

BAB II KERANGKA TEORI

A. Kajian Pustaka

1. Kecemasan

a. Pengertian Kecemasan

Kecemasan merupakan suatu keadaan atau kondisi emosi yang tidak menyenangkan, dan merupakan pengalaman yang samar-samar disertai dengan perasaan yang tidak berdaya dan tidak menentu.¹

“Menurut Freud (ahli psikoanalisis) yang menyatakan bahwa kecemasan adalah suatu keadaan perasaan, dimana individu merasa lemah sehingga tidak berani dan mampu untuk bersikap dan bertindak secara dengan yang seharusnya”.²

Sedangkan menurut Atkinso menyebutkan :

Kecemasan merupakan emosi yang tidak menyenangkan yang ditandai dengan gejala seperti kekhawatiran dan perasaan takut.³ Segala bentuk situasi yang mengancam kesejahteraan organisme dapat menimbulkan kecemasan, konflik merupakan salah satu sumber munculnya rasa cemas. Adanya ancaman fisik, ancaman terhadap harga diri, serta perasaan tertekan untuk melakukan sesuatu di luar kemampuan juga menumbuhkan kecemasan.

Berdasarkan beberapa uraian diatas, dapat disimpulkan bahwa kecemasan siswa dalam menghadapi pelajaran adalah keadaan emosi siswa yang tidak menyenangkan, yang dicirikan dengan kegelisahan, ketidakenakan, kekhawatiran, ketakutan yang tidak mendasar bahwa akan terjadi hal-hal yang tidak diinginkan ketika siswa menghadapi pelajaran.

b. Tanda-tanda Kecemasan

Calhoun dan Acocella mengemukakan aspek-aspek kecemasan yang dikemukakan dalam tiga reaksi, yaitu sebagai berikut :

- 1) Reaksi emosional, yaitu komponen kecemasan yang berkaitan dengan persepsi individu terhadap pengaruh

¹ Hartono dan Soedarmadji, *Psikologi Konseling*, (Jakarta: Kencana, 2012), 84.

² Sutardjo A Wiramirhadja, *Pengantar Psikologi Abnormal*, (Bandung: PT Refika Aditama, 2014), hlm. 67

³ Triantoro dan Nofrans Saputra, *Managemen Emosi*, (Jakarta: PT Bumi Aksara, 2013), hlm. 49.

psikologis dari kecemasan, seperti perasaan keprihatinan, ketegangan, sedih, mencela diri sendiri atau orang lain.

- 2) Reaksi kognitif, yaitu ketakutan dan kekhawatiran yang berpengaruh terhadap kemampuan berfikir jernih sehingga mengganggu dalam memecahkan masalah dan mengatasi tuntutan lingkungan sekitarnya.
- 3) Reaksi fisiologis, yaitu reaksi yang ditampilkan oleh tubuh terhadap sumber ketakutan dan kekhawatiran, reaksi ini berkaitan dengan sistem syaraf yang mengendalikan berbagai otot dan kelenjar tubuh sehingga timbul reaksi dalam bentuk jantung berdetak lebih keras, nafas bergerak lebih cepat, tekanan darah meningkat.⁴

Berdasarkan uraian tanda-tanda kecemasan diatas dapat disimpulkan bahwa kecemasan menyebar kesegnap aspek kepribadian individu. Hal ini berkaitan dengan tanda fisiologis, kognitif, dan emosional. Reaksi emosional yaitu kemampuan mengungkapkan perasaan, kesadaran serta pemahaman tentang emosi dan kemampuan untuk mengatur dan mengendalikannya, reaksi kognitif yaitu proses atau upaya untuk mengoptimalkan kemampuan aspek rasional yang dimiliki oleh orang lain seperti gangguan perhatian, kesadaran diri yang berlebihan dan khawatir berlebihan, sedangkan reaksi fisiologis yaitu reaksi yang ditampilkan oleh tubuh seperti perilaku, gelisah, gugup, bicara cepat dan tidak ada koordinasi.

Masing-masing tanda tersebut ketika individu mengalami kecemasan saat mengemukakan pendapat tidak dapat berbicara dengan lancar, tetapi masing-masing tanda saling berhubungan. Individu yang mengalami kecemasan mengemukakan pendapat akan mengalami tanda pada emosionalnya, tanda pada emosionalnya akan mempengaruhi perilaku, fisiologis dan kognitifnya sehingga semua tanda tersebut saling timbal baliksatu dengan yang lainnya.

c. Bentuk-bentuk Kecemasan

Kecemasan dapat dibedakan menjadi beberapa jenis. Menurut Gilmer, kecemasan dibedakan menjadi dua, yaitu kecemasan normal dan kecemasan abnormal. Adapun

⁴ Triantoro dan Nofrans Saputra, *Managemen Emosi*, (Jakarta: PT Bumi Aksara, 2012), hlm. 55

Lazarus dan Spielberger yang dikutip Kendall juga membedakan kecemasan menjadi dua, yaitu : *state anxiety* dan *trait anxiety*. Keempat jenis kecemasan ini sebagai berikut :

1) Kecemasan Normal

Kecemasan normal adalah suatu kecemasan yang derajatnya masih ringan, dan merupakan suatu reaksi yang dapat mendorong kondisi untuk bertindak, seperti ; berkeringat, gemetar, berbicara terbata-bata, kurang percaya diri, dan juga dapat melakukan mekanisme pertahanan ego, contoh : memberikan suatu alasan yang rasional atas kegagalan yang dialami.

2) Kecemasan Abnormal

Kecemasan abnormal adalah suatu kecemasan yang sudah kronis, adanya kecemasan tersebut dapat menimbulkan perasaan dan tingkah laku yang tidak efisien, misalnya mahasiswa yang mengulang ujian, karena ujian pertama belum lulus.

3) Kecemasan *State Anxiety*

Suatu kecemasan disebut *state anxiety* bila gejala kecemasan yang timbul dianggap sebagai satu situasi yang mengancam individu. Misalnya, konseli merasa terancam atas kemungkinan kegagalan yang pernah dialaminya pada tahun yang lalu.

4) Kecemasan *Trait Anxiety*

Trait Anxiety merupakan kecemasan sebagai keadaan yang menetap pada individu. Kecemasan ini berhubungan dengan kepribadian individu yang mengalaminya.⁵

Jadi dapat disimpulkan bahwa kecemasan normal yaitu kecemasan terhadap individu yang masih menyadari konflik-konflik dalam diri yang menyebabkan cemas, serta kecemasan abnormal yaitu kecemasan yang sudah kronis yang bertindak secara menyimpang. Sedangkan *state anxiety* adalah kondisi emosional yang tidak menyenangkan karena persepsi individu saat mengalami situasi yang dirasa mengancam dan *trait anxiety* yang lebih mengarah kepada disposisi kepribadian yang dimiliki oleh individu secara

⁵ Hartono dan Soedarmadji, *Psikologi Konseling*, (Jakarta: Kencana, 2012), hlm. 85.

umum dalam mempersepsikan lingkungan disekitarnya sebagai suatu hal yang mengancam.

d. Aspek-aspek yang Mempengaruhi Kecemasan

Aspek-aspek yang mempengaruhi kecemasan dapat berupa pengetahuan yang telah dimiliki subjek tentang situasi yang sedang dirasakan, apakah sebenarnya mengancam atau tidak mengancam, serta pengetahuan tentang kemampuan dirinya untuk mengendalikan dirinya (termasuk keadaan emosi maupun fokus ke permasalahannya) dalam menghadapi situasi tersebut.

Bandura (Blackburn dan Davidson) menjelaskan hal-hal yang berpengaruh dalam meredakan kecemasan antara lain sebagai berikut :

- 1) *Self efficacy* adalah sebagai suatu perkiraan individu terhadap kemampuannya sendiri dalam mengatasi situasi.
- 2) *Outcome expectancy* memiliki pengertian sebagai perkiraan individu terhadap kemungkinan terjadinya akibat-akibat tertentu yang mungkin berpengaruh dalam menekan kecemasan.⁶

Berdasarkan penjelasan diatas, dapat disimpulkan bahwa perilaku dan pribadi saling berkaitan. Individu dalam melakukan aktivitas atau pekerjaan tidak semata-mata didorong oleh kekuatan yang berasal dalam diri, tetapi juga didorong oleh faktor eksternal melalui serangkaian proses pemikiran kedepan, observasi, pengaturan diri, sampai pada refleksi diri.

e. Faktor-faktor Yang Mempengaruhi Kecemasan

Adapun beberapa faktor yang mempengaruhi kecemasan siswa, sebagai berikut:

1) Faktor Kepribadian

Kepribadian adalah karakteristik psikologis seseorang yang menentukan dan merefleksikan bagaimana seseorang merespon lingkungannya. Berdasarkan definisi ini maka nampak bahwa yang ditekankan adalah karakter internal termasuk didalamnya berbagai atribut, sifat, tindakan yang membedakannya dengan orang lain.

⁶ Hartono dan Soedarmadji, *Psikologi Konseling*, (Jakarta: Kencana, 2012), hlm.

2) Faktor Intelektual

Intelektual adalah faktor yang berkontribusi kuat, ketidakmampuan dalam memahami konsep IPS, ketidak tetapan dalam gaya belajar dan keraguan diri akan kemampuan. Berdasarkan dengan kemampuan intelektual seseorang akan dapat mengikuti proses belajar mengajar dengan baik.

3) Faktor Lingkungan

Faktor tersebut sangat bergantung kepada dua macam. Hal pertama adalah orang tua, dimana harapan dan tekanan persepsi orang tua yang sangat kuat. Kedua adalah pengalaman negatif dengan kelas, seperti buku teks yang tidak bermutu dan guru IPS yang kurang kompeten.⁷

f. Strategi-strategi Mengurangi Kecemasan

1) Menciptakan suasana belajar santai dan menyenangkan

Hal yang tidak kalah penting adalah bagaimana menciptakan suasana belajar yang santai dan menyenangkan, namun siswa tetap mampu fokus dalam proses pembelajaran.

2) Menggunakan psikoterapi jenis suportif

Supportif merupakan bentuk jenis pembelajaran siswa yang sangat sederhana dan tidak mengikuti masa silam maupun alam tidak sadar dari siswa. Dalam pembelajaran, guru berusaha untuk ikut mencari jalan keluar yang logis sesuai dengan kemampuan siswa dalam mengenal gangguan yang dihadapi, mekanisme pertahanan yang lebih baik dalam menghadapi masalah.

3) Menggunakan psikoterapi jenis perilaku

Teori ini merupakan landasan utama pada teori belajar, perilaku yang aneh pada seseorang sebenarnya merupakan akibat yang tidak dikehendaki oleh orang tersebut tetapi merupakan hasil dari cara belajar menghadapi situasi tertentu yang cenderung keliru. Tingkat keberhasilan cukup tinggi dengan menggunakan terapi.

4) Mengembangkan “Sense Of Humor”

Selama kegiatan selingan melalui berbagai atraksi “game” atau “ice break” tertentu, terutama

⁷ Hartono dan Soedarmadji, *Psikologi konseling*, (Jakarta: Kencana, 2012), hlm.

dilakukan pada saat suasana kelas sedang tidak kondusif. Dalam hal ini, keterampilan guru dalam mengembangkan dinamika kelompok tampaknya sangat diperlukan.

5) Menggunakan pendekatan humanistik

Menggunakan pendekatan humanistik dalam pengelolaan kelas, dimana siswa dapat mengembangkan pola hubungan yang akrab, ramah, toleran, penuh kecintaan, dan penghargaan, baik dengan guru maupun dengan sesama siswa. Sedapat mungkin guru menghindari penggunaan reinforcement negatif (hukuman) jika terjadi tindakan indisipliner pada siswanya.

6) Mengoptimalkan layanan bimbingan konseling di sekolah

Pelayanan bimbingan dan konseling dapat dijadikan sebagai kekuatan inti di sekolah guna mencegah dan mengatasi kecemasan siswa. Dalam hal ini, ketersediaan konselor profesional di sekolah tampaknya menjadi mutlak adanya.⁸

2. Belajar dan Pembelajaran IPS

a. Pengertian Belajar

Belajar adalah kegiatan yang berproses dan merupakan unsur yang sangat fundamental dalam penyelenggaraan setiap jenis dan jenjang pendidikan.⁹ “Menurut pengertian secara psikologis, belajar merupakan suatu proses perubahan yaitu perubahan tingkah laku sebagai hasil dari interaksi dengan lingkungannya dalam memenuhi kebutuhan hidupnya. Perubahan-perubahan tersebut akan nyata pada seluruh aspek tingkah laku.¹⁰ Skinner menyatakan, bahwa belajar adalah sebagai suatu proses adaptasi atau penyesuaian tingkah laku yang berlangsung secara progresif.”¹¹

Sedangkan menurut M. Sobry Sutikno menyatakan :

“Belajar adalah suatu proses usaha yang dilakukan oleh seseorang untuk memperoleh suatu perubahan yang baru

⁸ Hartono dan Soedarmadji, *Psikologi Konseling*, (Jakarta: Kencana, 2012), hlm. 94-96

⁹ Citriadin Yudin, *Belajar dan Pembelajaran*, (Mataram: 2015), hlm. 1

¹⁰ Daryanto, *Belajar dan Mengajar*, (Bandung: CV Yrama Widya, 2013), hlm. 2.

¹¹ *Ibid.*, hlm. 2.

sebagai hasil pengalamannya sendiri dalam interaksi dengan lingkungannya.”¹²

Berdasarkan beberapa definisi diatas dapat disimpulkan bahwa pengertian belajar adalah suatu proses usaha yang dilakukan oleh seseorang untuk memperoleh suatu perubahan yang baru sebagai hasil pengalamannya sendiri dalam interaksi dengan lingkungannya. Seseorang dikatakan telah belajar apabila dalam interaksi tersebut seseorang mengalami perubahan tingkah laku baik dari segi pengetahuan, sikap maupun keterampilannya.

b. Ciri-ciri Belajar

Hakikat belajar adalah perubahan tingkah laku, maka ada beberapa perubahan tertentu yang dimasukkan kedalam ciri-ciri belajar :

1) Perubahan yang terjadi secara sadar

Ini berarti individu yang belajar akan menyadari terjadinya perubahan itu atau sekurang-kurangnya individu merasakan telah terjadinya suatu perubahan dalam dirinya. Jadi, perubahan tingkah laku individu terjadi karena mabuk atau dalam keadaan tidak sadar, tidak termasuk kategori perubahan dalam arti belajar. Karena individu yang bersangkutan tidak menyadari akan perubahan itu.

2) Perubahan dalam belajar bersifat fungsional

Perubahan yang terjadi dalam diri individu berlangsung terus menerus dan tidak statis, suatu perubahan yang terjadi akan menyebabkan perubahan berikutnya dan akan berguna bagi kehidupan ataupun proses belajar berikutnya. Perubahan itu berlangsung terus menerus hingga kecakapan menulisnya menjadi lebih baik dan sempurna. Ia dapat menulis dengan kapur, dan sebagainya. disamping itu, dengan kecakapan lain. Misalnya, terjadi perubahan dari tidak bisa menulis menjadi bisa menulis. Hal ini akan berlangsung hingga ia dapat menulis indah di pulpen.

3) Perubahan dalam belajar bersifat positif dan aktif

Di dalam perbuatan belajar, perubahan-perubahan itu selalu bertambah dan tertuju untuk memperoleh suatu yang lebih baik dari sebelumnya.

¹² Pupuh Fathurrohman dan M. Sobry Sutikno, *Strategi Belajar mengajar*, (Bandung: PT Refika Aditama, 2014), hlm. 4.

Dengan demikian, makin banyak usaha belajar itu dilakukan, makin banyak dan makin baik perubahan yang diperoleh. Perubahan yang bersifat aktif artinya bahwa perubahan itu tidak terjadi dengan sendirinya, melainkan karena usaha individu sendiri. Misalnya, perubahan tingkah laku merupakan proses kematangan yang terjadi dengan sendirinya karena dorongan dari dalam, tidak termasuk perubahan dalam pengertian belajar.

- 4) Perubahan dalam belajar bukan bersifat sementara
 Perubahan yang bersifat sementara (temporer) yang terjadi untuk beberapa saat ini saja, seperti berkeringat, keluar air mata, menangis, dan sebagainya tidak dapat digolongkan sebagai perubahan dalam pengertian belajar. Perubahan yang terjadi karena proses belajar bersifat menetap atau permanen. Ini berarti bahwa tingkah laku yang terjadi setelah belajar akan bersifat menetap. — Misalnya, kecakapan seseorang dalam memainkan gitar, setelah belajar bermain gitar.
- 5) Perubahan dalam belajar bertujuan atau terarah
 Ini berarti bahwa perubahan tingkah laku itu terjadi karena adanya tujuan yang akan dicapai. Perubahan belajar terarah pada perubahan tingkah laku yang benar-benar disadari. Dengan demikian, perbuatan belajar yang dilakukan senantiasa terarah pada tingkah laku yang telah ditetapkan.
- 6) Perubahan mencakup seluruh aspek tingkah laku
 Perubahan yang diperoleh individu setelah melalui suatu proses belajar meliputi perubahan keseluruhan tingkah laku. Jika seorang belajar sesuatu, sebagai hasilnya ia akan mengalami perubahan tingkah laku secara menyeluruh dalam sikap kebiasaan, keterampilan, pengetahuan, dan sebagainya. Jadi, aspek perubahan yang satu berhubungan erat dengan aspek lainnya.¹³

c. Faktor-faktor yang Mempengaruhi Belajar

1) Faktor Internal

Faktor fisiologis, secara umum kondisi fisiologis, seperti kesehatan yang prima, tidak dalam

keadaan yang lelah dan capek, tidak dalam keadaan cacat jasmani dan sebagainya. Hal tersebut dapat mempengaruhi peserta didik dalam menerima materi pelajaran. Dan faktor psikologis, setiap individu dalam hal ini peserta didik pada dasarnya memiliki kondisi psikologis yang berbeda-beda, faktor psikologis meliputi intelegensi (IQ), perhatian, minat, bakat, motif, motivasi, kognitif dan daya nalar peserta didik. Demikian halnya dengan faktor internal apabila mengalami kecemasan, misalnya mengalami gangguan pikiran, ini dapat mengganggu dan mengurangi semangat belajar.

2) Faktor eksternal

Faktor lingkungan, faktor lingkungan dapat mempengaruhi hasil belajar. Faktor lingkungan ini meliputi lingkungan fisik dan lingkungan sosial. Dan ada faktor instrumental, faktor instrumental adalah faktor yang direncanakan. Faktor instrumental ini berupa kurikulum, sarana dan guru. Apabila mengalami kecemasan yang berlebihan maka dapat kita lihat dari faktor eksternal tersebut.¹⁴

d. Pembelajaran IPS

1) Hakikat Pembelajaran IPS

Pembelajaran IPS pada hakikatnya adalah belajar luas tentang manusia dan dunianya. Pembelajaran IPS menggambarkan kekomplekan masyarakat dan tuntunan perkembangan masyarakat yang mendunia.¹⁵ Pembelajaran IPS lahir untuk membekali siswa di dalam menghadapi dan menangani kompleksitas kehidupan di masyarakat yang sering kali berkembang secara tidak terduga untuk mampu memadukan informasi dari ilmu-ilmu sosial.

Ilmu pengetahuan sosial juga membahas hubungan antara manusia dan lingkungan. Lingkungan masyarakat dimana anak didik tumbuh dan berkembang sebagai bagian dari masyarakat dihadapkan pada berbagai permasalahan yang ada dan terjadi di

¹⁴ Afif, “*Hasil Belajar dan Materi Ajar*”, dalam <http://pendidikan-biolog.blogspot.kr/>, diakses tanggal 27 September 2021, pukul 16:16.

¹⁵ Slamote, *Belajar dan Faktor-faktor yang Mempengaruhinya*, (Jakarta: Rhineka Cipta, 2012), hlm. 54.

lingkungan sekitarnya.¹⁶ Pendidikan IPS membantu siswa memecahkan permasalahan yang dihadapi sehingga akan menjadikannya mengerti dan memahami lingkungan masyarakat. Dengan demikian, pembelajaran IPS dapat membangkitkan kesadaran bahwa mereka (siswa) akan berhadapan dengan kehidupan penuh tantangan. Dapatlah dikatakan bahwa pembelajaran IPS mendorong kepekaan siswa terhadap hidup dan kehidupan sosial. Jadi, pembelajaran IPS adalah aspek praktis yang mempelajari, menelaah, mengkaji gejala, dan masalah sosial masyarakat.

2) Tujuan Pembelajaran IPS

Tujuan pembelajaran ilmu sosial adalah mengembangkan potensi peserta didik agar peka terhadap masalah sosial yang terjadi di masyarakat, memiliki sifat mental positif terhadap perbaikan segala ketimpangan yang terjadi, dan terampil mengatasi setiap masalah yang terjadi sehari-hari, baik yang menimpa dirinya sendiri maupun yang menimpa masyarakat.

Awan Muttaqi, menyatakan bahwa tujuan pembelajaran IPS adalah sebagai berikut :

- a) Memiliki kesadaran dan kepedulian terhadap masyarakat atau lingkungannya, melalui pemahaman terhadap nilai-nilai sejarah dan kebudayaan masyarakat.
- b) Mengetahui dan memahami konsep dasar dan mampu menggunakan metode yang diadaptasi dari ilmu-ilmu sosial yang kemudian dapat digunakan untuk memecahkan masalah-masalah sosial.
- c) Mampu menggunakan model-model dan proses berfikir serta membuat keputusan untuk menyelesaikan isu dan masalah yang berkembang di masyarakat.
- d) Menaruh perhatian terhadap isu-isu dan masalah-masalah sosial, serta mampu membuat analisis yang kritis, selanjutnya mampu mengambil tindakan yang tepat.
- e) Mampu mengembangkan berbagai potensi sehingga mampu membangun diri sendiri agar survive yang

¹⁶ Trianto, *Model Pembelajaran Terpadu*, (Jakarta: PT Bumi Aksara, 2012), hlm. 173.

kemudian bertanggung jawab membangun masyarakat.

- f) Memotivasi seseorang untuk bertindak berdasarkan moral.
- g) Fasilitator didalam suatu lingkungan yang terbuka dan tidak bersifat menghakimi.
- h) Mempersiapkan siswa menjadi warga Negara yang baik dalam kehidupannya “*to prepare students to be weel functioning citizens in a democratic society*” dan mengembangkan kemampuan siswa menggunakan penalaran dalam mengambil keputusan pada setiap persoalan yang diberikan.
- i) Menekankan perasaan, emosi, dan derajat penerimaan atau penolakan siswa terhadap materi pembelajaran IPS yang diberikan.¹⁷

Berdasarkan uraian diatas, tujuan pembelajaran adalah suatu pernyataan yang spesifik yang dinyatakan dalam perilaku atau penampilan yang diwujudkan dalam bentuk tulisan untuk menggambarkan hasil belajar yang diharapkan dan diperoleh seseorang setelah melakukan atau menyelesaikan kegiatan belajar.

B. Penelitian Terdahulu

Pada penelitian ini digunakan beberapa penelitian terdahulu yang sangat bermanfaat sebagai rujukan ilmiah, penelitian tersebut ada kaitan eratnya dengan penelitian yang saya lakukan saat sekarang ini.

1. Febriantika Praskara tahun 2015, dengan judul skripsi “Efektifitas Konseling Kelompok Untuk Mengurangi Kecemasan Bertanya di dalam Kelas Siswa Kelas X-TKR SMK Al-Kautsar Srengat Blitar”.¹⁸ Penelitian ini membahas tentang kecemasan bertanya dalam kelas siswa SMK Al-Kautsar Srengat Blitar. Adapun masalah dalam penelitian ini adalah apa saja faktor penyebab kecemasan pada siswa dan bagaimana cara untuk mengatasi kecemasan pada siswa. Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis dan mendiskripsikan perubahan yang terjadi serta menyimpulkan penelitian ini adalah konseling kelompok efektif untuk mengurangi kecemasan bertanya siswa didalam kelas.

¹⁷ *Ibid.*, hlm. 177

¹⁸ Febriantika Welda Praskara, “Efektifitas konseling kelompok untuk mengurangi kecemasan bertanya didalam kelas siswa kelas X-TKR SMK Al-Kautsar Srengat Blitar tahun pelajaran 2015/2016”. Diakses 27 September 2021.

Penelitian ini menggunakan pendekatan penelitian deskriptif kualitatif dengan menggunakan SSD (*Single Subject Design*). Dan peneliti sekarang berfokus pada bagaimana strategi mengurangi kecemasan siswa dalam mengemukakan pendapat pada mata pelajaran IPS di MTs Al-Hikmah Wandan Kemiri Grobogan. Peneliti terdahulu dan peneliti sekarang sama-sama membahas tentang mengurangi kecemasan dan sama-sama menggunakan metode kualitatif deskriptif dan yang membedakan peneliti terdahulu dengan peneliti sekarang adalah peneliti terdahulu menggunakan konseling kelompok sedangkan peneliti sekarang menggunakan strategi belajar mengajar. Dari hasil penelitian ini menunjukkan bahwa faktor-faktor yang menyebabkan kecemasan pada siswa SMK Al-Kautsar ada dua faktor yaitu faktor internak dan eksternal.

2. Khulaton Muansah tahun 2015, dengan judul skripsi “Upaya Meningkatkan Keberanian Berpendapat Siswa Kelas V Pada Mata Pelajaran IPS Melalui Model Pembelajaran Aktif *The Learning Cells* di SDN Margomulyo 1 Seyegan Sleman.”¹⁹ Penelitian ini membahas tentang kecemasan yang dirasakan siswa kelas V di SDN 1 Seyegan Sleman dan bagaimana upaya meningkatkan keberanian berpendapat melalui model pembelajaran aktif *The Learning Cells*. Masalah dalam penelitian ini adalah bagaimana kondisi kecemasan siswa dan bagaimana upaya guru untuk meningkatkan keberanian berpendapat melalui model pembelajaran aktif *The Learning Cells*. Tujuan penelitian ini adalah untuk meningkatkan keberanian berpendapat siswa pada mata pelajaran IPS melalui model pembelajaran aktif *The Learning Cells* di SDN Margomulyo 1 Seyegan Sleman, penelitian ini merupakan penelitian tindakan kelas (PTK) dengan desain penelitian yang terdiri dari dua siklus dan tiap siklus terdiri dari 4 tahap yaitu perencanaan, tindakan, observasi, dan reflex. Penelitian terdahulu ini dengan penelitian sekarang mempunyai persamaan dan perbedaan, dimana persamaannya terdapat pada penelitian sekarang ini yaitu sama-sama mengemukakan pendapat siswa dan yang membedakan penelitian terdahulu ini dengan penelitian sekarang yaitu penelitian terdahulu menggunakan penelitian

¹⁹ Khulaton Muansah tahun 2015, “Upaya meningkatkan keberanian berpendapat siswa kelas V pada mata pelajaran IPS melalui model pembelajaran aktif *The Learning Cells* di SDN 1 Margomulyo Seyegan Sleman tahun pelajaran 2015/2016”. Diakses 27 September 2021

tindakan kelas (PTK) sedangkan penelitian sekarang menggunakan kualitatif deskriptif. Dari hasil penelitian ini guru akan memperoleh bagaimana cara mengatasi kecemasan siswa dengan model pembelajaran aktif *The Learning Cells*.

3. Demu Wira Berutu, tahun 2017 dengan judul skripsi “Mengelola Kecemasan Siswa Dalam Pembelajaran Matematika di MTs Islamiyah Medan”.²⁰ Penelitian ini membahas tentang cara mengelola kecemasan siswa dalam pembelajaran Matematika di MTs Islamiyah Medan. Masalah dalam penelitian ini adalah kondisi kecemasan siswa akibat pelajaran Matematika yang notabenehnya pelajaran yang paling ditakuti oleh siswa. Penelitian ini bertujuan mengelola kecemasan siswa dan untuk mengetahui seberapa cemasakah siswa dalam mengikuti pembelajaran Matematika. Penelitian tersebut dengan penelitian yang akan dilakukan memiliki persamaan dan perbedaan. Persamaan yang terdapat pada penelitian ini yaitu, sama-sama menggunakan penelitian kualitatif. Serta perbedaan dalam penelitian ini adalah penelitian tersebut dalam pembelajaran Matematika sedangkan penelitian ini menggunakan pembelajaran IPS. Dari hasil penelitian tersebut guru akan memperoleh bagaimana cara mengelola kecemasan siswa saat mengikuti pembelajaran Matematika di MTs Islamiyah Medan.

Tabel 2.1 Penelitian Terdahulu

Nama	Judul	Metode Analisis	Hasil
Febriantika Praskara (2015)	Efektifitas konseling kelompok untuk mengurangi kecemasan bertanya di dalam kelas siswa kelas X-TKR SMK Al-Kautsar Srengat Blitar	Metode penelitian kualitatif dengan pendekatan SSD (<i>single subject design</i>)	Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa faktor-faktor yang menyebabkan kecemasan pada siswa SMK Al-Kautsar ada dua faktor yaitu faktor internak dan eksternal.
Khulatur Muansah	Upaya meningkatkan	Metode penelitian	Hasil penelitian ini guru akan

²⁰ Demu Wira Berutu, 2017, dengan judul skripsi “*Mengelola Kecemasan Siswa Dalam Pembelajaran Matematika di MTs Islamiyah Medan*”. Diakses pada 27 September 2021.

(2015)	keberanian berpendapat siswa kelas V pada mata pelajaran IPS melalui model pembelajaran aktif <i>the learning cells</i> di SDN Margomulyo 1 Seyegan Sleman	kualitatif dengan penelitian tindakan kelas (PTK)	memperoleh bagaimana cara mengatasi kecemasan siswa dengan model pembelajaran aktif <i>The Learning Cells</i> .
Demu Wira Berutu (2017)	Mengelola kecemasan siswa dalam pembelajaran Matematika di MTs Islamiyah Medan	Metode penelitian kualitatif	Hasil penelitian tersebut guru akan memperoleh bagaimana cara mengelola kecemasan siswa saat mengikuti pembelajaran Matematika di MTs Islamiyah Medan.

Tabel 2.2 Perbandingan Penelitian Terdahulu dan Penelitian Sekarang

Peneliti Terdahulu	Peneliti Sekarang
Febriantika Praskara (2015) meneliti tentang Efektifitas Konseling Kelompok Untuk Mengurangi Kecemasan Bertanya di sekolah kejuruan (SMK)	Sofi Maulana (2022) meneliti tentang strategi mengurangi kecemasan siswa dalam mengemukakan pendapat di Madrasah Tsanawiyah (MTs)
Khulaton Muansah (2015) meneliti tentang Upaya Meningkatkan Keberanian Berpendapat Siswa Pada Mata Pelajaran IPS Melalui Model Pembelajaran Aktif <i>The Learning Cells</i> di sekolah dasar (SD)	Sofi Maulana (2022) yang diteliti adalah bentuk-bentuk kecemasan, faktor penyebab kecemasan dan strategi mengurangi kecemasan pada siswa di Madrasah tsanawiyah (MTs)
Demu Wira Berutu (2017) meneliti tentang Mengelola Kecemasan Siswa Dalam Pembelajaran Matematika di Madrasah Tsanawiyah (MTs)	Sofi Maulana(2022) meneliti tentang kecemasan siswa pada saat pembelajaran IPS di Madrasah Tsanawiyah (MTs)

C. Kerangka Berfikir

Kecemasan berbicara adalah kecemasan yang dialami individu pada saat berbicara, entah itu berbicara didepan orang banyak ataupun sekedar tatap muka dengan satu orang. Setiap individu yang mengalami kecemasan berbicara tidak akan sanggup mengeluarkan pendapat, ide, perasaan ataupun gagasan yang dimilikinya. Adapun ciri-ciri siswa yang mengalami kecemasan berbicara yaitu pengucapan yang tidak jelas, berbicara kurang lancar, muncul keringat dingin, badan gemetar, dan tidak dapat berkonsentrasi. Kondisi seperti ini akan berdampak buruk apabila tidak segera ditangani karena akan menghambat proses pembelajaran IPS pada orang yang mengalaminya.

Pembelajaran IPS merupakan salah satu mata pelajaran yang didalamnya berisi materi mengenai nilai-nilai kehidupan dalam masyarakat. Disamping itu, pendidik juga dapat memberikan contoh sikap sosial kepada peserta didik. Hal tersebut yang mengakibatkan kecemasan pada siswa karena siswa menganggap pelajaran IPS mencakup kemana-mana/bersifat global, selain itu siswa juga menganggap guru IPS *Killer/galak*.

Untuk mengurangi kecemasan siswa, dibutuhkan strategi yang dapat digunakan guru dalam mengurangi kecemasan berbicara siswa. Strategi kecemasan yang dilakukan oleh guru diantaranya menciptakan suasana pembelajaran santai dan menyenangkan, menggunakan psikoterapi jenis supportif, menggunakan psikoterapi jenis perilaku, mengembangkan *sense of humor*, menggunakan pendekatan humanistik, mengoptimalkan layanan bimbingan konseling.

Berdasarkan penjelasan tersebut, maka kerangka berfikir dapat digambarkan sebagai berikut:

Gambar 2.1 Kerangka Berfikir

