

MENGEMBANGKAN MEDIA PODCAST UNTUK MEREDUKSI KECEMASAN UJIAN AKHIR PADA SISWA

Agung Dwi Febriansyah
Universitas Ahmad Dahlan
agung2000001090@webmail.uad.ac.id

Abstrak

Podcast memiliki peluang besar sebagai sumber belajar dan menjadi tren pendidikan di abad ke-21. Podcast memberikan kesempatan kepada siswa untuk mendengarkan materi yang berkaitan dengan pelajaran saat mereka sedang melakukan kegiatan lain keunggulan podcast terletak pada fleksibilitasnya yang memungkinkan para pengguna untuk mengaksesnya kapan saja sesuai dengan waktu pembelajaran, sehingga lebih efektif dan efisien. Manfaat lain dari podcast adalah kemampuannya untuk melampaui batasan ruang dan waktu, bisa didengarkan di mana saja dan kapan saja. Sebagai salah satu media pembelajaran yang efektif dan efisien, podcast memungkinkan pengguna untuk melakukan multitasking. Podcast audio dianggap efisien karena sifatnya yang praktis dan mudah digunakan. Penelitian ini menggunakan metode penelitian pengembangan atau Research and Development (R&D) dengan fokus menghasilkan produk berupa media podcast. Setiap produk yang dikembangkan melibatkan prosedur penelitian yang berbeda. Dalam konteks penelitian ini, produk yang dikembangkan adalah media podcast yang menggunakan format podcast sebagai alat untuk mengurangi kecemasan siswa saat menghadapi ujian akhir. Dalam penelitian ini, digunakan dua model pengembangan yaitu model pengembangan 4D dan model pengembangan ADDIE yang dimodifikasi menjadi 4 tahapan Berdasarkan hasil di atas, seperti penelitian yang dilakukan Hutabarat, P. M. (2020). menunjukkan hasil signifikan bahwa podcast mampu meningkatkan kepuasan belajar siswa dan membantu siswa dengan materi pembelajaran. penelitian yang dilakukan oleh (Mayangsari & Tiara, 2019) mengenai "Podcast sebagai media pembelajaran di era milenial untuk melihat efektivitas media pembelajaran podcast berbasis teknologi informasi audio" dengan metode penelitian pengembangan menggunakan konsep Research and Development ADDIE Secara keseluruhan, penelitian yang dilakukan oleh Azhari et al. (2023) mengenai "Pengembangan media podcast terhadap kepercayaan diri siswa SMP Mutiara Bandung" dengan tujuan menciptakan podcast sebagai media bimbingan dan konseling untuk meningkatkan kepercayaan diri siswa Kecemasan adalah pengalaman emosional yang tidak menyenangkan dan menyakitkan. Tahap ini bertujuan untuk merencanakan tampilan dan isi dari media podcast yang akan dikembangkan. data kuantitatif dapat berupa angka atau skor yang diperoleh dari tinjauan ahli atau uji coba terkait media podcast. kemampuan untuk diakses kapan saja dan di mana saja membuatnya menjadi alat yang efektif dalam pendidikan jarak jauh.

Kata Kunci: *Podcast, Kecemasan*

1. Pendahuluan

Kecemasan merupakan suatu pengalaman emosional yang kurang menyenangkan dan menyakitkan. Hal ini terjadi sebagai respons terhadap tegangan dan ketegangan yang muncul baik dari dalam tubuh maupun dari luar. (Hayat, 2014) Ketegangan ini dipicu oleh dorongan internal atau eksternal dan diatur oleh sistem saraf otonom. Sebagai contoh, ketika seseorang menghadapi situasi berbahaya dan menakutkan, jantungnya akan berdetak lebih cepat, pernapasannya menjadi terengah-engah, mulutnya menjadi kering, dan tangannya berkeringat. Reaksi ini kemudian memicu timbulnya kecemasan.

Selama masa remaja, terjadi banyak perubahan fisik dan psikis yang dapat menyebabkan ketegangan emosional. Menurut (Aristawati et al., 1945). Kecemasan yang dialami oleh siswa sebagai akibat dari perubahan dan masalah internal seringkali mengganggu proses belajar, terutama saat menghadapi Ujian Akhir Semester. Ketika siswa mengalami kecemasan saat menghadapi Ujian Akhir Semester, mereka akan menunjukkan gejala yang khas. Kecemasan yang berlangsung lama dan tidak wajar dapat mengakibatkan dampak fisik dan psikologis yang tidak diinginkan. Ketika siswa menghadapi Ujian Akhir Semester dalam keadaan cemas, mereka tidak dapat mengoptimalkan kinerja mereka dalam mengerjakan soal-soal Ujian Akhir Semester.

Pada zaman ini yang serba modern, para pelajar jarang meluangkan waktu untuk membaca buku karena pesatnya perkembangan teknologi yang menarik perhatian. Mereka lebih tertarik pada hal-hal yang dapat mereka amati secara visual, seperti teknologi. Sebuah penelitian tentang kecemasan siswa menghadapi ujian akhir menunjukkan fakta bahwa Di lapangan, terdapat fakta atau fenomena yang menunjukkan bahwa siswa-siswi di SMA sering mengalami kecemasan saat menghadapi ujian. (Husada S et al., 2020) Siswa saat ini memiliki preferensi yang lebih kuat terhadap metode pembelajaran yang menggunakan media video dan audio. Kelebihan dari media pembelajaran berbentuk video dan audio adalah bahwa materi tersebut dapat diputar berulang-ulang dan diakses di berbagai tempat dan waktu. Dengan begitu, para siswa memiliki kesempatan untuk memahami pelajaran yang diajarkan oleh guru tanpa harus berada di dalam kelas.

Kehadiran internet secara langsung memiliki dampak pada kelangsungan siaran radio. Pada awalnya, dampak ini tampaknya mengancam eksistensi radio, tetapi seiring berjalannya waktu, internet menjadi peluang untuk menghidupkan kembali konten audio yang sempat terpinggirkan. Perkembangan ini terlihat melalui munculnya berbagai media alternatif, seperti streaming langsung di situs radio online dan program radio yang disebarluaskan melalui YouTube, media sosial, atau melalui format podcast. Fauzi & Harfan, (2020) Melihat situasi ini, terdapat potensi besar bagi pengembangan konten audio di platform internet.

Pada era milenial ini, podcast telah menjadi populer dan banyak diminati oleh kalangan muda, karena manusia saat ini cenderung melakukan banyak hal secara multitasking yang membuat mereka sibuk, namun tetap ingin mendengarkan siaran sesuai keinginan mereka. Oleh karena itu, media podcast menjadi solusi yang cocok untuk menemani mereka dalam segala kesibukan. (Rahayu N et al., 2023) Selain sebagai media hiburan, podcast juga menyajikan topik-topik edukatif yang dapat digunakan sebagai sumber pembelajaran.

Dengan demikian podcast memiliki peluang besar sebagai sumber belajar dan menjadi tren pendidikan di abad ke-21. Podcast memberikan kesempatan kepada siswa untuk mendengarkan materi yang berkaitan dengan pelajaran saat mereka sedang melakukan kegiatan lain keunggulan podcast terletak pada fleksibilitasnya yang memungkinkan para pengguna untuk mengaksesnya kapan saja sesuai dengan waktu pembelajaran, sehingga lebih efektif dan efisien. Manfaat lain dari podcast adalah kemampuannya untuk melampaui batasan ruang dan waktu, bisa didengarkan di mana saja dan kapan saja. Sebagai salah satu media pembelajaran yang efektif dan efisien, podcast memungkinkan pengguna untuk melakukan multitasking. Podcast audio dianggap efisien karena sifatnya yang praktis dan mudah digunakan.

2. Metode

Penelitian ini menggunakan metode penelitian pengembangan atau Research and Development (R&D) dengan fokus menghasilkan produk berupa media podcast. Setiap produk yang dikembangkan melibatkan prosedur penelitian yang berbeda. Dalam konteks penelitian ini, produk yang dikembangkan adalah media podcast yang

menggunakan format podcast sebagai alat untuk mengurangi kecemasan siswa saat menghadapi ujian akhir. Dalam penelitian ini, digunakan dua model pengembangan yaitu model pengembangan 4D dan model pengembangan ADDIE yang dimodifikasi menjadi 4 tahapan. Tahapan pengembangan yang digunakan adalah sebagai berikut: 1) Analisis (Analysis): Tahap ini melibatkan pengumpulan data dan informasi terkait kecemasan siswa saat menghadapi ujian akhir serta kebutuhan pengguna terkait penggunaan media podcast. Tujuan dari tahap ini adalah untuk memahami konteks dan kebutuhan yang akan menjadi dasar pengembangan. 2) Perancangan (Design): Pada tahap ini, berdasarkan analisis sebelumnya, dilakukan perancangan media podcast dengan menentukan struktur, konten, gaya presentasi, dan elemen-elemen lainnya. Tahap ini bertujuan untuk merencanakan tampilan dan isi dari media podcast yang akan dikembangkan. 3) Pengembangan (Development): Tahap ini melibatkan pembuatan, produksi, dan implementasi media podcast yang telah dirancang sebelumnya. Proses pengembangan meliputi pengumpulan materi, produksi audio, pengeditan, dan penyusunan konten podcast. Tahap ini bertujuan untuk menghasilkan produk akhir berupa media podcast yang siap digunakan. 4) Evaluasi (Evaluation): Pada tahap terakhir ini, dilakukan evaluasi terhadap produk akhir media podcast. Evaluasi dilakukan untuk mengukur efektivitas dan keefektifan media podcast dalam mereduksi kecemasan siswa saat menghadapi ujian akhir. Evaluasi dapat dilakukan melalui tes, wawancara, atau pengumpulan masukan dari pengguna. Hasil evaluasi akan menjadi dasar untuk melakukan perbaikan dan penyempurnaan jika diperlukan.

Dalam instrument pengumpulan data. Data diperoleh melalui penelitian berupa wawancara dan lembar penilaian. Lembar wawancara diberikan kepada guru BK dan siswa. Dalam penelitian, wawancara digunakan sebagai alat untuk mengumpulkan data terkait kecemasan siswa saat menghadapi ujian akhir dan kebutuhan akan media layanan bimbingan dan konseling di sekolah menggunakan podcast. Wawancara dilakukan dengan tujuan untuk memperoleh pemahaman yang lebih mendalam tentang pengalaman dan pandangan siswa terkait kecemasan ujian akhir serta kebutuhan mereka terhadap layanan bimbingan dan konseling. Informasi yang diperoleh melalui wawancara akan menjadi dasar penting dalam merancang dan mengembangkan podcast yang tepat sesuai dengan kebutuhan siswa dalam mengatasi kecemasan dan memberikan

dukungan emosional di lingkungan sekolah. Lembar penilaian berisi berupa Instr ument Penilaian Ahli Media, Penilaian Ahli Materi, Penilaian Ahli Layanan Bimbingan dan Konseling.

Dalam pengelolaan data dari hasil tinjauan ahli dan uji coba pada pengembangan media podcast, digunakan teknik analisis data kuantitatif dan analisis data kualitatif. 1) Analisis Data Kuantitatif: Teknik ini digunakan untuk menganalisis data yang bersifat numerik atau dapat diukur secara kuantitatif. Dalam konteks ini, data kuantitatif dapat berupa angka atau skor yang diperoleh dari tinjauan ahli atau uji coba terkait media podcast. Analisis data kuantitatif dapat melibatkan penggunaan statistik dan metode pengujian hipotesis untuk menarik kesimpulan yang berdasarkan data yang dihasilkan. 2) Analisis Data Kualitatif: Teknik ini digunakan untuk menganalisis data yang bersifat deskriptif atau tidak dapat diukur secara kuantitatif. Dalam penelitian ini, data kualitatif dapat berupa tanggapan atau pendapat subjektif dari ahli atau peserta uji coba terkait media podcast. Analisis data kualitatif melibatkan pengelompokan, pengkodean, dan interpretasi data dengan tujuan memahami makna, pola, dan tema yang muncul dari data tersebut. Dengan menggunakan kedua teknik analisis data ini, peneliti dapat memperoleh pemahaman yang komprehensif tentang keefektifan dan keberhasilan pengembangan media podcast dalam mengurangi kecemasan siswa serta kebutuhan layanan bimbingan dan konseling di sekolah.

3. Hasil dan Pembahasan

Studi literatur membahas tentang penggunaan layanan konseling dan metode media podcast sebagai upaya untuk mengurangi kecemasan siswa. Tinjauan pustaka merupakan jenis penelitian yang memanfaatkan informasi tambahan tentang topik tertentu. Tujuan dari studi literature review adalah untuk menemukan gagasan-gagasan dari penelitian serupa yang telah dilakukan. Selanjutnya, data penelitian diperoleh dari sumber-sumber yang telah ditinjau dalam tinjauan Pustaka sebagai berikut:

Tabel 1. Deskripsi Sumber Kajian Literature

Penulis	Judul	Tujuan Penelitian	Desain dan Metode Pengumpulan Data	Temuan
Hutabarat, P. M.	Pengembangan podcast	Penelitian ini bertujuan	Penelitian ini menerapkan pendekatan	Hasil penelitian ini menunjukkan secara

PROSIDING

Seminar Antarbangsa

“Penguatan Karakter Menuju Konselor Multibudaya Dijiwai Nilai-Nilai Religius”

Selasa, 18 Juli 2023

(2020).	sebagai media suplemen pembelajaran berbasis digital pada Perguruan Tinggi.	menggali mengenai teknologi podcast, pemanfaatannya sebagai media pembelajaran dalam bidang pendidikan	deskriptif yang bertujuan untuk memberikan gambaran menyeluruh tentang teknologi podcast, perkembangannya, serta potensi yang dimilikinya. Selain itu, penelitian ini juga memfokuskan pada pemanfaatan podcast sebagai media pendukung dalam proses pembelajaran.	signifikan bahwa podcast dapat meningkatkan kepuasan belajar siswa dan memberikan bantuan dalam memahami materi pembelajaran.
(Mayangsari & Tiara, 2019)	Podcast sebagai media pembelajaran di era milenial	untuk melihat efektivitas media pembelajaran podcast berbasis teknologi informasi audio	Metode penelitian pengembangan ini dilakukan dengan menggunakan konsep research and developemnt ADDIE	efektivitas media pembelajaran podcast ditunjukkan melalui data angket minat belajar dan hasil nilai pra-post Hasil angket menunjukkan bahwa minat belajar cukup, dengan angka turun dari 45,04 menjadi 44,80. Namun, perlu diingat bahwa perbedaannya hanya sedikit. nilai mata kuliah kategori sedang dengan skor 59,4. Setelah mengikuti media pembelajaran podcast, nilai tersebut meningkat secara substansial menjadi 68,60, yang termasuk dalam kategori baik. Media podcast dianggap efektif untuk meningkatkan hasil belajar, namun belum signifikan untuk meningkatkan minat belajar.
(Azhariset al., 2023)	Pengembangan media podcast terhadap kepercayaan diri siswa SMP Mutiara Bandung	Penelitian ini dilakukan dengan tujuan mengembangkan sebuah produk berupa podcast yang berperan sebagai media bimbingan dan konseling bagi siswa. Podcast ini telah didesain dengan	Penelitian ini menerapkan metode penelitian dan pengembangan (research and development), dengan mengikuti pendekatan yang diusulkan oleh Borg dan Gall. Metode ini bertujuan untuk mengembangkan sebuah produk yang kemudian diuji dan dinilai oleh	Podcast ini berhasil mencapai tingkat keberhasilan sebesar 93,19%, yang memenuhi kriteria yang telah ditetapkan sebagai produk yang sangat layak digunakan setelah mengalami proses revisi. Hasil dari observasi dan wawancara kepada guru dan siswa juga menunjukkan tingginya tingkat antusiasme terhadap pengembangan podcast ini.

PROSIDING

Seminar Antarbangsa

“Penguatan Karakter Menuju Konselor Multibudaya Dijiwai Nilai-Nilai Religius”

Selasa, 18 Juli 2023

		maksud untuk membantu siswa dalam mengembangkan serta meningkatkan tingkat kepercayaan diri mereka.	beberapa validator ahli, termasuk ahli materi, ahli media, dan ahli praktisi, guna memastikan kualitas dan kesesuaian produk yang dihasilkan.	
--	--	---	---	--

Berdasarkan hasil di atas, seperti penelitian yang dilakukan Hutabarat, P. M. (2020). Penelitian ini mengungkapkan temuan yang signifikan bahwa penggunaan podcast mampu meningkatkan kepuasan belajar siswa dan membantu mereka dalam memahami materi pembelajaran. Selain itu, penelitian ini juga menyajikan informasi yang relevan mengenai perkembangan dan potensi podcast sebagai media pembelajaran. Podcast memiliki fleksibilitas dalam mengakomodasi berbagai topik dan materi pembelajaran. Selain itu, kemampuan untuk diakses kapan saja dan di mana saja membuatnya menjadi alat yang efektif dalam pendidikan jarak jauh. Secara keseluruhan, penelitian ini memberikan pemahaman mendalam tentang teknologi podcast dan bagaimana pemanfaatannya sebagai media pembelajaran yang bermanfaat di dunia pendidikan. Penggunaan podcast sebagai alat pembelajaran tambahan di perguruan tinggi memiliki potensi untuk meningkatkan pengalaman belajar mahasiswa dan mendukung pendekatan pembelajaran yang lebih variatif dan menarik. Pembahasan dari penelitian yang dilakukan oleh (Mayangsari & Tiara, 2019) mengenai "Podcast sebagai media pembelajaran di era milenial untuk melihat efektivitas media pembelajaran podcast berbasis teknologi informasi audio" dengan metode penelitian pengembangan menggunakan konsep Research and Development ADDIE. Secara keseluruhan, penelitian ini memberikan wawasan tentang potensi dan manfaat penggunaan podcast sebagai media pembelajaran di era milenial. Hasil penelitian ini dapat menjadi landasan bagi pengembangan lebih lanjut dalam menyempurnakan penggunaan podcast sebagai alat pembelajaran yang efektif dan responsif terhadap kebutuhan generasi milenial dalam proses pembelajaran. Kesimpulan dari penelitian yang dilakukan oleh Azhari et al. (2023) mengenai "Pengembangan media podcast terhadap kepercayaan diri siswa SMP Mutiara Bandung" Tujuan dari penelitian ini adalah menciptakan sebuah podcast

sebagai media bimbingan dan konseling yang bertujuan meningkatkan kepercayaan diri siswa tingkat SMP. Podcast ini didesain untuk membantu siswa dalam membangun dan meningkatkan kepercayaan diri mereka. Dengan menggunakan podcast sebagai media pembelajaran, diharapkan siswa dapat lebih mudah mengakses bimbingan dan konseling yang relevan dengan kebutuhan mereka. Secara keseluruhan, penelitian ini memberikan kontribusi positif dalam pengembangan media podcast sebagai alat bimbingan dan konseling bagi siswa SMP. Dengan pendekatan *research and development* yang melibatkan validator ahli, produk podcast ini diharapkan dapat memberikan manfaat yang signifikan dalam meningkatkan kepercayaan diri siswa dan mendukung proses pembelajaran di sekolah.

4. Kesimpulan

Media podcast telah menunjukkan hasil yang menjanjikan dalam proses belajar mengajar. Penggunaan berbagai format media, seperti podcast, dapat secara efektif mengajarkan materi pelajaran kepada siswa. Penelitian ini juga menyoroti pentingnya mempertimbangkan dampak podcast media terhadap kesejahteraan emosional siswa dan dampak podcast media terhadap pengalaman belajar mereka.

Daftar Pustaka

- Aristawati, A. R., Psi, S., & Psi, M. (1945). Kecemasan Akademik Mahasiswa Menjelang Ujian Ditinjau Dari Jenis Kelamin. In *Universitas* (Vol. 1, Issue 01).
- Azhari, N., Hidayat, W., Masyita Suherman, M., & Studi Bimbingan Dan Konseling, P. (2023). *Pengembangan Media Podcast Terhadap Kepercayaan Diri Siswa Smp Mutiara 4 Bandung*. 6(2). <https://doi.org/10.22460/fokusv6i2.11350>
- Fauzi, R., & Harfan, I. A. (N.D.). *Communicative Jurnal Ilmu Komunikasi Dan Dakwah Volume 1 Nomor 2 Desember 2020 Implikasi Podcast Di Era New Media*. [Http://journal.bungabangsacirebon.ac.id/index.php/communicativehalaman](http://journal.bungabangsacirebon.ac.id/index.php/communicativehalaman)
- Hayat, A. (2014). *Kecemasan Dan Metode Pengendaliannya* (Vol. 01).
- Kesehatan, J. I., Husada, S., Pebriyani, U., Sandayanti, V., Pramesti, W., & Safira, N. (2020). Social Support With Student Anxiety Level In Facing The National Final Dukungan Sosial Dengan Tingkat Kecemasan Siswa Dalam Menghadapi Ujian Akhir Nasional The Social Support With Student Anxiety Level In Facing The

PROSIDING

Seminar Antarbangsa

“Penguatan Karakter Menuju Konselor Multibudaya Dijiwai Nilai-Nilai Religius”

Selasa, 18 Juli 2023

National Final Examination. *Juni*, 9(1), 72–85.
<https://doi.org/10.35816/jiskh.v10i2.221>

Mayangsari, D., & Tiara, D. R. (2019). Podcast Sebagai Media Pembelajaran Di Era Milenial. *Age Universitas Hamzanwadi*, 3(02), 126–135.

Pendidikan Bahasa Jepang, J., Rahayu, N., & Basri, M. (2023). Pemanfaatan Podcast Sakura Tips Sebagai Media Suplemen Pembelajaran Choukai Di Universitas Riau Prodi Bahasa Jepang. *Jpbj*, 9(1).