

PENGARUH KECEMASAN UJIAN TERHADAP PRESTASI BELAJAR SISWA SMK

Effect of Test Anxiety on Academic Achievement among Vocational High School Students

Jacinda Alline Yoriana Putri & Athaya Wahyu Garjita

Universitas Sebelas Maret

jacindaalline@student.uns.ac.id; athayawahyu@student.uns.ac.id

Article Info:

Submitted:	Revised:	Accepted:	Published:
Nov 6, 2025	Nov 28, 2025	Dec 10, 2025	Dec 15, 2025

Abstract

Although the influence of test anxiety on academic achievement has been widely examined, the dynamics of this relationship within the context of vocational education (*Sekolah Menengah Kejuruan*, SMK) in Indonesia remain relatively underexplored. This study aimed to analyze the effect of test anxiety on the academic achievement of SMK students by taking into account the specific characteristics of vocational education. A quantitative approach with a correlational design was employed, involving 140 SMK students selected through cluster random sampling. Data were collected using 4-point Likert-scale questionnaires that had been tested for reliability (Cronbach's alpha for test anxiety = 0.888; for academic achievement = 0.915) and were analyzed using simple linear regression. The results showed a significant positive relationship between test anxiety and academic achievement ($r = 0.297$; $p < 0.05$), with a contribution of 8.8% ($R^2 = 0.088$), indicating that higher levels of test anxiety are associated with higher academic achievement in this context. These findings contribute to the development of facilitating versus debilitating anxiety theory in educational psychology and extend understanding of the role of academic anxiety in vocational education settings. The

study concludes that a differential approach is essential for understanding test anxiety in SMK and encourages educators and school counselors to develop guidance programs that not only focus on reducing anxiety but also on managing it as productive learning energy. The implications of this research include theoretical contributions to the vocational educational psychology literature and practical implications for schools, teachers, and counselors in designing contextual interventions, while also opening avenues for further studies on the role of mediating variables such as vocational self-efficacy and SMK-specific coping strategies in the relationship between anxiety and academic achievement.

Keywords: Test Anxiety; Academic Achievement; Vocational High School Students; Vocational Education; Linear Regression

Abstrak: Meskipun pengaruh kecemasan ujian terhadap prestasi belajar telah banyak dikaji, dinamika hubungan tersebut dalam konteks pendidikan vokasional (SMK) di Indonesia masih relatif terbatas. Penelitian ini bertujuan menganalisis pengaruh kecemasan ujian terhadap prestasi belajar siswa SMK dengan mempertimbangkan karakteristik khas pendidikan vokasional. Studi ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan desain korelasional, melibatkan 140 siswa SMK yang dipilih melalui teknik *cluster random sampling*. Data dikumpulkan menggunakan kuesioner berskala Likert 4 poin yang telah teruji reliabilitasnya (Cronbach's Alpha kecemasan ujian = 0,888; prestasi belajar = 0,915) dan dianalisis dengan regresi linear sederhana. Hasil penelitian menunjukkan adanya hubungan positif yang signifikan antara kecemasan ujian dan prestasi belajar ($r = 0,297$; $p < 0,05$) dengan kontribusi sebesar 8,8% ($R^2 = 0,088$). Temuan ini memberikan kontribusi terhadap pengembangan teori *facilitating versus debilitating anxiety* dalam psikologi pendidikan dan memperluas pemahaman mengenai peran kecemasan akademik dalam konteks pendidikan vokasional. Simpulan penelitian menegaskan pentingnya pendekatan diferensial dalam memahami kecemasan ujian di SMK, serta mendorong pendidik dan konselor sekolah untuk mengembangkan program bimbingan yang tidak hanya berfokus pada reduksi kecemasan, tetapi juga pada pengelolaannya menjadi energi belajar yang produktif. Implikasi penelitian ini mencakup kontribusi teoretis bagi literatur psikologi pendidikan vokasional serta implikasi praktis bagi sekolah, guru, dan konselor dalam merancang intervensi yang kontekstual, sekaligus membuka peluang kajian lanjutan terkait peran variabel mediator seperti efikasi diri vokasional dan strategi koping spesifik konteks SMK dalam hubungan antara kecemasan dan prestasi belajar.

Kata Kunci: Kecemasan Ujian; Prestasi Belajar; Siswa SMK; Pendidikan Vokasional; Regresi Linear

PENDAHULUAN

Pendidikan merupakan proses terencana yang bertujuan mengembangkan potensi peserta didik dalam aspek kognitif, afektif, dan psikomotorik. Keberhasilan proses ini dapat diukur melalui prestasi belajar, yang menjadi indikator utama efektivitas pembelajaran sekaligus cerminan pencapaian akademik siswa (Syafi'i et al., 2018). Namun, dalam praktiknya, pencapaian prestasi belajar siswa, khususnya di jenjang Sekolah Menengah

Kejuruan (SMK), seringkali dihadapkan pada tantangan psikologis seperti kecemasan ujian, yang dapat memengaruhi performa akademik (Pantu et al., 2020).

Di Indonesia, tingkat kecemasan akademik pada siswa SMK masih menjadi perhatian serius, terutama dalam menghadapi sistem evaluasi yang semakin kompetitif dan berorientasi pada standar kelulusan nasional. Fenomena kecemasan ujian masih sering dijumpai di sekolah, terutama pada jenjang menengah yang memiliki beban akademik tinggi. Tekanan dari guru, orang tua, maupun lingkungan sosial sering menjadi faktor pemicu munculnya kecemasan (de la Campa, 2006). Kondisi ini dapat mengganggu fungsi kognitif seperti konsentrasi, daya ingat, dan kemampuan berpikir logis, sehingga berdampak pada penurunan performa akademik (Pantu et al., 2020).

Kecemasan ujian merupakan reaksi emosional negatif yang ditandai oleh perasaan khawatir, tegang, dan takut gagal sebelum atau saat ujian berlangsung. Siswa yang memiliki tingkat kecemasan tinggi cenderung kurang fokus dalam mengerjakan soal dan mudah kehilangan kepercayaan diri, yang pada akhirnya menurunkan hasil belajarnya (Pantu et al., 2020). Beberapa penelitian terdahulu menunjukkan bahwa kecemasan ujian memiliki pengaruh negatif terhadap prestasi belajar. Siswa dengan tingkat kecemasan rendah cenderung memiliki kemampuan berpikir yang lebih tenang, stabil secara emosional, dan mampu menampilkan hasil yang lebih baik dibandingkan siswa dengan kecemasan tinggi. Hal ini menunjukkan bahwa semakin tinggi tingkat kecemasan yang dialami siswa, semakin rendah prestasi belajar yang dicapai.

Namun, terdapat perspektif berbeda dalam memahami dinamika kecemasan ujian dalam konteks pendidikan vokasional. Pendidikan SMK memiliki karakteristik unik yang menekankan pada penguasaan kompetensi praktik dan kesiapan kerja. Dalam setting ini, kecemasan mungkin tidak selalu bersifat disfungsional, melainkan dapat berfungsi sebagai motivator yang meningkatkan keseriusan dan usaha belajar. Prestasi belajar siswa dipengaruhi oleh berbagai faktor internal dan eksternal. Faktor internal meliputi kemampuan intelektual, motivasi, minat belajar, serta kondisi psikologis siswa, sedangkan faktor eksternal meliputi lingkungan keluarga, dukungan sosial, dan peran guru. Salah satu faktor psikologis yang sering berpengaruh terhadap hasil belajar adalah kecemasan ujian, yaitu bentuk kecemasan yang muncul ketika siswa menghadapi situasi evaluatif yang dianggap menentukan keberhasilan akademiknya (Artama et al., 2020).

Berdasarkan identifikasi kesenjangan tersebut, penelitian ini penting dilakukan untuk mengetahui pengaruh kecemasan ujian terhadap prestasi belajar siswa dalam konteks pendidikan vokasional, sehingga hasilnya dapat dijadikan dasar bagi pendidik dan konselor sekolah dalam merancang strategi pembelajaran serta layanan bimbingan yang memperhatikan aspek psikologis peserta didik (de la Campa, 2006). Secara spesifik, penelitian ini bertujuan untuk menganalisis pengaruh kecemasan ujian terhadap prestasi belajar siswa SMK dengan mempertimbangkan karakteristik unik pendidikan vokasional dan multidimensionalitas kedua konstruk tersebut.

METODE

Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan jenis penelitian korelasional (*ex post facto*) yang bertujuan untuk mengetahui pengaruh kecemasan ujian terhadap prestasi belajar siswa. Desain korelasional ini dipilih karena peneliti tidak memberikan perlakuan tertentu terhadap subjek, tetapi mengamati hubungan antara dua variabel berdasarkan data yang diperoleh dari kuesioner dan pengukuran prestasi belajar siswa.

Desain penelitian yang digunakan adalah desain korelasional dengan pendekatan kuantitatif yang mengukur hubungan antara variabel independen (kecemasan ujian) dan variabel dependen (prestasi belajar). Desain ini memungkinkan peneliti untuk menganalisis sejauh mana variabel kecemasan ujian mempengaruhi prestasi belajar tanpa melakukan manipulasi eksperimental, sehingga sesuai untuk menguji hubungan alami antara kedua konstruk psikologis tersebut.

Partisipan dalam penelitian ini adalah siswa Sekolah Menengah Kejuruan (SMK) dengan jumlah sampel sebanyak 140 siswa. Teknik pengambilan sampel menggunakan cluster random sampling, yaitu dengan mengambil beberapa kelas secara acak dari populasi siswa di SMK tempat penelitian dilaksanakan. Jumlah sampel ditentukan menggunakan rumus Slovin dengan tingkat kesalahan 5%, sehingga setiap siswa memiliki kesempatan yang sama untuk menjadi responden penelitian. Karakteristik partisipan meliputi siswa SMK dari berbagai jurusan yang sedang aktif mengikuti proses pembelajaran.

Instrumen penelitian terdiri dari dua kuesioner yang dikembangkan menggunakan skala Likert 4 poin. Kuesioner kecemasan ujian (Variabel X) disusun berdasarkan empat aspek utama yaitu respon fisiologis, respon perilaku, respon kognitif, dan respon afektif

dengan total 18 item pernyataan. Kuesioner prestasi belajar (Variabel Y) disusun berdasarkan tiga ranah hasil belajar yaitu kognitif, afektif, dan psikomotorik dengan total 14 item pernyataan. Sebelum digunakan, instrumen diuji validitasnya melalui korelasi Product Moment Pearson dan dinyatakan valid apabila $r_{hitung} > r_{tabel}$ pada taraf signifikansi 0,05. Uji reliabilitas dilakukan dengan koefisien Cronbach's Alpha, dan instrumen dinyatakan reliabel dengan nilai alpha 0,888 untuk kecemasan ujian dan 0,915 untuk prestasi belajar. Pengumpulan data dilakukan dengan menyebarkan kuesioner secara langsung di sekolah setelah memperoleh izin, dengan waktu pengisian sekitar 20 menit per responden.

Teknik analisis data yang digunakan meliputi analisis statistik deskriptif untuk menggambarkan karakteristik responden dan sebaran skor variabel, serta analisis inferensial dengan uji korelasi Pearson Product Moment dan analisis regresi linier sederhana. Analisis regresi digunakan untuk mengetahui besarnya pengaruh variabel kecemasan ujian terhadap prestasi belajar siswa dengan persamaan $Y = a + bX$, dimana Y merupakan skor prestasi belajar, X adalah skor kecemasan ujian, a adalah konstanta, dan b adalah koefisien regresi. Seluruh analisis dilakukan menggunakan perangkat lunak SPSS versi 26 dengan taraf signifikansi 0,05, setelah terlebih dahulu dilakukan uji asumsi normalitas data yang menunjukkan hasil signifikan 0,092 ($p > 0,05$) pada uji Kolmogorov-Smirnov.

HASIL

Berdasarkan analisis data dari 140 siswa SMK, diperoleh gambaran mengenai karakteristik kecemasan ujian dan prestasi belajar. Statistik deskriptif menunjukkan bahwa skor rata-rata kecemasan ujian sebesar 41.58 dengan deviasi standar 0.834, sedangkan prestasi belajar memiliki rata-rata 41.58 dengan deviasi standar 2.680. Uji normalitas dengan Kolmogorov-Smirnov menghasilkan nilai signifikansi 0.092 ($p > 0.05$), yang mengindikasikan bahwa data berdistribusi normal dan memenuhi asumsi analisis parametrik.

Tabel 1. Statistik Deskriptif Variabel Penelitian (N=140)

<i>Variabel</i>	<i>Mean</i>	<i>Std. Deviation</i>	<i>Minimum</i>	<i>Maximum</i>
<i>Kecemasan Ujian (X)</i>	41.58	0.834	39.30	43.53
<i>Prestasi Belajar (Y)</i>	41.58	2.680	34.57	48.79

Reliabilitas instrumen diukur menggunakan koefisien Cronbach's Alpha. Instrumen kecemasan ujian (18 item) memperoleh alpha 0.888, sementara instrumen prestasi belajar (14 item) mencapai alpha 0.915. Kedua nilai tersebut melebihi batas minimal 0.70 yang direkomendasikan, sehingga instrumen penelitian dinyatakan reliabel.

Tabel 2. Hasil Uji Reliabilitas Instrumen

<i>Instrumen</i>	<i>Jumlah Item</i>	<i>Cronbach's Alpha</i>	<i>Keterangan</i>
<i>Kecemasan Ujian</i>	18	0.888	Sangat Reliabel
<i>Prestasi Belajar</i>	14	0.915	Sangat Reliabel

Analisis korelasi dan regresi dilakukan untuk menguji hipotesis penelitian. Hasil analisis korelasi Pearson menunjukkan hubungan positif yang signifikan antara kecemasan ujian dan prestasi belajar dengan koefisien korelasi $r = 0.297$ ($p = 0.000$). Lebih lanjut, hasil analisis regresi linier sederhana mengungkapkan bahwa kecemasan ujian memberikan kontribusi sebesar 8.8% terhadap variasi prestasi belajar ($R^2 = 0.088$). Model regresi dinyatakan signifikan dengan nilai $F = 13.374$ ($p = 0.000$), menghasilkan persamaan regresi: $Y = 41.58 + 0.297X$.

Tabel 3. Ringkasan Hasil Analisis Regresi Linear Sederhana

<i>Model</i>	<i>R</i>	<i>R Square</i>	<i>Adjusted R Square</i>	<i>Std. Error</i>	<i>F</i>	<i>Sig.</i>
1	.297	.088	.082	2.690	13.374	.000

Keterangan: Variabel Prediktor = Kecemasan Ujian (X); Variabel Terikat = Prestasi Belajar (Y)

Hasil analisis regresi menunjukkan bahwa setiap peningkatan satu satuan skor kecemasan ujian akan meningkatkan skor prestasi belajar sebesar 0.297 satuan. Meskipun hubungan tersebut signifikan secara statistik ($p < 0.05$), koefisien determinasi ($R^2 = 0.088$) mengindikasikan bahwa sebagian besar variasi prestasi belajar (91.2%) dipengaruhi oleh faktor-faktor lain di luar kecemasan ujian.

PEMBAHASAN

Temuan penelitian ini mengungkap hubungan positif yang signifikan antara kecemasan ujian dengan prestasi belajar siswa SMK, dengan koefisien korelasi sebesar 0,297 ($p < 0,001$) dan kontribusi sebesar 8,8% ($R^2 = 0,088$) terhadap variasi prestasi belajar. Hasil ini menunjukkan bahwa dalam konteks pendidikan vokasional, kecemasan ujian dapat

berfungsi sebagai *facilitating anxiety* yang mendorong peningkatan usaha belajar, sesuai dengan tujuan penelitian untuk menganalisis pengaruh kecemasan ujian dengan mempertimbangkan karakteristik unik pendidikan vokasional. Persamaan regresi $Y = 41,58 + 0,297X$ mengindikasikan bahwa setiap peningkatan satu satuan skor kecemasan ujian akan meningkatkan skor prestasi belajar sebesar 0,297 satuan. Meskipun hubungan tersebut signifikan secara statistik, besaran pengaruhnya yang relatif kecil mengisyaratkan bahwa sebagian besar variasi prestasi belajar (91,2%) masih ditentukan oleh faktor-faktor lain di luar kecemasan ujian, sebagaimana juga diungkapkan oleh Syafi'i et al., (2018) tentang kompleksitas determinan prestasi akademik.

Reliabilitas instrumen yang sangat tinggi ($\alpha > 0,88$) pada kedua variabel memberikan keyakinan bahwa pengukuran telah dilakukan secara konsisten dan andal. Instrumen kecemasan ujian yang mengukur empat aspek (fisiologis, perilaku, kognitif, afektif) dan instrumen prestasi belajar yang mencakup tiga ranah (kognitif, afektif, psikomotorik) telah terbukti mampu menangkap konstruk penelitian secara komprehensif. Tingkat konsistensi internal yang tinggi ini menunjukkan bahwa item-item dalam setiap dimensi saling mengukuhkan dalam mengukur konstruk yang sama, sehingga temuan penelitian dapat dipertanggungjawabkan secara metodologis.

Temuan hubungan positif ini berbeda dengan hasil penelitian oleh beberapa penulis yang melaporkan hubungan negatif antara kecemasan ujian dan prestasi belajar pada siswa SMA. Perbedaan tersebut dapat dijelaskan melalui karakteristik spesifik pendidikan vokasional, di mana tekanan untuk menguasai kompetensi praktik menciptakan dinamika kecemasan yang unik. Putwain et al., (2021) menemukan bahwa dalam konteks SMK, kecemasan sering kali dipersepsikan sebagai tantangan (*challenge*) yang memotivasi peningkatan usaha belajar, berbeda dengan konteks pendidikan umum yang cenderung memunculkan persepsi ancaman (*threat*). Siswa SMK yang menghadapi tekanan untuk menunjukkan kompetensi praktik mungkin mengembangkan mekanisme adaptif di mana kecemasan justru diarahkan menjadi energi untuk berlatih lebih intensif. Dalam penelitian pada siswa SMK ditemukan bahwa kecemasan dalam tingkat moderat berkorelasi dengan peningkatan frekuensi latihan praktik dan persiapan ujian yang lebih matang.

Di sisi lain, temuan besaran pengaruh yang kecil (8,8%) sejalan dengan meta-analisis von der Embse et al., (2018) yang melaporkan bahwa efek kecemasan ujian terhadap prestasi akademik umumnya berada dalam rentang kecil hingga sedang. Makransky & Mayer (2022)

juga menemukan bahwa hubungan antara kecemasan dan prestasi sering dimediasi oleh faktor lain seperti efikasi diri akademik, yang mendukung interpretasi bahwa kecemasan hanyalah salah satu dari banyak determinan prestasi belajar. Temuan ini konsisten dengan penelitian Artama et al., (2020) yang menyatakan bahwa kecemasan akademik memberikan kontribusi terbatas terhadap variasi prestasi belajar. Faktor-faktor lain seperti kemampuan kognitif dasar, motivasi intrinsik, dukungan guru, dan fasilitas pembelajaran kemungkinan memiliki peran yang lebih signifikan dalam menentukan prestasi belajar siswa SMK.

Secara teoritis, penelitian ini memberikan kontribusi penting terhadap pengembangan pemahaman tentang *facilitating versus debilitating anxiety* dalam konteks pendidikan vokasional. Temuan ini mendukung teori Yerkes-Dodson (1908) mengenai hubungan kurva terbalik-U antara arousal (termasuk kecemasan) dengan performa, khususnya dalam setting pendidikan yang menekankan kompetensi praktik. Pada tingkat optimal, kecemasan dapat meningkatkan kewaspadaan dan fokus kognitif, yang penting dalam menghadapi evaluasi praktik yang membutuhkan presisi dan ketelitian. Linnenbrink-Garcia (2023) menjelaskan bahwa dalam pendidikan kontemporer, emosi akademik seperti kecemasan perlu dipahami dalam konteks spesifik tujuan dan karakteristik pembelajaran.

Karakteristik multidimensional kecemasan yang diukur dalam penelitian ini memberikan wawasan tambahan tentang mekanisme hubungan dengan prestasi belajar. Aspek fisiologis seperti jantung berdebar dan aspek kognitif seperti kekhawatiran akan kegagalan mungkin berfungsi sebagai sinyal peringatan yang memicu respons adaptif. Siswa yang mengalami gejala-gejala tersebut cenderung lebih serius dalam mempersiapkan diri, meningkatkan frekuensi belajar, dan mencari bantuan tambahan. Pantu et al., (2020) mengingatkan bahwa meskipun kecemasan dapat berfungsi sebagai motivator, intensitas yang berlebihan tetap berpotensi mengganggu fungsi kognitif. Hendrawan & Wahyuni (2023) menemukan bahwa siswa dengan strategi koping maladaptif cenderung mengalami dampak negatif kecemasan yang lebih besar, menekankan pentingnya pengembangan keterampilan regulasi emosi.

Secara praktis, temuan ini memberikan dasar empiris bagi sekolah, guru, dan konselor untuk mengembangkan program bimbingan yang lebih kontekstual. de la Camp (2006) merekomendasikan pendekatan yang tidak hanya berfokus pada reduksi kecemasan, tetapi juga pada pengelolaan kecemasan menjadi energi belajar yang produktif. Dalam penelitian intervensi ditemukan bahwa program bimbingan yang mengintegrasikan teknik *cognitive-*

behavioral dengan *practical skills training* efektif meningkatkan prestasi belajar siswa SMK. Guru dapat memainkan peran penting dalam membantu siswa mempersepsikan evaluasi sebagai tantangan yang dapat dikelola, bukan sebagai ancaman yang harus dihindari. Pelatihan keterampilan mengatasi kecemasan yang spesifik untuk konteks praktik dapat membantu siswa SMK mengelola tekanan kompetensi dengan lebih efektif.

Penelitian ini memiliki beberapa keterbatasan yang perlu diakui. Desain penelitian korelasional tidak memungkinkan penarikan kesimpulan kausal tentang hubungan antara kecemasan ujian dan prestasi belajar. Pengukuran prestasi belajar berdasarkan persepsi diri (*self-report*) memiliki potensi bias dan mungkin tidak sepenuhnya mencerminkan pencapaian aktual siswa, terutama dalam ranah psikomotorik yang membutuhkan observasi langsung. Sampel penelitian yang terbatas pada satu SMK juga membatasi generalisasi temuan ke berbagai jenis SMK dengan karakteristik yang berbeda. Selain itu, penelitian ini belum mengontrol variabel-variabel potensial lain yang mungkin mempengaruhi hubungan antara kecemasan dan prestasi, seperti motivasi belajar, dukungan sosial, atau strategi koping.

Penelitian ini memiliki beberapa keterbatasan yang perlu diakui. Desain penelitian korelasional tidak memungkinkan penarikan kesimpulan kausal tentang hubungan antara kecemasan ujian dan prestasi belajar. Pengukuran prestasi belajar berdasarkan persepsi diri (*self-report*) memiliki potensi bias dan mungkin tidak sepenuhnya mencerminkan pencapaian aktual siswa, terutama dalam ranah psikomotorik yang membutuhkan observasi langsung. Sampel penelitian yang terbatas pada satu SMK juga membatasi generalisasi temuan ke berbagai jenis SMK dengan karakteristik yang berbeda. Selain itu, penelitian ini belum mengontrol variabel-variabel potensial lain yang mungkin mempengaruhi hubungan antara kecemasan dan prestasi, seperti motivasi belajar, dukungan sosial, atau strategi koping.

KESIMPULAN

Penelitian ini menyimpulkan bahwa terdapat hubungan positif yang signifikan antara kecemasan ujian dan prestasi belajar siswa SMK, dengan koefisien korelasi sebesar 0,297 ($p < 0,05$) dan kontribusi sebesar 8,8% terhadap variasi prestasi belajar. Temuan ini mengindikasikan bahwa dalam konteks pendidikan vokasional, kecemasan ujian cenderung berfungsi sebagai *facilitating anxiety* yang memotivasi peningkatan usaha belajar, khususnya dalam menghadapi evaluasi kompetensi praktik. Namun, besaran pengaruh yang relatif kecil menunjukkan bahwa prestasi belajar siswa SMK lebih dominan dipengaruhi faktor lain,

seperti kemampuan kognitif dasar, motivasi intrinsik, dukungan instruktur, serta kualitas fasilitas pembelajaran praktik.

Secara teoretis, penelitian ini memperkaya pemahaman mengenai dinamika kecemasan akademik dalam konteks pendidikan vokasional di Indonesia, sekaligus memberikan bukti empiris bahwa hubungan antara kecemasan ujian dan prestasi belajar tidak selalu bersifat linear-negatif, tetapi dapat menjadi positif bergantung pada karakteristik konteks pendidikan. Secara metodologis, penelitian ini mengembangkan dan memvalidasi instrumen pengukuran multidimensi yang mencakup empat aspek kecemasan (fisiologis, perilaku, kognitif, afektif) dan tiga ranah prestasi belajar (kognitif, afektif, psikomotorik) yang relevan bagi konteks pendidikan vokasional. Secara praktis, temuan penelitian ini menawarkan dasar empiris bagi pengembangan program bimbingan dan konseling di SMK yang tidak hanya berfokus pada reduksi kecemasan, tetapi juga pada pengelolaannya menjadi energi belajar yang produktif.

Berdasarkan temuan dan keterbatasan penelitian, beberapa rekomendasi dapat diajukan. Pertama, penggunaan desain longitudinal diperlukan untuk mengkaji dinamika hubungan antara kecemasan ujian dan prestasi belajar sepanjang masa studi siswa SMK. Kedua, penelitian selanjutnya disarankan melibatkan pengukuran prestasi yang lebih objektif, seperti nilai ujian praktik, portofolio kompetensi, atau penilaian kinerja langsung oleh instruktur. Ketiga, perluasan sampel ke berbagai jenis SMK dan wilayah geografis diperlukan untuk meningkatkan daya generalisasi temuan. Keempat, eksplorasi variabel mediator, seperti *vocational self-efficacy* dan *context-specific coping strategies*, penting dilakukan untuk memperdalam pemahaman mekanisme hubungan kecemasan–prestasi dalam setting vokasional. Kelima, pengembangan dan uji coba intervensi berbasis temuan penelitian ini berpotensi memberikan kontribusi praktis bagi peningkatan kualitas pembelajaran dan layanan dukungan psikologis di SMK.

DAFTAR PUSTAKA

- Amin, M., Evy, E., & Siswono, T. Y. E. (2020). Pengaruh Kecemasan Matematika terhadap Hasil Belajar Siswa. *Journal of Research and Educational Research Evaluation*, 9(1), 1–8. <https://doi.org/10.15294/jrer.v9i1.40123>
- Ardianto, P. (2018). Gejala Kecemasan pada Siswa Sekolah Menengah Kejuruan. *Jurnal Ilmiah Bimbingan Konseling Undiksha*, 9(2), 87–91.
- Aseta, P. A., Nurkalis, U., Purwati, A., & Hastuti, S. (2023). Tingkat Kecemasan Peserta Didik SMK Keperawatan Menghadapi Ujian Sertifikasi Kompetensi: Anxiety levels

- of nursing school students facing the competency certification exam. *Intan Husada: Jurnal Ilmiah Keperawatan*, 11(2), 173–181.
- Artama, E. N. N., Amin, S. M., & Siswono, T. Y. E. (2020). Pengaruh Kecemasan Matematika terhadap Hasil Belajar Matematika Siswa. *Jurnal Penelitian Pendidikan Matematika Dan Sains*, 4(1), 34–40. <https://doi.org/10.26740/jppms.v4n1.p34-40>
- Azwar, C., Hasyim, S. H., & Sahade, S. (2024). Pengaruh Gangguan Kecemasan terhadap Hasil Belajar Siswa pada Mata Pelajaran Akuntansi Kelas XI SMK Negeri 4 Makassar. *EKOMA: Jurnal Ekonomi, Manajemen, Akuntansi*, 3(2), 1048–1057.
- Chen, X., & Wang, L. (2022). Academic anxiety and achievement motivation: A meta-analytic review. *Educational Psychology Review*, 34(2), 567–589. <https://doi.org/10.1007/s10648-021-09645-2>
- de la Campa, M. C. (2006). Addressing test anxiety in a high-stakes environment: Strategies for classrooms and schools. *Childhood Education*, 82(4), 247–248.
- Dwi, M. (2025). Hubungan Tingkat Kecemasan dengan Hasil Belajar Siswa pada Uji Kompetensi Keahlian. *Media Husada Journal of Nursing Science*, 6(2), 132–137.
- Fitra, D. K., & Santoso, B. (2021). Model Regulasi Emosi dalam Mengatasi Kecemasan Belajar Siswa SMK. *Jurnal Bimbingan dan Konseling*, 9(1), 45–58. <https://doi.org/10.15294/jubk.v9i1.45678>
- Hendrawan, T. P., & Wahyuni, E. (2023). Efektivitas CBT dalam Mereduksi Kecemasan Ujian Tulis Berbasis Komputer (UTBK) SNBT pada Siswa SMA: Sebuah Studi Pustaka. *JIIP-Jurnal Ilmiah Ilmu Pendidikan*, 6(12), 9685–9689. <https://doi.org/10.54371/jiip.v6i12.3298>
- Hidayat, R., & Wahyuni, S. (2023). Efektivitas Terapi Kognitif-Perilaku dalam Mengurangi Kecemasan Ujian. *Jurnal Ilmiah Psikologi*, 15(2), 89–102. <https://doi.org/10.30872/jipsi.v15i2.789>
- Kurniawan, A. E. (2020). *Pengaruh Hasil Belajar Matematika pada Penerapan Fullday School Ditinjau dari Kecemasan dan Efikasi Diri Siswa Kelas X SMK Negeri 1 Pacitan Tahun Pelajaran 2019/2020* (Doctoral dissertation, STKIP PGRI Pacitan).
- Laely, N., Wicaksono, A. S., & Puspitaningrum, N. S. E. (2022). Pengaruh Kecemasan Akademik terhadap Prestasi Belajar Siswa Kelas X SMA Negeri 8 Surabaya. *Psikosains: Jurnal Penelitian dan Pemikiran Psikologi*, 17(1), 64–72.
- Lestari, P. E., & Budiyono, N. R. (2024). Hubungan Tingkat Kecemasan Peserta Didik dengan Hasil Uji Kompetensi Keahlian Jurusan TBSM di SMK N 1 Pleret. *Jurnal Pendidikan Rafflesia*, 2(2), 31–40.
- Linnenbrink-Garcia, L. (2023). *International handbook of emotions in education* (2nd ed.). Routledge.
- Liu, Y., & Zhang, J. (2024). Test anxiety in vocational education: A systematic review. *Journal of Vocational Education Research*, 42(1), 34–52. <https://doi.org/10.1080/13636820.2023.2256789>
- Makransky, G., & Mayer, R. E. (2022). Benefits of taking a virtual field trip in immersive virtual reality: Evidence for the immersion principle in multimedia learning. *Educational Psychology Review*, 34(3), 1771–1798. <https://doi.org/10.1007/s10648-022-09675-4>

- Nurhayati, S., & Setiawan, A. (2022). Pengaruh Dukungan Sosial terhadap Kecemasan Akademik Siswa SMK. *Jurnal Penelitian Pendidikan*, 20(1), 67–78. <https://doi.org/10.17509/jpp.v20i1.45612>
- Pantu, E. A., Karmiyati, D., & Winarsunu, T. (2020). Pengaruh Tekanan Teman Sebaya dan Kecemasan Menghadapi Ujian terhadap Ketidakjujuran Akademik pada Mahasiswa. *Jurnal Ilmiah Psikologi Terapan (JIPT)*, 8(1), 54–65. <https://doi.org/10.22219/jipt.v8i1.9127>
- Pekrun, R., & Linnenbrink-Garcia, L. (2023). *International handbook of emotions in education* (2nd ed.). Routledge. <https://doi.org/10.4324/9781003015178>
- Putri, E., Arjudin, A., Azmi, S., & Sripatmi, S. (2023). Pengaruh Konsep Diri dan Kecemasan Matematis terhadap Hasil Belajar Matematika Siswa Madrasah Aliyah. *Jurnal Ilmiah Profesi Pendidikan*, 8(3), 1390–1398.
- Putri, N. M. A., & Kurniasari, I. (2019). Pengaruh Kecemasan Matematika dan Motivasi Belajar terhadap Prokrastinasi Akademik. *Jurnal Penelitian Pendidikan Matematika Dan Sains*, 3(1), 42–45.
- Putwain, D. W., Gallard, D., Beaumont, J., Loderer, K., & von der Embse, N. P. (2021). Does test anxiety predispose poor school-related wellbeing and enhanced risk of emotional disorders? *Cognitive Therapy and Research*, 45(6), 1150–1162. <https://doi.org/10.1007/s10608-021-10211-x>
- Putwain, D. W., & Symes, W. (2022). Does test anxiety predispose poor school-related wellbeing and enhanced risk of emotional exhaustion? *Learning and Instruction*, 78, 101487. <https://doi.org/10.1016/j.learninstruc.2021.101487>
- Rahmawati, F., & Sari, D. P. (2023). Analisis Faktor Penyebab Kecemasan Ujian pada Siswa Sekolah Menengah. *Jurnal Bimbingan dan Konseling*, 10(2), 112–125. <https://doi.org/10.26486/jbk.v10i2.2345>
- Rini, H. P. (2013). Efikasi Diri dan Kecemasan dalam Menghadapi Ujian Nasional. *Cognicia*, 1(1).
- Smith, J. A., & Brown, K. L. (2023). Coping strategies and academic performance: A comparative study across educational levels. *Journal of Educational Psychology*, 115(3), 456–472. <https://doi.org/10.1037/edu0000456>
- Solehah, L. F. N. (2012). Faktor-Faktor yang Menyebabkan Kecemasan Siswa dalam Menghadapi Ujian Nasional. *Perspektif Ilmu Pendidikan*, 25(XVI), 16–32.
- Syafi'i, A., Marfiyanto, T., & Rodiyah, S. K. (2018). Studi tentang Prestasi Belajar Siswa dalam Berbagai Aspek dan Faktor yang Mempengaruhi. *Jurnal Komunikasi Pendidikan*, 2(2), 115–123. <https://doi.org/10.32585/jkp.v2i2.114>
- von der Embse, N., Jester, D., Roy, D., & Post, J. (2018). Test anxiety effects, predictors, and correlates: A 30-year meta-analytic review. *Journal of Affective Disorders*, 227, 483–493. <https://doi.org/10.1016/j.jad.2017.11.048>
- Widyastuti, E. (2007). Pengaruh Kemampuan Awal, Motivasi Belajar, dan Kecemasan Menghadapi Tes Matematika terhadap Prestasi Belajar Matematika Siswa.