

Studi Kasus Kecemasan Akademik pada Siswa SMP dengan Kemungkinan Gangguan Belajar Spesifik

Fenny Meivi Sarah Kilikily *¹
Andik Mattulesy ²

¹ Program Studi Profesi Psikologi, Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya

² Fakultas Psikologi, Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya

*e-mail: 1542400032@surel.untag-sby.ac.id¹, andikmattulesy@untag-sby.ac.id²

Abstrak

Penelitian ini bertujuan untuk mengkaji secara mendalam kecemasan akademik pada seorang siswa Sekolah Menengah Pertama (SMP) berinisial NH yang menunjukkan hambatan belajar signifikan serta kemungkinan gangguan belajar spesifik. Penelitian menggunakan pendekatan studi kasus dengan metode asesmen psikologis komprehensif yang meliputi pengukuran kemampuan intelektual melalui Wechsler Intelligence Scale for Children (WISC), asesmen kepribadian menggunakan Edwards Personal Preference Schedule (EPPS), pengukuran dukungan sosial melalui CASSS, teknik proyektif House-Tree-Person (HTP), serta wawancara klinis dan observasi perilaku belajar di lingkungan sekolah. Hasil asesmen menunjukkan bahwa NH memiliki kemampuan intelektual umum pada kategori rendah (Full Scale IQ = 61), disertai kesulitan dalam fungsi kognitif dasar yang berkaitan dengan proses belajar akademik. Kondisi tersebut berkontribusi terhadap rendahnya kepercayaan diri, munculnya kecemasan akademik yang persisten, serta perilaku penghindaran terhadap tugas-tugas sekolah. Temuan ini menegaskan bahwa kecemasan akademik pada siswa dengan hambatan belajar tidak hanya bersumber dari tuntutan akademik, tetapi juga dari interaksi antara keterbatasan kognitif, pengalaman belajar negatif, dan respons lingkungan. Oleh karena itu, diperlukan intervensi psikopedagogis yang terintegrasi, dukungan guru yang sensitif, serta penerapan strategi pembelajaran adaptif guna mendukung perkembangan akademik dan kesejahteraan emosional siswa.

Kata kunci: Kecemasan Akademik, Gangguan Belajar Spesifik, Asesmen Psikologis, Siswa SMP

Abstract

This study aims to examine academic anxiety in a junior high school student, referred to as NH, who exhibits significant learning difficulties and a possible specific learning disorder. Using a case study approach, the research employed a comprehensive psychological assessment, including the Wechsler Intelligence Scale for Children (WISC), Edwards Personal Preference Schedule (EPPS), Children's and Adolescents' Social Support Scale (CASSS), House-Tree-Person (HTP) projective technique, as well as clinical interviews and behavioral observations. The assessment results indicated that NH's general intellectual functioning was in the low range (Full Scale IQ = 61), accompanied by deficits in basic cognitive processes related to academic learning. These cognitive limitations were associated with low self-confidence, persistent academic anxiety, and avoidance behaviors toward school-related tasks. The findings suggest that academic anxiety in students with learning difficulties is not solely driven by academic demands but emerges from the interaction between cognitive constraints, negative learning experiences, and environmental responses. Therefore, integrated psychopedagogical interventions, supportive teacher involvement, and adaptive instructional strategies are essential to promote both academic development and emotional well-being in students with similar profiles.

Keywords: Academic Anxiety, Specific Learning Disorder, Psychological Assessment, Middle School Student

PENDAHULUAN

Kecemasan akademik merupakan kondisi emosional yang muncul ketika siswa merasa tertekan atau tidak mampu menghadapi tuntutan pembelajaran sehingga berpengaruh pada konsentrasi, motivasi, dan hasil belajar mereka. Kecemasan akademik sering ditandai dengan kekhawatiran berlebih terhadap evaluasi akademik, rasa takut gagal, serta gejala fisik kecemasan seperti tremor, jantung berdebar, dan gangguan perhatian yang dapat menghambat keterlibatan siswa dalam kegiatan akademik sehari-hari serta menurunkan kualitas pembelajaran secara menyeluruh pada siswa sekolah menengah pertama (SMP). Penelitian sebelumnya menunjukkan bahwa sebagian besar siswa SMP mengalami gejala kecemasan akademik, terutama saat menghadapi ujian atau tugas berat, yang berdampak negatif terhadap proses belajar serta kualitas

hidup di sekolah (Prasetyaningtyas et al., 2022; Addini et al., 2022). Gejala ini tidak hanya mencakup aspek emosional tetapi juga mengganggu fungsi kognitif akademik yang esensial bagi keberhasilan belajar.

Kondisi kecemasan akademik pada remaja dipengaruhi oleh berbagai faktor psikososial termasuk dukungan sosial, regulasi emosi, serta tekanan dari lingkungan sekolah dan orang tua yang kurang mendukung (Isni et al., 2023; Fatikasari, 2025). Faktor-faktor seperti dukungan guru yang kurang optimal, kompetisi akademik tinggi, dan persepsi negatif terhadap evaluasi akademik juga telah diidentifikasi sebagai determinan kecemasan akademik yang signifikan dalam studi populasi sekolah menengah (Situmorang, 2025).

Selain itu, hambatan belajar spesifik seperti disleksia, diskalkulia, atau gangguan pemrosesan bahasa seringkali tidak teridentifikasi sejak dini; ketidakmampuan ini dapat meningkatkan frustrasi dan kecemasan siswa dalam aktivitas pembelajaran karena mereka kesulitan membaca, menulis, atau memahami materi yang diberikan (Maya et al., 2025). Dugaan adanya gangguan belajar spesifik pada sejumlah siswa SMP menunjukkan perlunya identifikasi psikopedagogis lebih awal untuk mengurangi dampak negatif kecemasan terhadap prestasi akademik dan kesejahteraan emosional siswa.

Dalam konteks kasus di SMP Negeri 13 Manado, seorang siswa kelas IX berinisial NH menunjukkan respons kecemasan yang kuat selama proses pembelajaran, seperti tremor, ketidakfokusan, dan ketakutan saat menghadapi tugas atau pertanyaan kelas menurut laporan guru bimbingan konseling dan guru mata pelajaran. Dugaan awal ini merujuk pada hambatan belajar yang belum diidentifikasi sebagai gangguan belajar spesifik yang dapat memperparah kecemasan akademik siswa. Studi kasus ini bertujuan memberikan analisis komprehensif melalui asesmen psikologis lengkap guna memahami dinamika interaksi antara hambatan belajar dan kecemasan akademik serta merumuskan rekomendasi intervensi yang efektif.

METODE

Penelitian ini menggunakan metode studi kasus dengan pendekatan kualitatif dan kuantitatif melalui asesmen psikologis komprehensif. Pendekatan studi kasus dipilih untuk memperoleh pemahaman mendalam mengenai dinamika kecemasan akademik pada siswa SMP dengan hambatan belajar yang bersifat individual dan kontekstual. Subjek penelitian adalah seorang siswa SMP berinisial NH yang dirujuk karena menunjukkan kesulitan belajar dan respons emosional negatif terhadap aktivitas akademik.

Pengumpulan data dilakukan melalui berbagai instrumen asesmen psikologis yang saling melengkapi. Wechsler Intelligence Scale for Children (WISC) digunakan untuk mengukur kemampuan intelektual umum serta profil fungsi kognitif subjek. Edwards Personal Preference Schedule (EPPS) digunakan untuk mengidentifikasi kebutuhan psikologis, motivasi, dan dinamika kepribadian yang berhubungan dengan perilaku belajar. Children's and Adolescents' Social Support Scale (CASSS) digunakan untuk menilai persepsi dukungan sosial yang diterima subjek dari lingkungan sekolah dan keluarga. Selain itu, teknik proyektif House-Tree-Person (HTP) digunakan untuk menggali aspek emosional dan dinamika intrapsikis yang tidak sepenuhnya terungkap melalui instrumen terstruktur.

Data kualitatif diperoleh melalui observasi kelas untuk mengamati perilaku belajar, respons terhadap tugas akademik, serta interaksi sosial subjek di lingkungan sekolah. Wawancara semi-terstruktur dilakukan dengan siswa, guru, dan orang tua untuk memperoleh informasi mengenai riwayat perkembangan, pengalaman belajar, serta respons lingkungan terhadap kesulitan akademik subjek.

Seluruh proses asesmen dilaksanakan dalam rentang waktu dua minggu melalui sesi terstruktur. Prosedur penelitian dilakukan sesuai dengan prinsip etika profesional psikologi, termasuk persetujuan orang tua, kerahasiaan data, dan penggunaan hasil asesmen semata-mata untuk kepentingan ilmiah dan pengembangan intervensi.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Profil Kemampuan Kognitif dan Indikasi Gangguan Belajar Spesifik

Hasil asesmen intelektual menggunakan WISC menunjukkan bahwa NH memiliki kemampuan intelektual umum pada kategori rendah dengan skor Full Scale IQ (FIQ) sebesar 61. Skor ini menunjukkan keterbatasan signifikan dalam kapasitas kognitif umum yang berperan penting dalam penguasaan keterampilan akademik dasar. Profil kemampuan yang ditunjukkan tidak hanya mencerminkan performa akademik yang rendah, tetapi juga mengindikasikan adanya hambatan dalam proses berpikir, pemahaman konsep, serta integrasi informasi baru.

Analisis lebih lanjut terhadap pola subtes menunjukkan bahwa kemampuan verbal NH berada pada tingkat yang sangat terbatas, sebagaimana tercermin pada skor rendah subtes Perbendaharaan Kata dan Informasi. Kondisi ini menunjukkan kesulitan dalam memahami bahasa, mengungkapkan ide secara verbal, serta mengaitkan pengetahuan baru dengan pengalaman sebelumnya. Rendahnya kemampuan verbal berimplikasi langsung pada kesulitan memahami instruksi guru, membaca soal dengan benar, serta menjawab pertanyaan secara sistematis.

Selain itu, skor rendah pada subtes Hitungan mengindikasikan keterbatasan memori kerja dan konsentrasi, yang merupakan fungsi kognitif kunci dalam pembelajaran matematika dan pemecahan masalah. Hambatan pada koordinasi visual-motorik juga menunjukkan bahwa NH mengalami kesulitan dalam tugas-tugas yang menuntut integrasi persepsi visual dan respons motorik, seperti menulis, menyalin, dan mengorganisasi informasi secara visual. Pola kesulitan yang spesifik dan konsisten ini memperkuat dugaan adanya kemungkinan gangguan belajar spesifik, yang menyebabkan ketidaksesuaian antara tuntutan akademik sekolah dan kapasitas kognitif NH.

Dinamika Kepribadian dan Regulasi Emosi

Hasil asesmen kepribadian melalui EPPS menunjukkan bahwa NH memiliki kebutuhan yang tinggi pada dimensi Order dan Exhibition. Kebutuhan akan Order mencerminkan dorongan kuat untuk menciptakan keteraturan, struktur, dan kepastian dalam lingkungan yang dirasakan penuh tuntutan dan tekanan. Pada siswa dengan kesulitan belajar, kebutuhan ini sering muncul sebagai mekanisme psikologis untuk mengurangi kecemasan dan meningkatkan rasa kontrol terhadap situasi yang tidak dapat dipahami secara kognitif.

Sementara itu, kebutuhan Exhibition yang tinggi mengindikasikan adanya keinginan kuat untuk diperhatikan dan diakui oleh lingkungan. Dalam konteks NH, kebutuhan ini dapat dipahami sebagai respons terhadap pengalaman akademik yang berulang kali menempatkannya pada posisi gagal atau kurang mampu. Upaya mencari perhatian dapat berfungsi sebagai strategi kompensasi untuk mempertahankan harga diri yang terancam akibat performa akademik yang rendah.

Hasil tes proyektif HTP memperlihatkan citra diri yang kurang positif, kebutuhan akan perlindungan emosional, serta kecenderungan menarik diri dari situasi yang dirasakan mengancam. Indikator visual dalam gambar menunjukkan adanya ketegangan internal dan kesulitan dalam mengekspresikan emosi secara adaptif. Temuan ini mengindikasikan bahwa NH belum memiliki strategi regulasi emosi yang efektif dalam menghadapi tuntutan akademik, sehingga kecemasan menjadi respons dominan yang muncul ketika dihadapkan pada tugas belajar.

Dukungan Sosial dan Perilaku Belajar di Kelas

Pengukuran dukungan sosial menggunakan CASSS menunjukkan bahwa NH menerima dukungan sosial pada tingkat sedang, khususnya dari orang tua dan teman sebaya. Dukungan dari orang tua cenderung bersifat emosional dan praktis, namun belum sepenuhnya disertai dengan pemahaman terhadap kebutuhan belajar spesifik yang dimiliki NH. Kondisi ini menyebabkan bantuan yang diberikan belum optimal dalam mendukung kemandirian dan efektivitas belajar.

Dukungan dari teman sebaya lebih banyak bersifat instrumental, seperti membantu mengerjakan tugas atau memberikan jawaban, daripada mendorong proses belajar yang aktif. Pola dukungan semacam ini, meskipun bersifat membantu dalam jangka pendek, berpotensi memperkuat ketergantungan dan menghambat perkembangan rasa kompetensi akademik.

Hasil observasi kelas menunjukkan bahwa NH cenderung pasif, jarang berpartisipasi, serta menunjukkan sikap ragu-ragu ketika diminta mengerjakan tugas secara mandiri. NH juga mudah menyerah dan menghindari tugas yang dianggap sulit. Pola perilaku ini menunjukkan berkembangnya *learned helplessness*, yaitu kondisi di mana individu belajar bahwa usaha yang dilakukan tidak akan menghasilkan perubahan positif. Pengalaman kegagalan akademik yang berulang, tanpa adanya intervensi yang sesuai, memperkuat keyakinan negatif NH terhadap kemampuan dirinya dan memperparah kecemasan akademik.

Kecemasan Akademik sebagai Hasil Interaksi Multidimensional

Berdasarkan keseluruhan temuan asesmen, kecemasan akademik yang dialami NH tidak dapat dipahami sebagai fenomena tunggal, melainkan sebagai hasil interaksi multidimensional antara faktor kognitif, emosional, sosial, dan pengalaman belajar. Hambatan kognitif membuat NH kesulitan memenuhi tuntutan akademik, sementara dinamika kepribadian yang ditandai oleh kebutuhan akan keteraturan dan pengakuan memperkuat sensitivitas terhadap kegagalan.

Dukungan sosial yang belum sepenuhnya adaptif serta pengalaman akademik negatif yang berulang membentuk lingkungan belajar yang kurang mendukung perkembangan rasa kompetensi. Dalam kondisi ini, kecemasan akademik berfungsi sebagai respons emosional terhadap ancaman kegagalan, namun sekaligus menjadi faktor yang memperburuk performa belajar melalui penurunan konsentrasi, motivasi, dan inisiatif.

Interaksi faktor-faktor tersebut membentuk suatu lingkaran masalah yang saling memperkuat, di mana kecemasan akademik menurunkan performa, kegagalan meningkatkan kecemasan, dan akhirnya memperkuat keyakinan negatif terhadap diri sendiri. Oleh karena itu, temuan ini menegaskan bahwa penanganan kecemasan akademik pada siswa dengan kemungkinan gangguan belajar spesifik memerlukan pendekatan komprehensif yang mencakup asesmen mendalam, intervensi psikopedagogis individual, dukungan emosional yang konsisten, serta penyesuaian strategi pembelajaran yang berorientasi pada kekuatan dan kebutuhan siswa.

Implikasi Diagnostik dan Risiko Kesalahan Label Akademik

Temuan asesmen pada NH menunjukkan pentingnya kehati-hatian dalam proses penegakan diagnosis dan pemberian label akademik pada siswa dengan performa belajar rendah. Kemampuan intelektual umum yang berada pada kategori rendah, disertai pola kesulitan spesifik pada aspek verbal, numerik, dan memori kerja, berpotensi menimbulkan kesalahan interpretasi apabila hanya dipahami sebagai kurangnya motivasi atau sikap malas belajar. Dalam konteks pendidikan formal, siswa dengan profil seperti NH sering kali berisiko mengalami *mislabeleding*, yaitu dianggap tidak mampu atau tidak berusaha, tanpa mempertimbangkan keterbatasan kognitif dan kemungkinan gangguan belajar spesifik yang mendasarinya.

Kesalahan label semacam ini dapat memperburuk kondisi psikologis siswa, meningkatkan tekanan akademik, serta memperkuat kecemasan dan penarikan diri dari aktivitas belajar. Oleh karena itu, hasil penelitian ini menegaskan pentingnya asesmen psikologis komprehensif sebagai dasar pengambilan keputusan pendidikan, baik dalam penentuan kebutuhan layanan khusus, penyesuaian kurikulum, maupun strategi pembelajaran individual. Pendekatan diagnostik yang sensitif dan berbasis bukti menjadi kunci untuk mencegah dampak psikologis jangka panjang akibat stigma akademik.

Implikasi Intervensi Psikopedagogis dan Dukungan Sekolah

Berdasarkan pola kesulitan yang dialami NH, intervensi yang diberikan tidak dapat berfokus semata pada aspek akademik, tetapi perlu mencakup dimensi psikologis dan sosial secara terpadu. Intervensi psikopedagogis yang direkomendasikan meliputi penguatan fungsi kognitif dasar, seperti pelatihan memori kerja dan pemrosesan informasi, serta penggunaan strategi pembelajaran yang terstruktur, bertahap, dan multisensorik. Penyesuaian metode evaluasi dan beban tugas juga penting untuk mengurangi tekanan akademik yang berlebihan.

Selain itu, dukungan emosional melalui konseling individu dapat membantu NH mengembangkan strategi regulasi emosi yang lebih adaptif serta membangun kembali rasa

percaya diri akademik. Peran guru menjadi krusial dalam menciptakan lingkungan belajar yang aman secara psikologis, dengan memberikan umpan balik yang realistis, berfokus pada usaha, dan menghindari perbandingan sosial yang merugikan. Dukungan orang tua dan kolaborasi antara sekolah, psikolog, dan keluarga juga diperlukan untuk memastikan konsistensi pendekatan intervensi. Dengan intervensi yang komprehensif dan berkelanjutan, kecemasan akademik pada siswa dengan kemungkinan gangguan belajar spesifik dapat ditekan, sehingga peluang keberhasilan akademik dan kesejahteraan psikologis siswa dapat meningkat.

KESIMPULAN

Berdasarkan hasil asesmen psikologis dan analisis studi kasus, dapat disimpulkan bahwa NH mengalami kecemasan akademik yang berkaitan erat dengan hambatan belajar signifikan serta kemampuan kognitif yang berada pada kategori rendah. Kondisi ini tidak hanya memengaruhi performa akademik, tetapi juga berdampak pada aspek emosional, motivasi belajar, dan pola perilaku NH di lingkungan sekolah. Kecemasan akademik yang dialami muncul sebagai respons terhadap tuntutan akademik yang tidak sebanding dengan kapasitas kognitif yang dimiliki, diperkuat oleh pengalaman belajar yang kurang adaptif serta persepsi negatif terhadap kemampuan diri.

Temuan penelitian ini menegaskan pentingnya penanganan yang bersifat komprehensif dan berkelanjutan. Intervensi psikopedagogis perlu diarahkan pada modifikasi pembelajaran melalui diferensiasi instruksi yang menyesuaikan dengan kebutuhan dan kemampuan individu siswa. Selain itu, pendampingan akademik secara intensif diperlukan untuk membantu NH memahami materi pelajaran secara bertahap dan mengurangi tekanan belajar yang berlebihan. Penguatan keterampilan regulasi emosi dan self-efficacy juga menjadi komponen penting untuk membantu NH mengelola kecemasan, meningkatkan rasa percaya diri, serta membangun sikap positif terhadap proses belajar.

Lebih lanjut, peningkatan dukungan sosial dari guru dan keluarga memiliki peran krusial dalam menciptakan lingkungan belajar yang aman dan suportif. Oleh karena itu, kolaborasi yang erat antara guru bimbingan dan konseling, guru mata pelajaran, orang tua, dan psikolog sekolah menjadi kunci dalam mendukung perkembangan akademik dan kesejahteraan emosional NH secara optimal.

DAFTAR PUSTAKA

- Addini, S. E., Syahidah, B. D., Putri, B. A., & Setyowibowo, H. (2022). Kesehatan mental siswa SMP-SMA Indonesia selama masa pandemi dan faktor penyebabnya. *Psychopolytan: Jurnal Psikologi*, 5(2), 107-116.
- Bandura, A. (1997). *Self-efficacy: The exercise of control*. Freeman.
- Fatikasari, S. M. (2025). *Hubungan antara regulasi emosi dengan kecemasan akademik pada siswa kelas 8 SMPN 3 Kepanjen* (Doctoral dissertation, Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim).
- Gathercole, S., & Alloway, T. (2008). *Working memory and learning*. SAGE.
- Horwitz, E. K., Horwitz, M. B., & Cope, J. (1986). Foreign language classroom anxiety. *Modern Language Journal*.
- Isni, K., Yulia Nurfatona, W., & Qomariyah, N. (2023). Social support in accessing adolescents mental health services. *The Indonesian Journal of Public Health*, 18(3), 493-504.
- Maya, E. L., Rachman, A. A., Patandianan, F. K., Sari, P. K., & Elizar, L. J. A. (2025). Specific Learning Disorder in School Age Children: A Literature Review on Early Detection and Its Challenges. *Jurnal Biologi Tropis*, 25(4a), 503-512.

Prasetyaningtyas, W. E., Rangka, I. B., Folastri, S., & Sofyan, A. (2022). Kecemasan Akademik Siswa di Sekolah: Suatu Tinjauan Singkat. *Journal of Learning and Instructional Studies*, 2(3), 107-114.

Situmorang, H., Sinuraya, S. K. B., Sidabutar, F. E., Gulo, R. A. B. K., & Kaban, N. S. B. (2025). Studi Kualitatif Tentang Kecemasan Akademik Siswa Kelas 9 SMP Menjelang Ujian. *Lapak Jurnal*.

Zeidner, M. (1998). *Test anxiety: The state of the art*. Springer.