan individu pada kemampuan mereka untuk berhasil dalam situasi tertentu atau menyelesaikan tugas (Luszczynska & Schwarzer, 2005).

*Self-efficacy* akademik merujuk pada kepercayaan bagaimana seseorang mampu belajar serta bertindak laku pada tingkat yang ditentukan (Schunk & Pajares, 2002). Selain itu, siswa dengan *self-efficacy* yang lebih tinggi lebih sering masuk ke penyelesaian masalah, yaitu mempertimbangkan dan menilai solusi alternatif ketika mereka menemukan kegagalan, sedangkan siswa yang rendah dalam *self-efficacy* umumnya fokus pada kekurangan mereka dan menganggap keadaan

menjadi lebih sulit daripada yang sebenarnya (Martin & Dowson, 2009).

b) *Coordination (planning)*

*Coordination* mengacu pada keyakinan individu tentang persiapan mereka untuk tugas yang diberikan, seperti penetapan tujuan dan pengembangan rencana (Toering et al., 2012).

Anak-anak dan remaja yang mempunyai tingkat *academic buoyancy* tinggi telah belajar strategi untuk mengatur waktu dan rencana mereka ke depan untuk menyelesaikan tugas atau ujian sekolah. Belajar untuk memecah tugas yang lebih besar atau sulit menjadi tugas yang lebih kecil dengan menetapkan *deadline* harian untuk diselesaikan, hal tersebut merupakan kunci keterampilan hidup (Martin & Marsh, 2009).

Kendrick (2019) menyatakan “Saya telah merangkum desain instruksional ini ketika mengajar di kelas universitas saya sendiri, setelah belajar melalui pengalaman bahwa siswa dapat menjadi penunda yang luar biasa yang menunggu sampai sehari-hari sebelum *deadline* untuk memulai mengerjakan tugas.”

Siswa yang terkoordinasi dapat menerapkan perencanaan yang efektif. Mereka mampu berpikir ke depan dan merencanakan terlebih dahulu, memecah pekerjaan yang

lebih besar menjadi bagian yang lebih mudah dikelola. Mereka memiliki kemampuan untuk mengatur waktu mereka secara efektif (Martin et al., 2010).

c) *Commitment (persistence)*

*Commitment* berkaitan dengan *persistence* atau kegigihan siswa untuk menyelesaikan tugas. *Commitment* didefinisikan oleh Martin & Marsh (2006) sebagai "*persistence*," atau keinginan untuk terus terlibat dalam aktivitas tertentu.

Anak-anak dan remaja yang memiliki tingkat *academic buoyancy* yang tinggi memahami bahwa keberhasilan dalam pembelajaran membutuhkan waktu dan usaha. Mereka juga memahami bahwa kegagalan di masa sekarang tidak memprediksi kegagalan di masa depan (Kendrick, 2019).

Siswa yang berkomitmen akan bertahan dengan tugas sampai selesai. Siswa yang memiliki tingkat *academic buoyancy* yang tinggi menyadari bahwa kesuksesan dan kegagalan sering bergantung pada berapa banyak waktu dan usaha yang kita investasikan. Mereka juga cenderung lebih menyadari fakta bahwa kegagalan saat ini, misalnya nilai rendah pada tes atau tugas tidak memprediksi kegagalan di masa depan sehingga tidak akan segan untuk berkomitmen untuk mencoba lagi (Martin et al., 2010).

d) *Composure (low anxiety)*

*Composure* mengacu pada tingkat *anxiety* yang rendah. *Anxiety* berkaitan dengan perasaan gugup atau gelisah yang didapat siswa ketika mereka memikirkan tugas sekolah atau ujian mereka, dan merasa khawatir atau takut untuk tidak berprestasi baik dalam tugas sekolah atau ujian mereka (Martin & Marsh, 2006).

*Anxiety* dapat melepaskan siswa dari pola pikir tenang dan percaya diri yang mereka butuhkan untuk berhasil memenuhi tantangan akademik sehari-hari. Anak-anak yang mengalami *anxiety* menjadi sangat fokus pada keyakinan mereka bahwa mereka dalam bahaya, dan alih-alih mendengarkan instruksi atau meninjau keterampilan, mereka terus-menerus mencari bukti ketakutan mereka dibenarkan (Kendrick, 2019).

Penelitian tentang *academic buoyancy* mengungkapkan bahwa siswa yang mempunyai tingkat *academic buoyancy* tinggi umumnya kurang cemas (Martin et al., 2013).

Siswa yang kurang cemas lebih merasa "*buoyancy*", mereka memiliki keyakinan bahwa mereka dapat menghadapi tantangan dan bereaksi terhadap stresor tanpa melihatnya sebagai ancaman. Siswa mungkin lebih merasa aman dan tenang. Namun siswa yang cemas kurang mampu melakukan

ini karena mengelola *anxiety* dapat mengambil fokus mereka, menyebabkan siswa merasa di bawah ancaman dan akibatnya kurang mampu bereaksi dengan cara yang “*buoyancy*” (Martin et al., 2010).

e) *Control (uncertain control)*

*Control* mengacu pada kontrol yang tidak pasti (*uncertain control*) atau kontrol yang tidak diketahui, yang pada awalnya digunakan untuk menjelaskan mengapa anak-anak "tidak tahu mengapa sesuatu terjadi pada mereka" (Connell, 1985). *Uncertain control* atau kontrol ketidakpastian yang rendah (perasaan yang lebih tinggi atau pemahaman tentang kontrol) telah terbukti mempengaruhi *academic buoyancy* yang lebih tinggi (Martin et al., 2010).

Mengenai kontrol yang tidak pasti, Martin (2010) mengklaim bahwa siswa yang merasa memiliki sedikit atau tidak ada kontrol atas hasil pendidikan menjadi semakin tidak pasti kemampuan mereka untuk mencegah kegagalan dan mencapai kesuksesan. Akibatnya, ia berpendapat bahwa siswa dapat menggunakan perilaku kontraproduktif misalnya, sabotase diri atau akhirnya menyerah.

Siswa perlu percaya bahwa mereka dapat mencapai hasil yang lebih baik di masa depan, dan bahwa mereka memiliki kemampuan untuk mengatasi tantangan sehari-hari.

Karena pembelajaran mereka di masa depan berada di bawah kendali mereka sendiri, nilai rendah atau umpan balik kritis tidak memengaruhi kemampuan mereka untuk meningkatkan prestasi mereka secara keseluruhan (Collie et al., 2015).

Siswa yang merasa tidak memiliki *control* mungkin tidak mengambil langkah-langkah yang diperlukan untuk meningkatkan nilai karena mereka menghubungkan kegagalan dengan kekuatan eksternal. Daripada mencari cara untuk meningkatkan pemahaman tentang suatu topik, mereka mungkin menyalahkan orang tua, guru atau sistem pendidikan karena kegagalan mereka untuk berkembang (Kendrick, 2019).

## **B. Anxiety**

### **1. Pengertian Anxiety**

*Anxiety* secara umum didefinisikan sebagai keadaan keprihatinan dan ketakutan (McDonald, 2001) terjadi sebagai akibat dari stres yang orang sering harus hadapi dalam setiap aspek kehidupan mereka dan di setiap usia (Lufi et al., 2004) dan itu menyebabkan reaksi kognitif, afektif, perilaku dan fisik (Sarason, 1984).

Kazdin (2000) menjelaskan *anxiety* ditandai oleh perasaan tegang, pikiran yang khawatir dan perubahan fisik seperti peningkatan tekanan darah. Ini dapat merusak sejauh itu mengarah pada perilaku

maladaptif yang mengganggu kehidupan sehari-hari seperti penghindaran, ketakutan yang berlebihan dan ketidakbahagiaan (Duchesne et al., 2008).

Sejalan dengan pendapat di atas, Sarason (1984) menganggap orang-orang yang mempunyai *anxiety* merasa khawatir tentang kesulitan yang sedang mereka hadapi. Orang dengan *anxiety* mempunyai penilaian diri negatif yang tidak hanya berakibat pada pengalaman yang buruk, tetapi juga memiliki efek yang tidak diinginkan pada kinerja karena mereka terlalu banyak khawatir dan merasa kesulitan berkonsentrasi pada tugas.

Dalam penelitian saat ini, penulis memeriksa *anxiety* dalam kaitannya dengan akademik, yang mengacu pada perasaan gugup dan khawatir dalam konteks akademik (Martin, 2007).

Martin (2010) menunjukkan bahwa *anxiety* yang kaitannya dengan akademik mengacu pada perasaan gugup siswa (merasa tidak nyaman ketika mereka berpikir tentang pembelajaran) dan khawatir misalnya, takut mendapat nilai buruk.

Dari beberapa pendapat dari para ahli di atas, maka dapat disimpulkan bahwa *anxiety* adalah suatu kondisi emosional yang diindikasikan dengan perasaan gugup dan khawatir dalam menghadapi tekanan dan kesulitan hidup sehari-hari.

## 2. Aspek-aspek *Anxiety*

Menurut Calhoun & Acocella (1995, dalam Toby 2018) ada beberapa reaksi yang menjadi aspek *anxiety*, yaitu:

- a) Reaksi emosional, yaitu komponen kecemasan yang berkaitan pada persepsi individu sehingga bisa mempengaruhi kondisi psikologis individu seperti, perasaan ketegangan, perasaan sedih, keprihatinan, mencela diri sendiri atau orang lain.
- b) Reaksi kognitif, yaitu yaitu komponen kecemasan yang berkaitan pada kemampuan berpikir jernih individu dalam penyelesaian sebuah masalah yang bisa mengakibatkan munculnya rasa khawatir dan takut pada individu.
- c) Reaksi fisiologis, yaitu komponen kecemasan yang berkaitan pada reaksi tubuh individu terhadap sumber-sumber kecemasan seperti kekhawatiran atau ketakutan. Reaksi ini berhubungan dengan sistem syaraf yang mampu mengendalikan otot dan kelenjar tubuh sehingga bisa memunculkan reaksi seperti jantung yang berdetak lebih keras, nafas bergerak lebih cepat hingga tekanan darah yang meningkat.

## 3. Faktor-faktor Yang Mempengaruhi *Anxiety*

Ada beberapa faktor yang mempengaruhi *anxiety* pada siswa, di antaranya:

### 1) *Self-esteem* atau *Self-perception*

Istilah *self-esteem* banyak digunakan dalam makna yang sama dengan *self-concept* atau konsep diri dan telah ditemukan sangat terkait dengan *anxiety*. Young (1991) menyebutkan bahwa semakin seseorang berpikir tentang *self-esteem* atau harga dirinya maka semakin orang tersebut memikirkan dampaknya. Inilah yang menyebabkan terjadinya *anxiety* pada banyak orang. Banyak orang dengan *self-esteem* rendah khawatir mengenai apa yang orang-orang sekitar pikirkan tentangnya. Mereka dengan *self-esteem* rendah mempunyai keinginan untuk selalu menyenangkan orang lain. Individu dengan *self-esteem* tinggi cenderung tidak cemas daripada mereka yang memiliki *self-esteem* rendah.

Onwuegbuzie, et al (1999) menyebutkan orang-orang termotivasi untuk mempertahankan citra diri yang positif karena *self-esteem* melindungi mereka dari *anxiety*.

### 2) Presentasi atau Berbicara di Kelas

Siswa merasa cemas saat ditunjuk atau diperintahkan untuk berbicara di kelas. Hal ini karena ketika siswa sedang mempresentasikan sesuatu di kelas, mereka menjadi pusat perhatian. Alasan lain siswa merasa cemas saat presentasi di kelas karena mereka takut akan pertanyaan dari siswa lain dan gurunya. Selain itu, kurangnya persiapan akan cenderung menimbulkan kesalahan dan hal tersebut dapat menyebabkan siswa lain akan

tertawa sehingga membuat siswa yang presentasi kehilangan kepercayaan dirinya (Risaldi, 2019).

### 3) Takut Membuat Kesalahan

Jones (2004) mengatakan bahwa siswa akan menemukan masalah saat berbicara di kelas. Siswa akan menemukan banyak orang yang memperhatikan dan mencoba untuk mengoreksi setiap pernyataan dari siswa, dan siswa lain yang menertawakan atas apapun kesalahan yang terjadi pada siswa yang berbicara. Beberapa alasan lain yang membuat siswa merasa cemas karena takut membuat kesalahan adalah karena siswa tersebut tidak terlalu menguasai materi, serta kurangnya pengetahuan kosa kata sehingga membuat siswa kesulitan dalam konstruksi sebuah kalimat. (Risaldi, 2019).

### 4) Gender

Gober & Matsuda (2003) menegaskan bahwa *anxiety* yang terkait gender penelitian telah menunjukkan hasil yang bertentangan. Spielberger (1983) dalam studinya tentang *anxiety* menemukan bahwa perempuan lebih stabil secara emosional daripada laki-laki dalam reaksi mereka terhadap keadaan stres dan santai.

### 5) Lingkungan Kelas

Onwuegbuzie, et al (1999) menyatakan bahwa siswa merasa lebih cemas dalam situasi yang sangat evaluatif karena

mereka merasa selalu diperhatikan oleh guru dan siswa-siswa yang lain.

### C. Hubungan antara *Anxiety* dengan *Academic Buoyancy*

Siswa yang kurang cemas lebih merasa “*buoyancy*,” mereka memiliki keyakinan bahwa mereka dapat menghadapi tantangan dan bereaksi terhadap stresor tanpa melihatnya sebagai ancaman. Siswa mungkin lebih merasa aman dan tenang. Namun siswa yang cemas kurang mampu melakukan ini karena mengelola *anxiety* dapat mengambil fokus mereka, menyebabkan siswa merasa di bawah ancaman dan akibatnya kurang mampu bereaksi dengan cara yang “*buoyancy*” (Martin et al., 2010).

Sebastian (2013) dalam penelitiannya mengungkapkan bahwa individu yang sedang dalam ketakutan dan cemas terhadap sebuah kegagalan menjadi lebih mudah beranggapan bahwa betapa tidak menyenangkan sebuah tugas serta mengakibatkan dia teralihkan untuk hal lain dengan mudah, sehingga masalah dan tantangan akademik tidak bisa ditangani dengan baik.

*Anxiety* dapat melepaskan siswa dari pola pikir tenang, percaya diri yang mereka butuhkan untuk berhasil memenuhi tantangan akademik sehari-hari. Siswa yang mengalami *anxiety* menjadi sangat fokus pada keyakinan mereka bahwa mereka dalam bahaya, dan alih-alih

mendengarkan instruksi atau meninjau keterampilan, mereka terus-menerus mencari bukti ketakutan mereka dibenarkan (Kendrick, 2019).

Martin, et al (2010) menyimpulkan dalam studi mereka tentang 5C bahwa *anxiety* memainkan peran terbesar dalam *academic buoyancy* dari lima prediktor. Putwain & Daly (2013) menemukan hasil yang serupa dalam penelitiannya tentang bagaimana *anxiety* berhubungan dengan *academic buoyancy*. Mereka menyimpulkan bahwa selama seorang siswa memiliki tingkat *academic buoyancy* yang tinggi dan tingkat *anxiety* yang rendah hingga sedang, siswa tersebut dapat menahan efek dari *anxiety* dan setidaknya mempertahankan kinerja akademiknya.

#### **D. Kerangka Teoritik**

Penelitian ini akan mengacu pada *academic buoyancy*, sebuah konsep yang berasal dari psikologi positif yang telah diterapkan pada pendidikan dalam upaya untuk menjelaskan bagaimana individu dapat secara efektif mengatasi kesulitan. Kemampuan *academic buoyancy* membutuhkan adaptasi kognisi, perilaku, dan / atau emosi untuk merespons situasi dan kemunduran setiap saat (Martin et al., 2013). Sebuah fokus adaptif dan positif dari *academic buoyancy* secara efektif mencerminkan perspektif psikologi positif dan penekanan pada peningkatan kesejahteraan (Martin & Marsh, 2008).

Hasil penelitian pendidikan menunjukkan bahwa konsep yang berasal dari psikologi positif dapat digunakan untuk memprediksi kinerja

akademik (Putwain & Daly, 2013) dan lebih memahami kesehatan emosional siswa (Miller et al., 2013), yang keduanya mungkin sumber daya berharga. Dengan kata lain, emosi-emosi positif ini memperluas jajaran kognisi dan perilaku yang dimiliki dan dapat digunakan seseorang (Fredrickson, 2001).

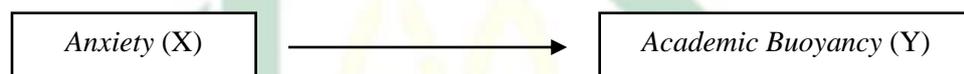
*Academic buoyancy* yang merupakan kemampuan untuk bangkit kembali dari kemunduran harian dalam kehidupan akademik cenderung dipengaruhi oleh beberapa faktor yang saling berhubungan. Martin, et al (2010) menyimpulkan dalam studi mereka tentang 5C bahwa *anxiety* memainkan peran terbesar dalam *academic buoyancy* dari lima prediktor.

*Anxiety* muncul ketika seseorang menghadapi ancaman, seperti dalam konteks akademik yaitu ketika menghadapi ujian yang menimbulkan perasaan takut gagal (Covington, 1992). *Anxiety* tidak hanya merusak fungsi memori kerja, tetapi juga membuat siswa kurang bersemangat dan lebih takut gagal (Martin & Marsh, 2008). Sebastian (2013) dalam penelitiannya mengungkapkan bahwa individu yang sedang dalam ketakutan dan cemas terhadap sebuah kegagalan menjadi lebih mudah beranggapan bahwa betapa tidak menyenangkan sebuah tugas serta mengakibatkan dia teralihkan untuk hal lain dengan mudah, sehingga masalah dan tantangan akademik tidak bisa ditangani dengan baik.

Putwain & Daly (2013) menemukan hasil yang serupa dalam penelitiannya tentang bagaimana *anxiety* berhubungan dengan *academic buoyancy*. Selama seorang siswa memiliki tingkat *academic buoyancy*

yang tinggi dan tingkat *anxiety* yang rendah hingga sedang, siswa tersebut dapat menahan efek dari *anxiety* dan setidaknya mempertahankan kinerja akademiknya. Hasil penelitian ini menyatakan bahwa semakin tinggi tingkat *anxiety* siswa maka siswa tersebut tidak bisa mengatasi kesulitan atau tantangan akademik sehari-harinya, dengan kata lain *academic buoyancy* siswa tersebut rendah. Sebaliknya jika *anxiety* rendah, maka *academic buoyancy* yang dimiliki siswa tinggi.

Berdasarkan penjelasan di atas, kerangka teoritik dapat diuraikan sebagai berikut:



**Gambar 2.1 Model Konseptual Penelitian**

#### **E. Hipotesis**

Berdasarkan kerangka teoritik yang telah dipaparkan di atas, maka hipotesis yang digunakan dalam penelitian ini adalah terdapat hubungan antara *anxiety* dengan *academic buoyancy* pada siswa MA Darul Ulum Waru Sidoarjo.

## **BAB III**

### **METODE PENELITIAN**

#### **A. Rancangan Penelitian**

Dapat dilihat dari masalah dan tujuan penelitian yang telah dipaparkan, dengan ini metode yang digunakan dalam penelitian adalah kuantitatif serta jenis penelitiannya adalah korelasional memiliki tujuan untuk mengetahui hubungan antara *anxiety* dengan *academic buoyancy*.

Menurut Hadi (2000) hal yang penting dalam sebuah penelitian adalah metode penelitian. Jika metode yang digunakan dalam penelitian sesuai dengan tujuannya maka hasil dari penelitian tersebut dapat dipertanggungjawabkan.

#### **B. Identifikasi Variabel Penelitian**

Terdapat dua variabel yang digunakan dalam penelitian ini yaitu:

- a. Variabel bebas (X) = *Anxiety*
- b. Variabel terikat (Y) = *Academic Buoyancy*

#### **C. Definisi Operasional Variabel Penelitian**

##### **1. *Academic Buoyancy***

*Academic buoyancy* merupakan kemampuan siswa untuk secara positif dan efektif dalam mengatasi berbagai hambatan maupun masalah yang sering ditemui dalam situasi akademik sehari-hari di sekolah. Dan diukur menggunakan skala *academic buoyancy* yang

meliputi 5 aspek, yakni *self-efficacy*, *planning*, *persistence*, *low-anxiety* dan *control* (Martin & Marsh, 2006).

## 2. *Anxiety*

*Anxiety* dalam kehidupan akademik mengarah pada gangguan pola pikir, reaksi fisik seperti rasa takut, kekhawatiran, dan ketegangan yang dipicu oleh ketidakmampuan siswa dalam menyelesaikan tugas-tugas akademik, ketidakmampuan mengerjakan ujian atau tes yang diberikan guru, dan ketidakmampuan berinteraksi serta berkomunikasi dengan guru. Variabel ini diukur menggunakan skala *anxiety* yang meliputi tiga aspek, yakni reaksi emosional, reaksi kognitif, dan reaksi fisiologis (Calhoun dan Acocella, 1995 dalam Toby, 2018).

## D. Populasi, Teknik Sampling, dan Sampel

### 1. Populasi

Polit & Hungler (1999) menyebut populasi sebagai totalitas atau keseluruhan dari semua objek, subjek atau anggota yang sesuai dengan serangkaian spesifikasi. Populasi dalam penelitian ini adalah siswa MA Darul Ulum Waru Sidoarjo yang seluruhnya berjumlah 1.145 siswa.

### 2. Teknik Sampling

Teknik sampling merupakan metode untuk mengambil sampel dan menetapkan suatu sampel penelitian yang akan digunakan. Teknik pengambilan sampel dalam penelitian ini menggunakan teknik *non-*

*probability sampling* yakni teknik *quota sampling*. Teknik *quota sampling* merupakan penetapan sejumlah anggota sampel secara *quotum* atau jatah. *Quota sampling* ini dilakukan dengan cara menentukan terlebih dahulu seberapa banyak jumlah sampel yang dibutuhkan atau menentukan *quotum* (jatah). Selanjutnya jumlah tersebut yang dapat dijadikan dasar dalam pengambilan unit sampel yang dibutuhkan. Anggota populasi manapun yang diambil tidak menjadi soal, yang penting jumlah *quotum* yang telah ditetapkan dapat dipenuhi (Notoatmodjo, 2012).

### 3. Sampel

Sampel merupakan anggota dari populasi yang dipilih untuk berpartisipasi dalam penelitian ini (Polit & Hungler, 1999). Menurut Arikunto (2013) jika subjek kelompok populasi penelitian kurang dari 100 orang lebih baik diambil seluruhnya sehingga penelitiannya merupakan penelitian populasi, dan apabila subjek lebih dari 100 orang, maka bisa ditarik sampel antara 10-15% atau 20-25%.

Berdasarkan penjelasan Arikunto (2013) tersebut, maka peneliti mengambil sampel sebanyak 10% karena jumlah siswa MA Darul Ulum Waru Sidoarjo berjumlah sebanyak 1.145 orang siswa, sehingga jumlah sampelnya adalah  $10\% \times 1.145 = 114,5\%$  atau jika dibulatkan menjadi 115 siswa.

## E. Instrumen Penelitian

Penelitian membutuhkan adanya pengumpulan data yakni dengan cara menyebarkan skala kepada responden yang bersedia. Azwar (2018), mendefinisikan skala sebagai metode pengumpulan data berupa pertanyaan-pertanyaan yang harus dijawab oleh responden.

Adapun untuk instrumentnya menggunakan skala *likert*. Menurut Sugiyono (2013), skala *likert* dapat digunakan sebagai pengukuran sikap, pendapat serta persepsi individu atau sekelompok orang terhadap fenomena sosial. Adapun skala pengukurannya menggunakan dua variabel yaitu: variabel *academic buoyancy* dan variabel *anxiety*.

Penelitian ini menggunakan empat alternatif jawaban yaitu: sangat sesuai/ss, sesuai/s, tidak sesuai/ts, dan sangat tidak sesuai/sts. Adapun untuk pernyataan terdapat dua macam yaitu *favourable* yang memiliki arti pernyataan sikap yang mengatakan sesuatu yang positif/ mendukung variabel tersebut. Sebaliknya untuk *unfavourable* berarti pernyataan mengatakan sesuatu yang negatif/tidak mendukung variabel. Simbol, alternatif jawaban, dan nominal skor diuraikan dalam tabel.

**Tabel 3.1**  
**Pemberian Skor Skala Likert**

<b>Simbol</b>	<b>Alternatif Jawaban</b>	<b><i>Favourable</i></b>	<b><i>Unfavourable</i></b>
SS	Sangat Sesuai	4	1
S	Sesuai	3	2
TS	Tidak Sesuai	2	3
STS	Sangat Tidak Sesuai	1	4

Pada alternatif jawaban tidak dimasukkan jawaban di tengah-tengah atau netral karena sebagaimana yang dijelaskan oleh Hadi (2000), yaitu:

- a) Pilihan jawaban netral mempunyai penafsiran ganda dan bisa berarti tidak pasti dalam memberikan jawaban atau bisa dikatakan ragu-ragu.
- b) Pilihan jawaban netral bisa mengakibatkan tendensi sentral atau kecenderungan efek tengah-tengah.
- c) Dan pilihan jawaban netral dapat menekan informasi yang diperoleh dari subjek penelitian.

Penelitian ini menggunakan instrumen yang terdiri dari dua skala, yaitu:

1. Skala *Academic Buoyancy*

Skala *academic buoyancy* yang digunakan dalam penelitian ini merupakan adaptasi dari skala yang telah disusun Safriani (2021) berlandaskan aspek yang disebutkan oleh Martin & Marsh (2008) yakni *self-efficacy*, *planning*, *persistence*, *low anxiety*, dan *control*. Berikut *blueprint* dari skala *academic buoyancy* yang dipaparkan pada sebuah tabel.

**Tabel 3.2**  
**Blueprint Academic Buoyancy**

No	Aspek	Nomor Item		Jumlah Item
		<i>Favourable</i>	<i>Unfavourable</i>	
1	<i>Self-efficacy</i>	1,2,6,11,12	5	6
2	<i>Planning</i>	3,7	13	3
3	<i>Persistence</i>	4,8	14	3
4	<i>Low Anxiety</i>	9,15		2
5	<i>Control</i>	10,16		2
<b>Jumlah</b>		<b>13</b>	<b>3</b>	<b>16</b>

## 2. Skala Anxiety

Skala *anxiety* yang digunakan dalam penelitian ini merupakan adaptasi dari skala yang telah disusun oleh Toby (2018) namun telah dimodifikasi oleh peneliti (d disesuaikan dengan konteks pembelajaran di sekolah) berdasarkan pada aspek-aspek *anxiety* yang dikemukakan oleh Calhoun & Acocella (1995, dalam Toby, 2018) yaitu reaksi emosional, reaksi kognitif, dan reaksi fisiologis. Berikut *blueprint* dari skala *anxiety* yang dipaparkan pada sebuah tabel.

**Tabel 3.3**  
**Blueprint Anxiety**

No	Aspek	Nomor Item		Jumlah Item
		<i>Favourable</i>	<i>Unfavourable</i>	
1	Reaksi	18,20,14,26,15,	4,16,9,29,11,5,	18
	Emosional	21,8,40,6	41,35,36	
2	Reaksi	28,19,23,32,34,	43,31,22,7,30,	13
	Kognitif	44,13	46	

3	Reaksi	37,3,12,45,24,	39,27,1,17,2,25,	15
	Fisiologis	10,38,33	42	
	<b>Jumlah</b>	<b>24</b>	<b>22</b>	<b>46</b>

## F. Validitas dan Reliabilitas

### 1. Uji Validitas

Validitas mengacu pada seberapa akurat suatu alat ukur yang akan digunakan untuk mengukur suatu variabel (Azwar, 2018). Alat ukur dapat dianggap mempunyai validitas tinggi apabila bisa menggambarkan data dari variabel secara tepat berdasarkan keadaan yang sebenarnya (Arikunto, 2013).

Dalam penelitian ini, peneliti menggunakan bantuan *expert judgment* untuk memperkuat keabsahan konteks isi instrumen dalam penyusunannya. Metode validitas yang digunakan dalam penelitian ini merupakan *content validity* (validitas isi). Menurut Azwar (2018), validitas isi adalah cara proses validasi dengan menguji kelayakan isi alat ukur yang digunakan di bawah bimbingan orang yang berkompeten dibidangnya, yang disebut *expert judgment*.

#### a) Validitas Skala *Academic Buoyancy*

Pengujian validitas skala *academic buoyancy* dilakukan dengan memanfaatkan *software* aplikasi SPSS (*Statistical Package for Social Science*). Untuk pengujian validitas kuesioner menggunakan *pearson product moment* yang mengacu pada skor hasil *Corrected Item-Total Correlation* ( $r$  hitung) yang

dibandingkan dengan r tabel, dimana  $df = n-2$  dengan sig. 5%. Alat ukur dikatakan valid apabila  $r \text{ hitung} > r \text{ tabel}$  (Sujarweni, 2015). Berikut tabel yang menunjukkan hasil uji validitas pada pengujian skala *academic buoyancy*.

**Tabel 3.4**  
**Hasil Uji Validitas Skala *Academic Buoyancy***

<b>Item</b>	<b><i>Corrected Item – Total Correlation</i></b>	<b>Keterangan</b>
AB1	0,574	Valid
AB2	0,582	Valid
AB3	0,632	Valid
AB4	0,481	Valid
AB5	0,666	Valid
AB6	0,639	Valid
AB7	0,710	Valid
AB8	0,717	Valid
AB9	0,553	Valid
AB10	0,708	Valid
AB11	0,261	Valid
AB12	0,557	Valid
AB13	0,483	Valid
AB14	0,682	Valid
AB15	0,541	Valid
AB16	0,527	Valid

Berdasarkan tabel di atas, dapat terlihat bahwa semua *item* mempunyai nilai  $r \text{ hitung} >$  dari  $r \text{ tabel}$  (0,214). Oleh karena itu, dapat dinyatakan bahwa semua *item* pada skala *academic buoyancy* adalah valid.

b) Validitas Skala *Anxiety*

Pengujian validitas skala *anxiety* dilakukan dengan memanfaatkan *software* aplikasi SPSS (*Statistical Package for Social Science*). Untuk pengujian validitas kuesioner menggunakan *pearson product moment* yang mengacu pada skor hasil *Corrected Item-Total Correlation* ( $r$  hitung) yang dibandingkan dengan  $r$  tabel, dimana  $df = n-2$  dengan sig. 5%. Alat ukur dikatakan valid apabila  $r$  hitung  $>$   $r$  tabel (Sujarweni, 2015). Berikut tabel yang menunjukkan hasil uji validitas pada pengujian skala *anxiety*.

**Tabel 3.5**  
**Hasil Uji Validitas Skala *Anxiety***

Item	<i>Corrected Item – Total Correlation</i>	Keterangan
A1	-0,013	*Tidak Valid
A2	0,184	*Tidak Valid
A3	0,411	Valid
A4	0,647	Valid
A5	0,590	Valid
A6	0,027	*Tidak Valid
A7	0,098	*Tidak Valid
A8	0,308	Valid
A9	0,422	Valid
A10	0,441	Valid
A11	0,517	Valid
A12	-0,054	*Tidak Valid
A13	0,254	Valid
A14	0,625	Valid
A15	0,355	Valid
A16	0,451	Valid
A17	0,411	Valid
A18	0,635	Valid
A19	0,480	Valid
A20	0,471	Valid

A21	0,450	Valid
A22	0,320	Valid
A23	0,302	Valid
A24	0,346	Valid
A25	0,364	Valid
A26	0,283	Valid
A27	0,306	Valid
A28	0,152	*Tidak Valid
A29	0,713	Valid
A30	0,480	Valid
A31	0,288	Valid
A32	0,292	Valid
A33	0,334	Valid
A34	0,262	Valid
A35	0,559	Valid
A36	-0,081	*Tidak Valid
A37	0,489	Valid
A38	0,369	Valid
A39	0,620	Valid
A40	0,519	Valid
A41	0,415	Valid
A42	0,336	Valid
A43	0,079	*Tidak Valid
A44	0,446	Valid
A45	0,274	Valid
A46	0,029	*Tidak Valid

(\*)Item Gugur

Dari tabel di atas terlihat bahwa terdapat 37 *item* dengan nilai  $r$  hitung  $>$  dari  $r$  tabel (0,214). Oleh karena itu, dapat dinyatakan valid pada 37 *item*. Adapun *item* 1, 2, 6, 7, 12, 28, 36, 43 dan 46 bisa dianggap tidak valid karena mempunyai nilai  $r$  hitung  $<$  dari  $r$  tabel (0,214) yang mengakibatkan *item-item* tersebut gugur dan dihapus dari skala penelitian *anxiety*. Di bawah ini adalah *blueprint* sesudah dilakukan pengujian validitas.

**Tabel 3.6**  
**Blueprint Setelah Uji Validitas Skala Anxiety**

No	Aspek	Nomor Item		Jumlah Item
		<i>Favourable</i>	<i>Unfavourable</i>	
1	Reaksi	18,20,14,26,15,	4,16,9,29,11,5,	16
	Emosional	21,8,40	41,35	
2	Reaksi	19,23,32,34,	31,22,30	9
	Kognitif	44,13		
3	Reaksi	37,3,45,24,	39,27,17,25,	12
	Fisiologis	10,38,33	42	
<b>Jumlah</b>		<b>21</b>	<b>16</b>	<b>37</b>

## 2. Uji Reliabilitas

Reliabilitas mengacu pada sejauh mana suatu instrumen pengukuran dapat dipercaya karena kekonsistennannya (Azwar, 2018). Instrumen dikatakan reliabel jika diukur dua kali atau lebih untuk gejala yang sama dan hasil pengukurannya konsisten (Arikunto, 2013).

### a) Reliabilitas Skala *Academic Buoyancy*

Pengujian reliabilitas pada skala *academic buoyancy* dengan bantuan aplikasi SPSS yang mengacu pada skor *cronbach's alpha*. *Item-item* pernyataan dalam skala dikatakan reliabel apabila skor *cronbach's alpha* lebih besar dari 0,60 (Sujarweni, 2015). Tabel di bawah ini menunjukkan hasil dari pengujian reliabilitas pada skala *academic buoyancy*.

**Tabel 3.7**  
**Hasil Uji Reliabilitas Skala *Academic Buoyancy***

<i>Cronbach's Alpha</i>	<i>N of Items</i>
0,868	16

Dari tabel di atas terlihat bahwa nilai *Cronbach's alpha* skala *academic buoyancy* adalah  $0,868 > 0,60$  sehingga dapat dikatakan reliabel.

b) Reliabilitas Skala *Anxiety*

Uji reliabilitas skala *anxiety* dengan bantuan aplikasi SPSS yang mengacu pada skor *cronbach's alpha*. Item-item pernyataan dalam skala dikatakan reliabel apabila skor *cronbach's alpha* lebih besar dari 0,60 (Sujarweni, 2015). Tabel di bawah ini menunjukkan hasil dari pengujian reliabilitas pada skala *anxiety*.

**Tabel 3.8**  
**Hasil Uji Reliabilitas Skala *Anxiety***

<i>Cronbach's Alpha</i>	<i>N of Items</i>
0,882	37

Dari tabel di atas terlihat bahwa nilai *Cronbach's alpha* pada skala *anxiety* adalah  $0,882 > 0,60$  sehingga bisa dikatakan reliabel.

## G. Analisis Data

Analisis korelasi *product moment* digunakan pada penelitian ini sebagai analisis data. Berdasarkan penjelasan Karl Pearson mengenai *product moment* yang merupakan suatu metode atau teknik yang berguna untuk menganalisis hubungan antara dua variabel yang berbeda (Muhid, 2019). Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui hubungan *academic buoyancy* (*dependent variable*) dengan *anxiety* (*independent variable*) sehingga dalam penelitian ini digunakan metode analisis korelasi *product moment* dengan bantuan *software* aplikasi SPSS (*Statistical Package for Social Science*).

Sebelum menerapkan uji *product moment*, dilakukan terlebih dahulu uji prasyarat pada data yang telah didapatkan. Uji prasyarat terdiri dari pengujian normalitas dan pengujian linieritas.

### 1. Uji Normalitas

Pengujian ini digunakan menilai sebaran data untuk setiap kelompok variabel dalam sebaran data berdistribusi normal atau tidak. Uji Kolmogorov-Smirnov digunakan dalam uji normalitas data dalam penelitian ini yang mengambil nilai signifikansi 5% yang diinterpretasikan jika nilai taraf signifikansi lebih besar dari 0,05 maka data berdistribusi normal. Sebaliknya, jika nilai signifikansi lebih kecil dari 0,05 maka data tersebut tidak berdistribusi normal (Muhid, 2019).

Nilai signifikansi dari hasil pengujian pada skala *academic buoyancy* adalah 0,146. Hal ini menunjukkan bahwa uji normalitas

data berdistribusi normal. Gambaran tabel hasil uji normalitas data adalah sebagai berikut:

**Tabel 3.9**  
**Hasil Uji Normalitas Skala *Academic Buoyancy***

<b>N</b>	<b>115</b>	
<b>Kolmogorov-Smirnov Z</b>	1,144	Data Berdistribusi Normal
<b>Asymp. Sig. (2-Tailed)</b>	0,146	

Uji normalitas pada skala *anxiety* menunjukkan nilai signifikansi sebesar 0,941. Hal ini menunjukkan bahwa uji normalitas data berdistribusi normal. Gambaran tabel hasil uji normalitas data adalah sebagai berikut:

**Tabel 3.10**  
**Hasil Uji Normalitas Skala *Anxiety***

<b>N</b>	<b>115</b>	
<b>Kolmogorov-Smirnov Z</b>	0,531	Data Berdistribusi Normal
<b>Asymp. Sig. (2-Tailed)</b>	0,941	

## 2. Uji Linieritas

Uji linieritas digunakan untuk menentukan apakah dua variabel berhubungan linier. Uji ini biasanya digunakan sebagai prasyarat untuk analisis *product moment* atau regresi linier. Pengukurannya menggunakan teknik anova, dengan menggunakan kaidah bahwa satu variabel berhubungan linier dengan variabel lainnya ketika taraf signifikansinya lebih besar dari 0,05. Namun apabila taraf signifikansinya lebih kecil dari 0,05 dapat dikatakan bahwa variabel

yang satu tidak berhubungan linier dengan variabel lainnya (Priyatno, 2009). Hasil uji linieritas ditunjukkan pada tabel di bawah ini.

**Tabel 3.11**  
**Hasil Uji Linieritas**

			F	Sig
<i>Academic</i>	<i>Between</i>	Kombinasi	2,083	0,004
<i>Buoyancy*</i>	<i>Group</i>	Linieritas	46,419	0,000
<i>Anxiety</i>				
Penyimpangan Linieritas			1,344	0,137

Hasil uji linieritas untuk variabel *academic buoyancy* dengan *anxiety* menunjukkan nilai sig. 0,137 > 0,05 maka dapat dikatakan bahwa kedua variabel memiliki hubungan yang linier.

UIN SUNAN AMPEL  
S U R A B A Y A

## BAB IV

### HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

#### A. Hasil Penelitian

##### 1. Persiapan dan Pelaksanaan Penelitian

###### a. Tahap Pertama

Tahap yang dilakukan peneliti sebelum memulai penelitian adalah mencari dan memastikan fenomena yang akan diteliti terlebih dahulu. Setelah peneliti menemukan fenomena, tahapan selanjutnya yaitu mendiskusikan dengan dosen pembimbing dengan cara berkonsultasi agar bisa dijadikan variabel dalam penelitian. Dengan variabel terikat *academic buoyancy* dan *anxiety* sebagai variabel bebasnya. Peneliti mulai menyusun *conceptnote* dilanjutkan proposal penelitian dengan persetujuan dosen pembimbingan.

###### b. Tahap Kedua

Tahap kedua ini peneliti memfokuskan pada penyiapan alat ukur yang disusun dengan cara memodifikasi alat ukur yang sudah ada yang berjumlah dua instrument yaitu *academic buoyancy* dan *anxiety*. Skala *academic buoyancy* diadaptasi dari alat ukur yang telah disusun oleh Safriani (2021). Sedangkan skala *anxiety* dimodifikasi dari alat ukur yang telah disusun oleh Toby (2018). Setelah menjadi rangkaian alat ukur, peneliti berkonsultasi pada dosen pembimbing. Setelah berkonsultasi pada dosen pembimbing,

peneliti melangkah pada proses *expert judgement*. Proses *expert judgement* dilakukan pertama kali pada tanggal 24 Juni 2022 yang dilakukan oleh M. Fahmi Aufar Asyraf, B.Ed., M.A. Masukan dan saran untuk perbaikan dari *expert* selanjutnya ditinjau kembali oleh peneliti kemudian dilanjutkan untuk proses *expert judgement* yang kedua.

Proses *expert judgement* ke 2 dilakukan oleh Soffy Balgies, M.Psi, Psikolog selaku dosen pembimbing skripsi. Proses *expert judgement* ke dua berfokus pada perbaikan penyusunan kata pada *item-item*. Setelah proses *expert judgement* dari dosen pembimbing peneliti langsung mendapatkan izin sebar pada tanggal 9 Juli 2022.

#### **c. Tahap Ketiga**

Pada tahap ini yang peneliti lakukan adalah memulai proses pengumpulan data pada hari Sabtu, 9 Juli 2022 dengan menyebarkan kuesioner *google form* melalui pesan *WhatsApp*. Peneliti mengumpulkan 115 responden pada 13 Juli 2022.

#### **d. Tahap Keempat**

Tahap keempat merupakan langkah akhir. Setelah menerima data, peneliti meninjau data dan menghapus data yang tidak memenuhi kriteria yang sesuai. Selanjutnya peneliti menggunakan aplikasi SPSS untuk melakukan perhitungan setelah data dipilih berdasarkan jumlah subjek yang dibutuhkan. Lalu

diikuti dengan analisis data dan penyusunan bab berikutnya. Ini diakhiri dengan menarik kesimpulan dari penelitian dan menyusun penelitian secara lengkap dan tepat berdasarkan panduan.

## 2. Deskripsi Hasil Penelitian

### a. Deskripsi Subyek

Peneliti menggunakan siswa MA Darul Ulum Waru Sidoarjo sebagai subjek dalam penelitian dengan responden berjumlah 115 siswa yang telah memberikan tanggapan pada kuesioner penelitian. Berikut dipaparkan tabel yang menunjukkan demografi responden.

**Tabel 4.1**  
**Data Demografis Responden**

<b>Karakteristik Responden</b>	<b>Frekuensi</b>	<b>Presentase (%)</b>
<b>Jenis Kelamin</b>		
Laki-laki	20	17,4%
Perempuan	95	82,6%
<b>Usia</b>		
15-18 Tahun	115	100%
<b>Kelas</b>		
X (Sepuluh)	25	21,7%
XI (Sebelas)	35	30,4%
XII (Dua Belas)	55	47,8%
<b>Total</b>	<b>115</b>	<b>100%</b>

Berdasarkan tabel di atas, dapat dilihat untuk data demografi diperoleh jumlah subjek penelitian untuk jenis kelamin laki-laki terdapat 20 siswa (17,4%) dan perempuan 95 siswa

(82,6%). Responden siswa berusia kisaran 15-18 tahun. Lalu, terdapat responden sebanyak 25 (21,7%) siswa pada kelas X (sepuluh), sebanyak 35 (30,4%) siswa pada kelas XI (sebelas), serta siswa kelas XII (dua belas) terdapat 55 siswa (47,8%).

#### b. Deskripsi Data

Deskripsi data didapatkan dari hasil analisis statistik deskriptif dengan menggunakan software aplikasi SPSS (*Statistical Package for Sosial Science*). Dari hasil analisis deskriptif diketahui jumlah subjek, skor *range*, nilai terendah, nilai tertinggi, nilai *mean*, dan nilai standar deviasi. Pada tabel di bawah ini ditunjukkan hasil analisis statistik deskriptif.

**Tabel 4.2**  
**Hasil Analisis Statistik Deskriptif**

Variabel	N	Range	Xmin	Xmax	Mean	Std. Dev.
<i>Academic Buoyancy</i>	115	35	29	64	51,47	8,146
<i>Anxiety</i>	115	94	46	140	96,99	22,564

Total subjek penelitian sebanyak 115 responden yang diketahui bahwa untuk skala *academic buoyancy* memiliki range 35, nilai minimal adalah 29 dan nilai maksimal 64. Adapun nilai rata-rata skala *academic buoyancy* adalah 51,47 dengan standar deviasi 8,146. Skala *anxiety* memiliki rentang nilai 94, nilai

minimal 46 dan nilai maksimal 140. Sedangkan *mean anxiety* adalah 96,99 dengan standar deviasi 22,564.

## B. Uji Hipotesis

Pengujian hipotesis perlu diketahui nilai koefisien korelasi pada hasil data penelitian. Untuk memastikan teknik analisis yang digunakan untuk mengetahui nilai koefisien korelasi maka sebelumnya harus dilakukan pengujian asumsi prasyarat pada data penelitian. Peneliti telah melakukan pengujian asumsi prasyarat yakni uji normalitas untuk melihat normalitas sebaran skor data penelitian. Peneliti juga telah melakukan pengujian linieritas untuk melihat hubungan linier antara kedua variabel.

Dari hasil yang diperoleh setelah pengujian normalitas dinyatakan bahwa data pada kedua variabel penelitian berdistribusi normal dibuktikan dengan nilai signifikansi pada variabel *academic buoyancy* sebesar  $0,146 > 0,05$  dan nilai signifikansi pada variabel *anxiety* sebesar  $0,941 > 0,05$ . Sedangkan untuk pengujian linier yang telah dilakukan diperoleh nilai signifikansi yakni  $0,137 > 0,05$  maka dapat dikatakan kedua variabel memiliki hubungan linier.

Berdasarkan pengujian asumsi prasyarat yang telah dilakukan, sehingga dalam penelitian ini menggunakan uji korelasi *parametric statistic*. Maka pengujian hipotesis menggunakan teknik analisis korelasi *product moment* dengan bantuan *software* aplikasi SPSS (*Statistical*

*Package for Social Science*). Hasil pengujian analisis *product moment* ditunjukkan dalam tabel di bawah ini.

**Tabel 4.3**  
**Hasil Uji Korelasi *Product Moment***

		<i>Academic Buoyancy</i>	<i>Anxiety</i>
<i>Academic Buoyancy</i>	<i>Pearson Correlation</i>	1	-,508*
	Sig. (2-tailed)		,000
	N	115	115
<i>Anxiety</i>	<i>Pearson Correlation</i>	-,508*	1
	Sig. (2-tailed)	,000	
	N	115	115

Berdasarkan tabel hasil uji analisis *product moment correlation* di atas diketahui bahwa untuk nilai signifikansinya sebesar 0,000 yang nilai tersebut lebih rendah dari 0,05 maka dapat dikatakan bahwa adanya hubungan antara *anxiety* dengan *academic buoyancy*. Hubungan tersebut bersifat negatif (-) dapat dilihat pada nilai koefisien korelasinya yaitu -508 yang berarti semakin rendah *anxiety* maka tingkat *academic buoyancy* semakin tinggi, dan sebaliknya.

### C. PEMBAHASAN

Rumusan masalah yang telah diajukan dalam penelitian ini untuk mengetahui adakah hubungan antara *anxiety* dengan *academic buoyancy* pada siswa MA Darul Ulum Waru Sidoarjo. Berdasarkan data yang

diperoleh dan dianalisis, maka hasilnya dapat dijelaskan dalam uraian di bawah ini.

Uji prasyarat dilakukan berupa uji normalitas dan linearitas sebelum peneliti menguji hipotesis. Pada hasil uji normalitas pada skala *academic buoyancy* diketahui nilai signifikansinya  $0,146 > 0,05$ , sedangkan pada skala *anxiety* diperoleh nilai signifikansinya  $0,941 > 0,05$ . Maka dapat dinyatakan bahwa kedua data tersebut berdistribusi normal. Lalu pada uji linieritas didapatkan variabel *academic buoyancy* dan *anxiety* memperoleh nilai signifikansi  $0,137 > 0,05$  yang berarti bahwa ada hubungan yang linier antara kedua variabel tersebut.

Uji selanjutnya yaitu pengujian hipotesis analisis *product moment* yang diperoleh nilai koefisien korelasinya sebesar  $-0,508$  dan nilai signifikansinya sebesar  $0,000$  yang berarti lebih besar dari  $0,05$ . Sehingga bisa dinyatakan bahwa hipotesis dalam penelitian telah diterima.

Hiunata dan Linda (2018) menjelaskan mengenai *academic buoyancy* yang berarti kapasitas siswa untuk mengatasi hambatan-hambatan yang terjadi pada kehidupan akademik sehari-hari. Semua siswa memiliki kesulitannya masing-masing di sekolah dan dengan kemampuan *academic buoyancy* inilah yang dapat menilai seberapa gigih dan positifnya seorang siswa bereaksi dalam situasi akademiknya.

Siswa MA (Madrasah Aliyah) adalah jenjang pendidikan menengah pada pendidikan formal di Indonesia yang setara dengan SMA (Sekolah Menengah Atas). Rata-rata siswa pada jenjang MA dan Sekolah

Menengah Atas sudah menginjak usia 15-18 tahun yang menurut Stanley Hall (dalam Santrock, 2003) usia 12-23 tahun termasuk kategori masa remaja. Pada dasarnya banyak siswa yang mengalami tantangan akademik, kemunduran, hingga kekhawatiran yang cukup tinggi terhadap akademik yang biasa tumbuh dan terjadi dalam kehidupan sehari-hari di sekolah (Martin dkk, 2010). Pada siswa dengan usia remaja, sangat penting untuk tidak hanya memahami setiap kesulitan akademik yang dialami, namun juga cara adaptif yang harus siswa pahami dan hadapi (Martin & Marsh 2008). Ini sebabnya *academic buoyancy* telah diidentifikasi penting bagi siswa untuk menghadapi kesulitan sehari-hari yang mereka alami dalam kehidupan akademik, dan sebagai dasar bagi mereka untuk menghadapi kesulitan akademik utama yang dapat menghambat perkembangan mereka. Sebagian besar siswa akan mengalami kesulitan seperti ini di beberapa titik dalam perjalanan akademis mereka (Martin & Marsh, 2009).

Kemampuan untuk bangkit kembali dari kemunduran harian cenderung dipengaruhi oleh beberapa faktor yang saling berhubungan. Martin dan Marsh (2006) telah mengusulkan sejumlah prediktor *academic buoyancy* yang disebut 5C: *Confidence (self-efficacy)*, *Coordination (planning)*, *Control (uncertain control)*, *Composure (low anxiety)* dan *Commitment (persistence)*. Sama seperti yang dikemukakan oleh Comerford, dkk (2015) pada penelitiannya terhadap 581 responden di 17 sekolah bahwa derajat *academic buoyancy* pada siswa tergantung lima aspek tersebut.

Martin, et al (2010) menyimpulkan dalam studi mereka tentang 5C bahwa *anxiety* memainkan peran terbesar dalam *academic buoyancy* dari lima prediktor. Putwain & Daly (2013) menemukan hasil yang serupa dalam penelitiannya tentang bagaimana *anxiety* berhubungan dengan *academic buoyancy*. Mereka menyimpulkan bahwa selama seorang siswa memiliki tingkat *academic buoyancy* yang tinggi dan tingkat *anxiety* yang rendah hingga sedang, siswa tersebut dapat menahan efek dari *anxiety* dan setidaknya mempertahankan kinerja akademiknya.

Sejalan dengan teori dan penelitian-penelitian tersebut, hipotesis yang diterima dalam penelitian ini adalah terdapat hubungan antara *anxiety* dengan *academic buoyancy* pada siswa MA Darul Ulum Waru Sidoarjo.

*Anxiety* muncul ketika seseorang menghadapi ancaman, seperti dalam konteks akademik yaitu ketika menghadapi ujian yang menimbulkan perasaan takut gagal (Covington, 1992). *Anxiety* tidak hanya merusak fungsi memori kerja, tetapi juga membuat siswa kurang bersemangat dan lebih takut gagal (Martin & Marsh, 2008). Sebastian (2013) dalam penelitiannya mengungkapkan bahwa individu yang sedang dalam ketakutan dan cemas terhadap sebuah kegagalan menjadi lebih mudah beranggapan bahwa betapa tidak menyenangkan sebuah tugas serta mengakibatkan dia teralihkan untuk hal lain dengan mudah, sehingga masalah dan tantangan akademik tidak bisa ditangani dengan baik.

Berdasarkan teori yang relevan dan hasil penelitian terdahulu, serta hasil yang diperoleh dari penelitian mampu menjawab rumusan masalah

yang telah diajukan sebelumnya. Dapat diketahui bahwa adanya hubungan negatif antara *anxiety* dengan *academic buoyancy* pada siswa MA Darul Ulum Waru Sidoarjo. Dapat diartikan bahwa siswa yang mempunyai tingkat *anxiety* rendah maka siswa tersebut mempunyai tingkat *academic buoyancy* yang tinggi dalam dirinya, dan begitupun sebaliknya.



UIN SUNAN AMPEL  
S U R A B A Y A

## BAB V

### PENUTUP

#### A. Kesimpulan

Dari penelitian ini diperoleh bukti empiris mengenai adanya hubungan antara *anxiety* dengan *academic buoyancy* pada siswa. Dan dari hasil penelitian diketahui hubungan *anxiety* dengan *academic buoyancy* bersifat negatif (-), dapat diartikan bahwa semakin tinggi tingkat *anxiety* yang dimiliki siswa maka semakin rendah tingkat *academic buoyancy* yang dimiliki siswa tersebut, dan sebaliknya jika tingkat *anxiety* siswa rendah maka semakin tinggi tingkat *academic buoyancy* pada siswa.

#### B. Saran

Setelah menguraikan hasil penelitian di atas, terdapat beberapa saran dari peneliti, di antaranya:

1. Peneliti berharap siswa akan terus berjuang untuk mengatasi segala hambatan serta tekanan akademik meskipun terdapat kesulitan lain juga yang dihadapi di luar sekolah. Bagi siswa juga diharapkan mampu mengurangi kecemasan serta kekhawatiran karena hal ini dapat menjadi kesempatan untuk mengembangkan kemampuan diri.
2. Setiap guru dapat ikut serta mendukung perkembangan siswa dalam penyesuaian diri terhadap kehidupan akademiknya. Setiap guru terutama guru BK dapat mengamati hambatan-hambatan yang siswa hadapi dalam kegiatan belajar di sekolah. Dengan bantuan guru BK, guru dapat memberikan tahapan evaluasi yang dapat dilakukan dengan

pengisian form taraf kecemasan siswa saat menghadapi berbagai tantangan di sekolah serta bagaimana siswa dapat mengatasi tantangan-tangan tersebut.

3. Ada beberapa hal untuk disarankan kepada peneliti berikutnya, yakni menambahkan variasi atau modifikasi pada variabel penelitian yang bisa menjadi mediasi antara variabel independen dengan variabel dependen. Mengingat beberapa keterbatasan pada penelitian ini di antaranya adalah siswa tidak dalam kegiatan pembelajaran di sekolah atau dalam masa liburan sekolah sehingga pengambilan data harus dilakukan secara *online*. Demi mengurangi bias pada hasil yang diperoleh dari responden, maka penelitian berikutnya dapat mengumpulkan data secara *offline* atau langsung. Peneliti berikutnya juga dapat modifikasi pada populasi sehingga tidak hanya terpaku di siswa MA. Serta mengeksplorasi lebih lanjut baik dari metodologi maupun refleksi dari hasil penelitian.

UIN SUNAN AMPEL  
S U R A B A Y A

## DAFTAR PUSTAKA

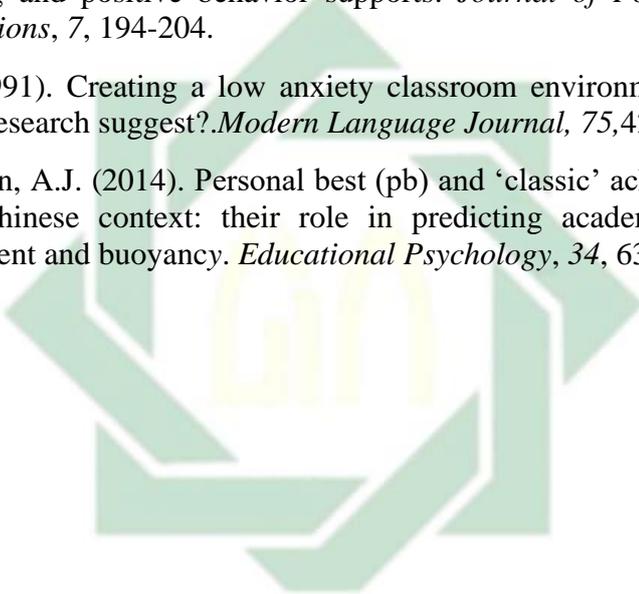
- Abdullah, M.C., Elias, H., Mahyuddin, R., & Uli, J. (2009). Adjustment amongst first year students in a Malaysian university. *European Journal of Social Sciences*, 8(3), 496-505.
- Analya, Priska. (2014). Studi deskriptif mengenai derajat academic buoyancy pada siswa kelas xii di SMA "X" Bandung. Fakultas Psikologi Universitas Kristen Maranatha Bandung. *Jurnal Psikologi*, 1, 1-10.
- Arikunto, S. (2013). *Prosedur penelitian suatu pendekatan praktik*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Azwar, S. (2018). *Penyusunan skala psikologi*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Calhoun, V.J., Webster, K.E., & Garn, C.A. (2017). An investigation of the generalisability of buoyancy from academics to athletics. *Journal of Sport and Exercise Psychology*.
- Catterall, J.S. (1998). Risk and resilience in student transitions to high school. *American Journal of Education*, 106, 302-333.
- Collie, R., Martin, A.J., Malmberg, L.E., Hall, J., & Ginns, P. (2015). Academic buoyancy, student's achievement, and the linking role of control: a cross-lagged analysis of high school students. *British Journal of Educational Psychology*, 85, 113-130.
- Comerford, J., Batterson, T., & Tormey, R. (2015). Academic buoyancy in second level schools insights from Ireland. *Procedia, Social and Behavioral Sciences*, 197, 98-103.
- Connell, J.P. (1985). A new multidimensional measure of children's perceptions of control. *Child Development*, 56, 1018-1041.
- Covington, M.V. (1992). *Making the grade: a self-worth perspective on motivation and school reform*. Cambridge: Cambridge University Press.
- Datu, J.A.D., & Yang, W. (2016). Psychometric validity and gender invariance of the academic buoyancy scale in the Philippines: a construct validation approach. *Journal of Psychoeducational Assessment*, 36, 278-283.
- Duchesne, S., Vitaro, F., Larose, S., & Tremblay, R.E. (2008). Trajectories of anxiety during elementary-school years and the prediction of high school noncompletion. *Journal of Youth and Adolescence*, 37, 1134-1146.
- Fredrickson, B.L. (2001). The role of positive emotions in positive psychology. *American Psychologist*, 56, 218-226.
- Gobel, P., & Matsuda, S. (2003). Anxiety and predictors of performance in the foreign language classroom. *Science Direct Journal*, 32 (1), 21- 36.
- Hadi, S. (2000). *Metodologi penelitian*. Yogyakarta: Andi Yogyakarta.

- Hiunata, Cristina., & Linda. (2018). Academic buoyancy pada mahasiswa yang bekerja dan tidak bekerja di jakarta. *Jurnal Psibernetika*, 11(2), 91-100.
- Hirvonen, R., Putwain, D.W., Määttä, S., Ahonen, T., & Kiuru, N. (2020). The role of academic buoyancy and emotions in students' learning-related expectations and behaviours in primary school. *British Journal of Educational Psychology*, 90(4), 948–963.
- Hsieh, P., Sullivan, J.R., & Guerra, N.S. (2007). A closer look at college students: self-efficacy and goal orientation. *Journal of Advanced Academics*, 18, 454-476.
- Jones, J.F. (2004). A cultural context for language anxiety. *EA (English Australia) Journal*, 21 (2), 30-39.
- Kazdin, E.A. (2000). *Encyclopedia of Psychology: 8 Volume Set*. Washington, D.C: American Psychological Association.
- Kendrick, A.H. (Maret, 2019). To help students overcome setbacks, they need to develop 'academic buoyancy'. *The Conversation* [on-line]. Diakses pada tanggal 05 Juli 2019 dari <https://theconversation.com/to-help-students-overcome-setbacks-they-need-to-develop-academic-buoyancy-113469>.
- Lesmana, J., & Savitri, J. (2019). Tipe student academic support dan academic buoyancy pada mahasiswa. *Humanitas-Jurnal Psikologi*, 3, 179-200.
- Liu, Yangyang., & Lu, Z. (2012). Chinese high school students' academic stress and depressive symptoms: gender and school climate as moderators. *Jurnal Stress & Health*, 28, 340-346.
- Lufi, D., Okasha, S., & Cohen, A. (2004). Test anxiety and its effect on the personality of students with learning disabilities. *Learning Disability Quarterly*, 27, 176-184.
- Luszczynska, A., & Schwarzer, R. (2005). The role of self-efficacy in health self-regulation. *The Adaptive Self: Personal Continuity and Intentional Self-Development*, 137-152.
- Malmberg, L.E., Hall, J., & Martin, A.J. (2013). Academic buoyancy in secondary school: exploring patterns of convergence in mathematics, science, english and physical education. *Learning and Individual Differences*, 23, 262-266.
- Martin, A.J. (2007). Examining a multidimensional model of student motivation and engagement using a construct validation approach. *British Journal of Educational Psychology*, 77, 413-440.
- Martin, A.J. (2010). *The motivation and engagement scale*. Sydney: Lifelong Achievement Group.
- Martin, A.J. & Dowson, M. (2009). Interpersonal relationships, motivation, engagement and achievement: yields for theory, current issues and educational practice. *Review of Educational Research*, 79, 327-365.

- Martin, A.J., & Marsh, H.W. (2006). Academic resilience and its psychological and educational correlates: a construct validity approach. *Psychology In The Schools*, 43, 267-281.
- Martin, A.J., & Marsh, H.W. (2008). Academic buoyancy: towards an understanding of students' everyday academic resilience. *Journal of School Psychology*, 46, 53-83.
- Martin, A.J., & Marsh, H.W. (2008). Workplace and academic buoyancy: psychometric assessment and construct validity amongst school personnel and students. *Journal of Psychoeducational Assessment*, 26, 168-184.
- Martin, A.J., & Marsh, H.W. (2009). Academic resilience and academic buoyancy: multidimensional and hierarchical conceptual framing of causes, correlates and cognate constructs. *Oxford Review of Education*, 35, 353-370.
- Martin, A.J., Colmar, S.H., Davey, L.A., & Marsh, H.W. (2010). Longitudinal modelling of academic buoyancy and motivation: do the '5cs' hold up over time?. *British Journal of Educational Psychology*, 80, 473-496.
- Martin, A.J., Ginns, P., Brackett, M.A., Malmberg, L.E., & Hall, J. (2013). Academic buoyancy and psychological risk: exploring reciprocal relationships. *Learning and Individual Differences*, 27, 128-133.
- Martin, A.J., Yu, K., Ginns, P., & Papworth, B. (2017). Young people's academic buoyancy and adaptability: a cross-cultural comparison of china with north america and the united kingdom. *An International Journal of Experimental Educational Psychology*, 37, 930-946.
- McDonald, A.S. (2001). The prevalence and effects of test anxiety in school children. *Educational Psychology*, 21, 89-101.
- Miller, S., Connolly, P., & Maguire, L.K. (2013). Wellbeing, academic buoyancy and educational achievement in primary school students. *International Journal of Educational Research*, 62, 239-248.
- Muhid, A. (2019). *Analisis statistik*. Sidoarjo: Zifatma.
- Nevid, J.S., Rathus, A.S., & Greene, B. (2005). *Psikologi abnormal*. Jakarta: Erlangga.
- Notoatmodjo, S. (2012). *Metodologi penelitian kesehatan*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Nurafifah, F., Hartana, G., & Primana, L. (2012). Self efficacy sebagai mediator pada hubungan gaya identitas dengan academic buoyancy. *Psymphathic-Jurnal Ilmiah Psikologi*, 5(1), 452-461.
- Onwuegbuzie, A.J., Bailey, P., & Daley, C.E. (1999). Factors associated with foreign language anxiety. *Applied Psycholinguistics*, 20, 217-239.

- Polit, D.F., & Hungler, B.P. (1999). *Nursing Research: Principles and Methods*. Philadelphia: JB Lippincott Company.
- Priyatno, D. (2009). *Mandiri Belajar SPSS*. Yogyakarta: MediaKom.
- Putwain, D.W., & Daly, A.L. (2013). Do clusters of test anxiety and academic buoyancy differentially predict academic performance?. *Learning and Individual Differences*, 27, 157-162.
- Putwain, D.W., Daly, A.L., Chamberlain, S., & Sadreddini, S. (2015). Academically buoyant students are less anxious about and perform better in high-stakes examinations. *British Journal of Educational Psychology*, 85, 247-263.
- Putwain, D.W., Connors, L., Symes, W., Douglas-Osborn, E. (2012). Is academic buoyancy anything more than adaptive coping?. *Anxiety, Stress and Coping*, 25, 349-358.
- Risaldi. (2019). An analysis the causes of students' anxiety in expressing opinion in the speaking class (a descriptive study at the second semester of english departement muhammadiyah university of makassar). *Skripsi*. Makassar: Universitas Muhammadiyah Makassar.
- Safriani, Y. (2021). Pengaruh psychological capital, academic buoyancy dan academic major satisfaction terhadap academic adjustment pada siswa sma di masa pandemi covid-19. *Skripsi*. Surabaya: Universitas Islam Negeri Sunan Ampel.
- Salimi, O., Asadzadeh, H., Ghotbian, N., Moghadam N.M., & Azizi, Z. (2016). Effectiveness of cooperative learning method on academic buoyancy of male students of second period elementary school in the city of shahriar. *International Journal of Humanities and Cultural Studies*, 833-841.
- Santrock, J.W. (2003). *Adolescence*. Jakarta: Erlangga.
- Sarason, I.G. (1984). Stress, anxiety, and cognitive interference: reactions to tests. *Journal of Personality and Social Psychology*, 46, 929-938.
- Schunk, D.H., & Pajares, F. (2002). The development of academic self-efficacy. *Development of achievement motivation*, 15-31.
- Sebastian, I. (2013). Never be afraid: hubungan antara fear of failure dan prokrastinasi akademik. *Jurnal Ilmiah*, 2(1).
- Sekolah Menengah Atas(2019). Wikipedia [on-line]. Diakses pada tanggal 19 Juni 2019 dari [https://id.wikipedia.org/wiki/Sekolah\\_menengah\\_atas](https://id.wikipedia.org/wiki/Sekolah_menengah_atas).
- Spear, L.P. (2000). The adolescent brain and age related behavioral manifestations. *Neuroscience and Behavioral Reviews*, 24, 417-463.
- Sugiyono. (2013). *Metode penelitian pendidikan (pendekatan kuantitatif, kualitatif dan r&d)*. Bandung: Cv. Alfabeta.

- Sujarweni, W. (2015). *SPSS untuk penelitian*. Pustaka Baru Press.
- Toby, M.P. (2018). Hubungan antara kecemasan akademik dengan penggunaan defense mechanism pada mahasiswa. *Skripsi*. Yogyakarta: Universitas Sanata Dharma.
- Toering, T., Elferink-Gemser, M.T., Jonker, L., van Heuvelen, M.J.G., & Visscher, C. (2012). Measuring self-regulation in a learning context: reliability and validity of the self-regulation of learning self-report scale (SRL-SRS). *International Journal of Sport and Exercise Psychology*, 10, 24-38.
- Walker, B., Cheney, D., Stage, S., Blum, C., & Horner, R.H. (2005). Schoolwide screening and positive behavior supports. *Journal of Positive Behavior Interventions*, 7, 194-204.
- Young, D.J. (1991). Creating a low anxiety classroom environment: what does anxiety research suggest?. *Modern Language Journal*, 75, 426-38.
- Yu, K., & Martin, A.J. (2014). Personal best (pb) and 'classic' achievement goals in the chinese context: their role in predicting academic motivation, engagement and buoyancy. *Educational Psychology*, 34, 635-658.



UIN SUNAN AMPEL  
S U R A B A Y A