ANALISIS KETERAMPILAN PERSIAPAN UJIAN SISWA KELAS 9 DI SMP NEGERI 06 INDRALAYA UTARA BERDASARKAN ASPEK FISIK, PSIKIS, DAN MATERIAL

Anasari[1], Lidiana Rahayu Ningsih[2], Elsa Yutri Melinda[3], Zafirah Talitha Arisyah[4], Silvia AR[5]

[1,2,3,4,5]*Universitas Sriwijaya*
E-mail : [1]anasari081004@gmail.com1, [2]lidianadiah@gmail.com2, [3]elsayutriii@gmail.com3, [4]zafiraharisyah002@gmail.com4, [5]silviaar@fkip.unsri.ac.id5

ABSTRAK

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui tingkat keterampilan persiapan ujian siswa kelas IX di SMP Negeri 06 Indralaya Utara ditinjau dari aspek fisik, psikis, dan material, serta menganalisis perbedaannya berdasarkan gender. Menggunakan pendekatan deskriptif kuantitatif, sebanyak 22 siswa berpartisipasi dengan data dikumpulkan melalui angket 30 item dan dianalisis menggunakan Excel dan SPSS. Hasil menunjukkan keterampilan persiapan ujian berada pada kategori sedang, dengan kecenderungan perempuan lebih unggul dalam motivasi, keteraturan belajar, serta penggunaan sumber belajar, meski lebih rentan mengalami kecemasan. Sebaliknya, laki-laki lebih mandiri namun kurang terorganisir. Hambatan signifikan muncul dari keterbatasan akses teknologi dan internet. Penelitian ini menyimpulkan pentingnya peningkatan dukungan dalam pembentukan kebiasaan belajar yang sehat, manajemen stres, dan strategi belajar efektif, dengan penekanan pada peran lingkungan belajar, bimbingan guru BK, serta motivasi intrinsik siswa.

Kata Kunci : *Keterampilan Belajar, Kesiapan Ujian, Kesiapan Fisik, Kesiapan Psikis, Kesiapan Material*

PENDAHULUAN

Ujian akhir bagi siswa kelas 9 merupakan salah satu tahapan penting dalam proses pendidikan, karena menentukan kelulusan serta kelanjutan studi ke jenjang yang lebih tinggi. Kesiapan siswa dalam menghadapi ujian perlu mendapat perhatian serius dari berbagai pihak, baik dari siswa itu sendiri, orang tua, maupun pihak sekolah.

Bagi masing-masing siswa, kesiapan yang dilakukan dalam menghadapi ujian dapat berbeda-berbeda, ada menyiapkan diri dengan baik dan ada pula yang tidak. Termasuk pula bagaimana siswa menyiapkan diri mereka dalam mengikuti proses pembelajaran. Menurut Zuschaiya (2021), kurangnya kesiapan belajar dapat menyebabkan kesulitan dalam mengikuti proses pembelajaran. Peserta didik yang tidak siap cenderung kehilangan minat belajar, bahkan bisa merasa putus asa. Sejalan dengan itu, Windiarti (dalam Vhalery, 2021) menyatakan bahwa kesiapan belajar merupakan salah satu kondisi penting yang harus dimiliki oleh individu. Dengan adanya kesiapan, proses pembelajaran akan lebih mudah diterima dan dipahami oleh peserta didik. Selain itu, kesiapan belajar juga mendorong siswa untuk memberikan respons yang positif, misalnya dengan aktif bertanya, sehingga dapat memperkuat pemahaman terhadap materi yang disampaikan oleh guru. Persiapan tersebut umumnya tidak hanya difokuskan pada penguasaan materi pelajaran semata, melainkan juga mencakup kesiapan dari aspek fisik, psikis, dan material.

Aspek fisik berkaitan dengan kondisi tubuh yang sehat dan bugar. Penelitian oleh Hasibuan dan Sari (2021) menunjukkan bahwa kebugaran jasmani siswa selama pandemi mengalami penurunan signifikan, yang berdampak pada stamina dan konsentrasi belajar. Kondisi ini menegaskan pentingnya menjaga kesehatan fisik dalam menunjang kesiapan menghadapi ujian. Sedangkan aspek psikis merujuk pada kesiapan mental dan emosional siswa. Studi oleh Sari et al. (2021) mengungkapkan bahwa tingkat kecemasan siswa dalam menghadapi ujian berada pada kategori tinggi, yang dapat mempengaruhi performa akademik mereka. Selain itu, penelitian oleh Puspa et al. (2022) menemukan bahwa kesiapan mental siswa berpengaruh signifikan terhadap kesiapan pengetahuan mereka dalam menghadapi ujian, dengan kontribusi sebesar 44,7%. Aspek material mencakup kelengkapan sarana belajar, seperti alat tulis, buku, dan akses terhadap sumber belajar yang memadai. Menurut Dwijayanti et al. (2021), kesiapan material yang baik berperan penting dalam mendukung efektivitas pembelajaran, terutama dalam konteks pembelajaran jarak jauh selama pandemi.

Artikel ini bertujuan untuk menganalisis keterampilan persiapan ujian siswa kelas 9 di SMP Negeri 06 Indralaya Utara berdasarkan ketiga aspek tersebut. Dengan memahami sejauh mana kesiapan siswa dari ketiga sisi tersebut, diharapkan dapat diperoleh gambaran yang komprehensif mengenai faktor-faktor yang mempengaruhi kesiapan siswa dalam menghadapi ujian. Hasil analisis ini dapat menjadi dasar bagi sekolah dan orang tua dalam merancang strategi pembinaan yang lebih efektif.

Persiapan yang matang dalam menghadapi ujian tidak hanya berkontribusi terhadap pencapaian akademik, tetapi juga membentuk sikap disiplin, tanggung jawab, dan manajemen diri yang akan berguna dalam kehidupan siswa kedepannya. Sebagaimana dinyatakan oleh Suarsi et al. (2023), kesiapan dan keterlibatan siswa memiliki pengaruh signifikan terhadap prestasi akademik mereka di era digital.

Artikel ini bermanfaat untuk memberikan gambaran menyeluruh mengenai tingkat kesiapan siswa kelas 9 dalam menghadapi ujian berdasarkan aspek fisik, psikis, dan material. Hasil analisis ini dapat menjadi acuan bagi sekolah dalam menyusun strategi pembinaan yang lebih efektif, serta membantu siswa dan orang tua memahami pentingnya persiapan yang menyeluruh.

Selain itu, artikel ini juga dapat dijadikan referensi bagi penelitian selanutnya dan berkontribusi dalam meningkatkan hasil ujian siswa melalui pendekatan yang lebih terarah.

METODE

Penelitian ini menerapkan pendekatan deskriptif kuantitatif. Penelitian deskriptif kuantitatif adalah penelitian yang menggambarkan, mengkaji dan menjelaskan suatu fenomena dengan data (angka) apa adanya tanpa bermaksud menguji suatu hipotesis tertentu (Sulistyawati et al., 2022). Teknik pengumpulan data dilakukan melalui penyebaran kuesioner berbentuk lembar instrumen yang memuat 30 pernyataan mengenai keterampilan mempersiapkan diri menghadapi ujian. Sampel dalam penelitian ini terdiri atas 22 siswa kelas IX SMP Negeri 6 Indralaya Utara. Tahapan penelitian dimulai dengan penyusunan instrumen kuesioner, dilanjutkan dengan pendistribusian kuesioner kepada responden. Setiap responden memberikan skor untuk menunjukkan tingkat kesesuaian atau ketidaksesuaian terhadap aspek yang dinilai. Data yang diperoleh kemudian dianalisis menggunakan perangkat lunak Excel dan SPSS untuk mengukur serta menguji korelasi antara variabel-variabel yang dikumpulkan dari para responden, serta untuk membandingkan tingkat kesiapan diri menghadapi ujian antara siswa laki-laki dan perempuan.

Tabel 1. Sample Demografi

Kategori	Frekuensi	Presentase
Perempuan	8	36,36 %
Laki-laki	14	63,64%

Tabel 2. Kriteria Acuan Interval Keterampilan Mempersiapkan Diri Menghadapi Ujian

Kriteria Acuan Interval	
Rendah	X < 62,31
Sedang	62,31 x < 94,62
Tinggi	94,62 x

Tabel 3. Kriteria Acuan Interval Keterampilan Mempersiapkan Diri Menghadapi Ujian Siswa Perempuan

Kriteria Acuan Interval	
Rendah	X < 19,61
Sedang	19,61 x < 34,06
Tinggi	34,06 x

Tabel 4. Kriteria Acuan Interval Keterampilan Mempersiapkan Diri Menghadapi Ujian Siswa Laki-laki

Kriteria Acuan Interval	
Rendah	X < 42,18

Sedang	42,18	x < 61,08
Tinggi	61,08	x

HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

Berdasarkan instrumen yang telah berikan kepada siswa berikut merupakan data hasil pengukuran keterampilan siswa SMP Negeri 06 Indralaya Utara dalam mempersiapkan diri menghadapi ujian:

Tabel 1. Pengukuran Keterampilan Persiapan Ujian

Aspek	Skor Rata-Rata	Persentase Rata-Rata	Kategori
Kesiapan fisik	85,6	78%	Sedang
Kesiapan psikis	76,59	70%	Sedang
Kesiapan material	78	71%	Sedang

Hasil pengukuran terhadap tingkat keterampilan mempersiapkan diri menghadapi ujian pada siswa SMP Negeri 06 Indralaya Utara menunjukkan bahwa ketiga aspek yang dinilai, yaitu kesiapan fisik, kesiapan psikis, dan kesiapan material, berada dalam kategori sedang.

Pada aspek kesiapan fisik, siswa memperoleh skor rata-rata sebesar 85,6 dengan persentase 78%. Nilai ini menunjukkan bahwa sebagian besar siswa memiliki upaya dalam menjaga kondisi tubuh, seperti cukup istirahat dan menjaga kesehatan menjelang ujian. Namun demikian, pencapaian ini belum mencapai kategori tinggi, sehingga masih dibutuhkan peningkatan dalam pembiasaan gaya hidup sehat yang berkelanjutan. Sedangkan aspek kesiapan psikis menunjukkan skor rata-rata 76,59 dengan persentase 70%. Hasil ini mengindikasikan bahwa kesiapan mental siswa, seperti pengendalian diri, ketenangan, dan kepercayaan diri, masih berada pada tingkat sedang. Hal ini dapat dipengaruhi oleh faktor internal seperti kecemasan berlebihan, serta faktor eksternal seperti lingkungan belajar yang kurang mendukung. Oleh karena itu, pendampingan psiko edukatif dari guru bimbingan dan konseling sangat penting untuk membantu siswa mengelola stres dan tekanan akademik. Pada aspek kesiapan material, skor rata-rata sebesar 78 dan persentase 71% juga menunjukkan kategori sedang. Ini mencerminkan bahwa siswa telah melakukan beberapa bentuk persiapan belajar seperti membaca materi, mencatat, dan mengerjakan latihan soal, namun belum sepenuhnya optimal. Kurangnya strategi belajar yang efektif serta manajemen waktu yang baik bisa menjadi faktor penghambat dalam memaksimalkan kesiapan material. Secara keseluruhan, hasil ini menggambarkan perlunya peningkatan dukungan dan strategi yang lebih efektif dalam membantu siswa mempersiapkan diri menghadapi ujian, agar proses belajar berlangsung lebih optimal dan hasil belajar dapat tercapai secara maksimal. Berdasarkan pengukuran yang dilakukan juga didukung dengan teori keterampilan menghadapi ujian.

Mempersiapkan diri sebelum ujian merupakan suatu bentuk keterampilan yang harus dilatih secara berkelanjutan. Keahlian seseorang tercermin dengan seberapa baik seseorang tersebut melakukan kegiatan yang spesifik, seperti menyusun jadwal dan rencana, mengoperasikan peralatan, berkomunikasi, dan lain-lain. Menurut Spencer dalam penelitian (Banto & Ratno, 2020),

keterampilan merupakan kemampuan untuk melakukan tugas dengan baik, secara fisik maupun mental, adalah inti dari keterampilan.

Keterampilan sangat penting bagi setiap individu agar dapat berfungsi secara efektif dan mencapai tujuan dalam berbagai aspek kehidupan dan mencakup kemampuan fisik, mental, menekankan fleksibilitas dan kemampuan beradaptasi. Keterampilan dalam mempersiapkan ujian disini merupakan kemampuan seseorang dalam memilih cara belajar yang efektif untuk memperoleh pemahaman dan mengoptimalkan potensi diri dalam proses pembelajaran (Nasihudin & Hariyadin, 2021).

Anwar Prabu Mangkunegara juga mengungkapkan dalam penelitian Marzuki & Wair (2020) menyatakan bahwa keterampilan berasal dari "prestasi kerja" atau hasil kerja yang dicapai seseorang secara kualitas dan kuantitas dalam melaksanakan tugas sesuai tanggung jawabnya. Keterampilan siswa dalam menghadapi ujian merupakan manifestasi dari "prestasi kerja" yang diukur dari kualitas (pemahaman materi, kemampuan mengelola stres, dan kesiapan mental) dan kuantitas (jumlah latihan, waktu belajar yang teratur) dalam melaksanakan tugas ujian. Dengan mempersiapkan diri secara fisik, psikologis, mental, dan material secara terintegrasi, siswa dapat mencapai hasil ujian yang optimal sesuai tanggung jawabnya.

Kesiapan disisi lain mencerminkan sejauh mana siswa telah mempersiapkan diri, baik melalui pemahaman awal terhadap materi yang akan dipelajari maupun ketersediaan sarana dan prasarana yang mendukung kegiatan belajar tersebut. Menurut Thorndike (dikutip dalam Arsyad, 2021), kesiapan belajar merupakan syarat utama agar proses belajar dapat berjalan dengan efektif. Apabila siswa tidak dalam keadaan siap, maka hasil yang diperoleh dari proses belajar tidak akan maksimal.

Apabila tidak terdapat kesiapan, maka hasil belajarnya tidak akan optimal dan akan mempengaruhi terhadap bagaimana kesiapan siswa dalam menghadapi ujian. Sedangkan ujian adalah kegiatan untuk mengukur dan menilai kemampuan siswa (Ghani & Zharfa, 2020). Adapun indikator kesiapan menghadapi ujian yang digunakan dalam penelitian ini menurut Djamarah (2002:35) dalam (Sari & Pohan, 2023) yaitu meliputi kesiapan fisik, mental/psikologis, dan material.

Persiapan fisik siswa menjadi aspek yang memiliki urgensi tinggi untuk memastikan mereka dapat menghadapi ujian dalam kondisi tubuh yang optimal dan prima. Hal ini mencakup pengelolaan waktu belajar yang efisien, cukup istirahat, serta menjaga kesehatan melalui pola makan sehat dan olahraga ringan. Dengan memiliki kondisi fisik yang baik, siswa dapat melaksanakan ujian dengan maksimal, yang tentunya mencerminkan kualitas mereka dalam memenuhi tanggung jawab akademis. Persiapan yang kedua adalah kesiapan mental dan psikologis, persiapan ini juga berperan dalam kemampuan siswa untuk mengelola stres, kecemasan, dan motivasi diri saat mempersiapkan ujian. Pengaturan emosi, pembelajaran mandiri yang efektif, serta program bimbingan belajar yang dirancang untuk meredakan kecemasan sangat berguna bagi siswa dalam meningkatkan kualitas performa mereka selama ujian. Setelah mempersiapkan dari aspek fisik dan psikologis, maka dalam menghadapi ujian diperlukannya persiapan materil. Persiapan materi ujian yang memadai melibatkan pemahaman mendalam dan penguasaan pelajaran, latihan soal yang konsisten, serta pemanfaatan berbagai sumber belajar yang efektif. Dengan penguasaan materi yang baik, siswa dapat meningkatkan baik kuantitas maupun kualitas hasil kerja mereka dalam ujian, sehingga mampu menjawab soal dengan tepat dan efisien.

Dalam hal ini, siswa dinilai dan diukur melalui keterampilan mempersiapkan ujian dalam diri mereka, berkaitan dengan persiapan psikis atau proses mental siswa sebelum menghadapi

ujian, terdapat pemecahan masalah (proses berpikir/mental). Dalam penelitian Vitasari et al. (2025) menyoroti keterampilan pemecahan masalah sebagai komponen utama dalam menghadapi ujian, contoh khususnya dalam konteks matematika. Yang dimana terkait persiapan mental siswa, dalam kemampuan pemecahan masalah, Putra et al (2022: 33) juga menjelaskan bahwa kemampuan dalam memecahkan masalah merupakan usaha untuk menyelesaikan masalah yang dihadapinya berdasarkan informasi yang terkumpul menurut pemahamannya sendiri.

Dengan demikian, keterampilan dan persiapan yang telah dijelaskan diatas, aspek keterampilan mempersiapkan diri dalam menghadapi ujian yang perlu diperhatikan tersebut dipengaruhi oleh faktor internal dan eksternal dalam proses belajar yang dilakukan oleh siswa. Menurut Slameto (dalam Sihombing et al, 2024) faktor internal meliputi kondisi jasmani (kesehatan fisik) dan psikologis (intelegensi, minat, motivasi, kesiapan mental), sedangkan faktor eksternal mencakup lingkungan keluarga, sekolah, dan sosial yang mempengaruhi proses dan hasil belajar, termasuk kesiapan ujian.

Kemudian, kami juga melakukan analisis keterampilan persiapan ujian berdasarkan gender dengan mempertimbangkan aspek fisik, psikis, dan material. Analisis ini bertujuan untuk mengidentifikasi perbedaan kesiapan antara siswa laki-laki dan perempuan dalam menghadapi ujian, baik dari segi kondisi tubuh dan kesehatan (fisik), kesiapan mental dan emosional (psikis), maupun ketersediaan sarana penunjang belajar (material).

Tabel 2. Tabel Persiapan Ujian Siswa Perempuan

Aspek	Skor Rata-Rata	Persentase Rata-Rata	Kategori
Kesiapan fisik	28,6	72%	Sedang
Kesiapan psikis	26,47	66%	Sedang
Kesiapan material	26,5	66%	Sedang

Tabel 3. Tabel Persiapan Ujian Siswa Laki-Laki

Aspek	Skor Rata-Rata	Persentase Rata-Rata	Kategori
Kesiapan fisik	57	81%	Sedang
Kesiapan psikis	50,12	72%	Sedang
Kesiapan material	51,5	74%	Sedang

Berdasarkan data yang telah didapat dan diperhitungkan, dapat kita ketahui bahwa analisis keterampilan persiapan ujian berdasarkan gender dengan mempertimbangkan aspek fisik, psikis, dan material, antara siswa laki-laki dan perempuan satu kelas 9 di SMP 06 Indralaya Utara, tidak ada perbedaan yakni dalam kategori sedang. Apabila dilihat dari skor rata-rata dan persentase pada data menunjukkan bahwa laki-laki memiliki nilai angka yang lebih tinggi, namun hal ini didukung dengan jumlah siswa yang tidak seimbang antara laki-laki dan perempuan, yakni 14:8.

Membahas terkait perbedaan analisis keterampilan persiapan ujian yang dilakukan oleh masing-masing gender, laki-laki dan perempuan, perempuan cenderung memiliki keunggulan dalam kecerdasan emosional, motivasi, dan kecepatan menyelesaikan studi, yang berkontribusi pada persiapan ujian yang lebih matang dan efektif, ini didukung dengan hasil penelitian yang dilakukan oleh (Munawarah, 2021). Apabila dilihat dari segi fisik, hormon, genetik, dan struktur otak adalah faktor utama yang mempengaruhi perbedaan fisik antara laki-laki dan perempuan.

Misalnya, laki-laki biasanya memiliki massa otot dan kekuatan lebih besar, sedangkan perempuan mengalami perubahan hormon, seperti menstruasi.

Dalam ujian akademik, elemen fisik biasanya tidak terlalu penting kecuali pada tes yang membutuhkan kekuatan atau stamina tertentu. Namun terkait kesiapan fisik ini, penelitian yang dilakukan oleh (Utami & Yonanda, 2020) menyatakan bahwa perbedaan keterampilan persiapan yang dilakukan oleh laki-laki dan perempuan dalam segi fisik juga mempengaruhi hasil belajar, dengan perempuan cenderung memiliki prestasi belajar yang lebih baik dibandingkan laki-laki, karena adanya perbedaan struktur dan fungsi otak yang memengaruhi cara mengelola informasi, walaupun kembali pada pola pikir yang dimiliki oleh masing-masing siswa tersebut.

Selanjutnya, dari segi psikologis seperti faktor internal seperti minat, motivasi, sikap dan kebiasaan belajar (Fauziah, et al., 2020). Siswa perempuan secara umum memiliki minat, motivasi, sikap, dan kebiasaan belajar yang lebih mendukung kesiapan ujian dibandingkan siswa laki-laki, meskipun dalam beberapa aspek seperti ketertarikan belajar dan kemampuan psikomotorik, laki-laki bisa menunjukkan keunggulan. Faktor-faktor ini dipengaruhi oleh perbedaan psikologis, sosial, dan budaya yang membentuk perilaku belajar masing-masing gender. Ini didukung dengan penelitian yang dilakukan oleh (Vinari & Elida, 2023) tentang "Perbedaan Minat Belajar Antara Siswa Laki-Laki Dan Perempuan Pada Kompetensi Keahlian Kuliner Di Smk N 6 Padang", bahwa minat belajar siswa perempuan lebih tinggi daripada minat belajar siswa laki-laki.

Selain itu, terdapat perbedaan tingkat kecemasan yang dimiliki oleh setiap gender yang mempengaruhi perbedaan tingkat kesiapan dalam menghadapi ujian tersebut. Perempuan memiliki tingkat kecemasan yang lebih tinggi apabila dihadapi ujian, berdasarkan penelitian relevan (Safitri & Khoirunissa, 2024), tingkat kecemasan yang dimiliki perempuan dipengaruhi oleh beberapa hal, apabila dari segi biologis; dipengaruhi hormon sehingga perempuan cenderung lebih peka terhadap stres dan kecemasan, apabila dari segi psikologis; perempuan lebih sering menafsirkan ujian sebagai ancaman yang serius, sehingga mengalami kecemasan yang lebih intens, sementara laki-laki cenderung melihat ujian sebagai tantangan yang dapat diatasi.

Selanjutnya, berdasarkan perbedaan fisik dan psikologis dalam kesiapan materi, siswa perempuan cenderung lebih terorganisir saat menggunakan sumber belajar seperti buku, catatan, dan media pembelajaran lainnya. Siswa laki-laki, di sisi lain, kadang-kadang mengalami kesulitan mengelola sumber belajar mereka dan kurang teratur dalam menyiapkan materi ujian. Hal ini dipengaruhi oleh keyakinan diri dan dukungan yang dimiliki perempuan; laki-laki tidak mendapatkan dukungan akademik yang sama seperti perempuan. Sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh (Ramadhani, 2024) bahwa dibandingkan dengan siswa laki-laki, siswa perempuan cenderung lebih aktif mencari dan menerima dukungan emosional dari keluarga dan teman sebaya. Sebaliknya, siswa laki-laki lebih sering menunjukkan kemandirian dan cenderung menerima dukungan instrumental, seperti bantuan akademik dari guru atau teman sekelas.

Kemudian yang tak kalah penting, dapat diketahui bahwa fasilitas dan sarana belajar yang dimiliki siswa juga memberikan pengaruh yang signifikan dalam kesiapan material mereka dalam menghadapi ujian (Lubis, 2022). Kesiapan material juga dapat dilihat dari bagaimana akses jaringan internet yang dapat dijangkau oleh siswa untuk mendukung proses belajar dalam proses persiapan menghadapi ujian. Apabila berdasarkan data penelitian yang kami lakukan yakni di SMP 06 Indralaya Utara ini, dapat diketahui bahwa tidak semua siswa memiliki handphone pribadi dan tidak semua siswa memiliki akses internet yang sama. Jika dilihat dari penelitian yang relevan (Manik, 2022) dapat diketahui bahwa keterbatasan teknologi dan jaringan internet berdampak signifikan terhadap kesiapan siswa dalam menghadapi ujian, terutama ujian berbasis komputer.

Kendala ini tidak hanya menghambat akses ke materi dan simulasi ujian, tetapi juga meningkatkan kecemasan dan menurunkan motivasi belajar siswa.

KESIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian "Analisis Keterampilan Persiapan Ujian Siswa Kelas 9 di SMP Negeri 06 Indralaya Utara Berdasarkan Aspek Fisik, Psikis, dan Material", dapat disimpulkan bahwa keterampilan persiapan ujian siswa pada ketiga aspek utama-fisik, psikis, dan material-masih berada pada kategori sedang, yang menunjukkan perlunya peningkatan berkelanjutan dalam pembiasaan gaya hidup sehat, pengelolaan stres dan kecemasan, serta strategi belajar yang efektif. Keterampilan mempersiapkan diri menghadapi ujian merupakan kemampuan terintegrasi yang dipengaruhi oleh faktor internal (seperti kesehatan fisik, kesiapan mental, dan motivasi) dan faktor eksternal (dukungan keluarga, lingkungan sekolah, serta fasilitas belajar). Jika dilihat dari perbandingan gender, meskipun skor rata-rata siswa laki-laki lebih tinggi, siswa perempuan cenderung lebih unggul dalam hal emosional, keteraturan belajar, dan pencarian dukungan sosial. Perbedaan biologis dan psikologis turut mempengaruhi kesiapan, termasuk tingkat kecemasan dan cara mengelola informasi. Selain itu, ketimpangan akses terhadap teknologi dan internet juga mempengaruhi kesiapan material siswa. Oleh karena itu, peningkatan keterampilan persiapan ujian perlu dilakukan secara menyeluruh dan memperhatikan perbedaan kebutuhan tiap gender.

UCAPAN TERIMA KASIH

Kami mengucapkan terima kasih yang sebesar-besarnya kepada semua pihak yang telah membantu dalam penyusunan artikel ini. Terima kasih kepada seluruh anggota kelompok atas kerja sama dan dedikasi yang luar biasa. Ucapan terima kasih juga kami sampaikan kepada kepala sekolah SMP Negeri 6 Indralaya Utara yang telah memberikan kesempatan serta fasilitas dalam pelaksanaan penelitian ini. Tak lupa, kami juga mengucapkan terima kasih kepada para peneliti terdahulu yang karyanya telah menjadi referensi dan landasan teoritis dalam penyusunan artikel ini. Terakhir, kami mengucapkan terima kasih banyak kepada Ibu Silvia AR, M.Pd. selaku dosen pengampu mata kuliah Diagnostik Kesulitan Belajar yang telah mengarahkan serta membimbing kami dalam penyusunan artikel ini.

DAFTAR PUSTAKA

Amalia, F. N., & Nugraheni, N. (2024). Analisis Kesiapan Belajar Siswa dalam Mengikuti Kegiatan Belajar Mengajar Berdasarkan Pembelajaran Berdiferensiasi. *Jurnal Riset Pendidikan Dasar (JRPD)*, *5*(1), 21. https://doi.org/10.30595/jrpd.v5i1.16072.

Banto, P., & Ratno. (2020). Optimalisasi Keterampilan Operator Terminal Peti Kemas di Pelabuhan Makassar. *Hengkara Majaya*, 1(1), 10–21. https://doi.org/10.61759/hmj.v1i1.18.

Dwijayanti, R., Rachma, A. N., & Ishartono, N. (2022). Kesiapan Siswa dalam Pembelajaran Jarak Jauh pada Masa Pandemi Covid-19. *Buletin Pengembangan Perangkat Pembelajaran*, 3(2). https://doi.org/10.23917/bppp.v4i2.19416.

Fauziah, I. B., Sriyanto, M. I., & Sukarno. (2020). Identifikasi Kesulitan Belajar Matematika di Rumah Selama Pandemi Covid-19 pada Siswa Kelas IV Sekolah Dasar. *Jurnal Pendidikan Dasar UNS*, 9(1), 25–30. https://jurnal.uns.ac.id/JPD/article/view/49891

Lubis, N. K. (2022). Hubungan antara gender dengan kesiapan belajar tatap muka pada masa COVID-19 di Sekolah Menengah Atas Negeri 12 Pekanbaru. [*Skripsi*], Universitas Islam Negeri Sultan Syarif Kasim Riau. UIN SUSKA Repository. https://repository.uin-suska.ac.id/57765/2/SKRIPSI%20NURKHOLILAH%20LUBIS.pdf

Hasibuan, N. R. (2022). Analisis Kebugaran Jasmani di Masa Pandemi Covid-19 Pada Siswa SMP Kelas VIII Muhammadiyah 07 Medan Tahun 2021. *Jurnal Kesehatan dan Olahraga*, 1(1). https://digilib.unimed.ac.id/id/eprint/47958

Manganju Manik (2022). Kesiapan Siswa dalam Menghadapi Asesmen Nasional Berbasis Komputer (ANBK). *Asatiza: Jurnal Pendidikan*. https://ejournal.stai-tbh.ac.id/asatiza/article/view/422

Marzuki, S., & Wair, F. Y. (2020). Kinerja Operator dan Kehandalan Alat HMC Terhadap Produktivitas Bongkar Muat Curah Kering. *Majalah Ilmiah Bahari Jogja*, 18(1), 23–36. https://doi.org/10.33489/mibj.v18i1.226

Munawarah. (2021). Meta Analysis: Pengaruh Gender Terhadap Faktor Psikologis Belajar Siswa. *An Nisa: Jurnal Gender dan Anak, 14(2)*. http://dx.doi.org/10.30863/an.v14i2.4175

Muspawi, M., & Lestari, A. (2020). Membangun Kesiapan Kerja Calon Tenaga Kerja. *Jurnal Literasiologi*,Vol. 4, No. 1, hal 112-113. https://doi.org/10.47783/literasiologi.v4i1.138.

Nasihudin, N., & Hariyadin, H. (2021). Pengembangan Keterampilan dalam Pembelajaran. *Jurnal Pendidikan Indonesia*, 2(4), 733–743. https://doi.org/10.36418/japendi.v2i4.150.

Puspa, D. A., & Warniasih, K. (2023). Pengaruh Kesiapan Mental Terhadap Kesiapan Pengetahuan Siswa Dalam Menghadapi Asesmen Standarisasi Pendidikan Daerah (ASPD) Matematika. *Indonesian Journal Of Education And Humanity*, *3*(2), 32–37. http://ijoehm.rcipublisher.org/index.php/ijoehm/article/view/95.

Rahmadhani, N. F. (2024). *Perbedaan dukungan sosial pada siswa laki-laki dan perempuan yang orangtuanya bercerai*. [*Skripsi*]. Universitas Islam Indonesia. UII Repository. https://dspace.uii.ac.id/handle/123456789/55317

Sari, A. W., Mudjiran, M., & Alizamar, A. (2017). Tingkat Kecemasan Siswa Dalam Menghadapi Ujian Sekolah Ditinjau Dari Jenis Kelamin, Jurusan Dan Daerah Asal Serta Implikasi. *Bikotetik (Bimbingan Dan Konseling Teori Dan Praktik)*, *1*(2), 37. https://doi.org/10.26740/bikotetik.v1n2.p37-42.

Sari, E., & Pohan, K.R.D. (2023). Pengaruh Kesiapan Belajar Dan Pengulangan Materi Pelajaran Terhadap Hasil Belajar Mata Pelajaran Ekonomi Siswa Kelas X Ips Sma Negeri 1 Batang Angkola. *Jurnal Tarombo Pendidikan Sejarah IPTS*, 4(1). https://jurnal.ipts.ac.id/index.php/tarombo/article/view/4820

Safitri, A.D., & Khoirunissa, R.N. (2024). Perbedaan Tingkat Kecemasan Ditinjau dari Jenis Kelamin pada Mahasiswa yang sedang Menyusun Skripsi. *Character Jurnal Penelitian Psikologi, 11(3).* https://ejournal.unesa.ac.id/index.php/character/article/view/62208

Sihombing, H.W., & Afandi, M., & Subhan, M. (2024). Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Proses Pembelajaran. *AR RUMMAN - Journal of Education and Learning Evaluation*, 1(2). 10.57235/arrumman.v1i2.4320

Suarsi, I., Daud, M., & Widyastuti. (2023). Pengaruh kesiapan dan keterlibatan siswa terhadap prestasi akademik era digital. *Metapsikologi: Jurnal Ilmiah Kajian Psikologi*, *1*(2), 75–80. https://ojs.unm.ac.id/metapsikologi/article/view/47708/22463

Sulistyawati, W., Wahyudi, & Trinuryono, S. (2022). Analisis Motivasi Belajar Siswa dengan Menggunakan Model Pembelajaran Blended Learning Saat Pandemi Covid-19 (Deskriptif Kuantitatif Di SMAN 1 Babadan Ponorogo). *KadikmA, 13*(1), 68. https://doi.org/10.19184/kdma.v13i1.31327.

Putra, S. E., Abdul Hamid, & Mutia Sumarni. (2022). Pengaruh Motivasi, Kepribadian dan Lingkungan terhadap Minat Berwirausaha Masyarakat Gampong Sidodadi Kecamatan Langsa Lama. *JIM: Jurnal Ilmiah Mahasiswa*, 4(1), 84. https://doi.org/10.32505/jim.v4i1.3898.

Utami, N.E.S., & Yonanda, D.A. (2020). Hubungan Gender Terhadap Prestasi Belajar Siswa. *Seminar Nasional Pendidikan, FKIP UNMA, (2)*. https://prosiding.unma.ac.id/index.php/semnasfkip/article/view/314

Vhalery, R., Setyastanto, A. M., & Alfilail, S. N. (2021). Pembelajaran Berbasis Online "Zoom" Pada Kesiapan Belajar Mahasiswa Di Masa Pandemi Covid-19. *Research and Development Journal of Education*, *7*(1), 215. https://doi.org/10.30998/rdje.v7i1.9329.

Vinari, C., & Elida. (2023). Perbedaan Minat Belajar Antara Siswa Laki-Laki Dan Perempuan Pada Kompetensi Keahlian Kuliner Di Smk N 6 Padang. *Jurnal Pendidikan Tata Boga dan Teknologi, 4(3)*. 10.24036/jptbt.v4i2.10993 http://boga.ppj.unp.ac.id/index.php/jptb/article/view/10993

Vitasari U.N., Diana Ermawati, & Fitriyah Amaliyah. (2025). Model Problem Based Learning Untuk Meningkatkan Kemampuan Pemecahan Masalah Matematis Siswa Kelas II. J*urnal Pendidikan Matematika (AL KHAWARIZMI)*, 5 (1). https://www.jurnalstkipmelawi.ac.id/index.php/KJPM/article/download/3137/pdf.

Zuschaiya, D., Wari, E., Agustina, Y., & Lailiyah, S. (2021). Pengaruh kesiapan belajar dan kemampuan berhitung terhadap hasil belajar Matematika. *Jurnal Pembelajaran Matematika Inovatif*, *4*(3), 517–528. https://doi.org/10.22460/jpmi.v4i3.517-528.